УДК 37.013.46

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ НАЦИОНАЛЬНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНОГО ФЕНОМЕНА «ЗДОРОВЬЕ»

Науменко Ю.В., Сомов А.В.

ФГБОУ ВО «Волгоградская государственная академия физической культуры», Волгоград, e-mail: naymenko.yv@yandex.ru

В статье обосновывается педагогическая интерпретация национальных особенностей социально-культурного феномена «здоровье» в перспективе его формирования. В соответствии с ними описывается национальное содержание феномена «здоровье» для современной России. Используя социально-культурный подход к рассмотрению явлений и процессов общественной жизни, авторы отстаивают позицию возможности существования и национального прочтения социально-культурного феномена «здоровье», в соответствии с которыми должна формироваться политика в области сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения. При анализе национальных особенностей социально-культурного феномена «здоровье» использовались разнообразные источники (культурологические, литературные, социологические, психолого-педагогические и медицинские). Теоретико-методологические суждения, изложенные авторами в статье, могут послужить основанием для проектирования принципиально новой социально-культурной концепции педагогики физической культуры, а также оказать существенное влияние на содержание образования в области физической культуры.

Ключевые слова: здоровье, здоровый образ жизни, национальные особенности здорового образа жизни.

PEDAGOGICAL ANALYSIS OF NATIONAL PECULIARITIES OF THE WELFARE PHENOMENON «HEALTH»

Naumenko Yu.V., Somov A.V.

Volgograd state academy of physical culture, e-mail: naymenko.yv@yandex.ru

Pedagogical interpretation of national peculiarities of a welfare phenomenon "health" in the long term of his formation is proved in article. According to them the national maintenance of a phenomenon "health" for modern Russia is described. Using welfare approach to consideration of the phenomena and processes of public life, authors defend a position of a possibility of existence and national reading of a welfare phenomenon "health" according to which the policy in the field of preservation and promotion of health of younger generation has to be formed. The teoretiko-metodologichesky judgments stated by authors in article can form the basis for design of essentially new welfare concept of pedagogics of physical culture, and also have significant effect on the content of education in the field of physical culture.

Keywords: health, healthy lifestyle, national peculiarities of a healthy lifestyle.

Для определения особенностей содержания социокультурного феномена «здоровье» в контексте культурно-исторического развития российского общества необходимо помнить, что русской культуре, в отличие от западноевропейской, всегда был свойствен дуализм. Эти особенности русской культуры, по мнению большинства исследователей, продиктованы наличием в ней двух начал – Востока и Запада. В самосознании русской культуры Запад и Восток часто существуют отдельно друг от друга как различные смысловые пространства. Однако в приложении к самой себе русская культура использует антимонию «Восток – Запад» как воплощение «единства противоположностей». Россия внешне противостоит и Западу и Востоку, разделяя собой две сверхцивилизации, и в то же время соединяя их собою в единое целое. В результате, характерной особенностью российской культуры с ее двоецентрием является то обстоятельство, что ее основу составляет не механическая сумма

двух противоположно заряженных ядер, соединенных в одно неразрывное целое, их «сопряжение».

В то же время целостность России как обширной страны, присоединяющей к себе территории с разнообразным этническим составом населения, в значительной степени обеспечивалась интегративным характером межкультурной коммуникации, когда на первый план исторического действия и самосознания выходили государственные, политические, социокультурные, просветительские и другие проблемы, объединяющие этносы и национальности Российской империи и Советского Союза общей исторической и цивилизационной судьбой. Результатом исторического пути и судьбы русского народа и смежных с ним, территориально и исторически, народов, образующих преемственные друг другу цивилизации (Древняя Русь – Российская империя – Советский Союз), стало появление особого цивилизационного менталитета наднационального характера, менталитета суперэтноса, включающего в себя целый ряд взаимосвязанных культур.

Анализ работ различных исследователей позволяет выделить следующие установки, характерные для российского менталитета и русской культуры [1, 2, 4 и др.]: превалирование коллективизма над индивидуализмом; предпочтение бескорыстия и духовности расчету и утилитарности; гиперболизм в переживаниях и восприятии действительности и максимализм в действии вместо умеренности; фетишизация государственной власти, убеждение в зависимости от нее всей жизни граждан и недооценка ценности частной жизни и необходимости ограничения прав государства; ярко выраженный патриотизм и негативное отношение к космополитизму.

Такое своеобразие русской культуры и российского менталитета не могло не сказаться на формировании социокультурных символов «здоровье» и «нездоровье».

Интересный семантический анализ понятий «здоровье» и «болезнь» в русском языке был проведен О.С. Васильевой и Ф.Р. Фроловой [2]. Согласно их исследованиям, до XVI века на Руси собственно здоровьем (в современном понимании) считалось не физическое, а в первую очередь моральное благополучие; состояние, противоположное недугу, понималось как благо или награда за душевное и социальное здоровье. «Быть здоровым» значило скорее «быть добрым человеком», нежели просто «не болеть». Здоровье не противопоставлялось болезни (недугу), но существовало параллельно с ним. Здоровью противостояло страдание (прежде всего, в моральном его аспекте).

Следовательно, характеристика «здоров как дуб» (крепкий как лесное дерево) соответствует человеку, который является достойным представителем своего рода, сумевшим полностью реализоваться в нем. Другими словами, русское первоначальное значение слова «здоровье» может быть адекватно понято только в свете основополагающей

идеи соборности, общности свободно живущих людей. Поэтому *здоровье в древнерусской культуре – это качественная характеристика бытия человека как единицы рода, что и выражено в растительной метафоре.*

Потребовалась значительная эволюция взглядов и этнических стереотипов, чтобы приблизительно к XVI–XVII вв. русское национальное сознание смогло воспринимать более привычное для нас представление о здоровье как об оптимальном психофизическом состоянии человека. Произошло это в основном под влиянием монахов, чья «книжная» мудрость формировалась относительно независимо от национальных влияний, преимущественно на основе античных и византийских культурных источников. Усвоив «книжную» формулу, в сознании русского народа здоровье стало ассоциироваться с «удачным распределением жизненных сил в теле». Это представление нашло отражение в «Толковом словаре» Даля: «Здоровье – состояние животного тела (или растения), когда все жизненные отправления идут в полном порядке; отсутствие болезни или недуга» [3, с. 675].

К началу IX века, в первую очередь под влиянием византийской культуры, появились два новых самостоятельных понятия для обозначения состояния болезни – немощь и недуг. Последнее использовалось применительно к человеку, который продолжал сохранять свою силу (здоровье), но не полностью, а частично. Понятие немощь имело значение – «отсутствие сил, их недостаток, нехватка для оздоровления». Позднее за немощью закрепилось значение слабости вследствие старости, дряхлости. Таким образом, сначала говорили о болезни, подразумевая, что человек выздоравливает, набирает силу; затем, употребляя те же или сходные с ними слова, стали иметь в виду, что человек малосилен; наконец, прямо признали, что больной человек страдает от болезни и в данный момент является бессильным.

Поэтому *понятие «болъзнь» передавало состояние боли не только физической, но и нравственной. Можно даже утверждать, что «болъзнь» – это выражение общего состояния нездоровья.*

Обобщая сведения современников о болезни и боли, русский писатель XII века Моисей дал такое определение «болъзнь»: «Любому желанию время и место назначены, но если все те желания исполнять без времени и без меры – будет грех на душе, а в теле – недуг. Всякий недуг рождается в человеческом теле, в кручине, а кручина (желчь) свернется от чрезмерной еды и питья, и спанья. Кручины же три в человеке: желта, зелена и черна: от желтой – горячка, зеленая дает лихорадку, от черной же – смерть, то есть души исход. Этот недуг не Бог сотворил, но сам в себе человек непотребным поступком без меры» [6, с. 401].

Значительное влияние на определение национального содержания социально-культурного феномена «здоровье» сыграло православие, на почве которого сформировалось

мессианское сознание российского менталитета – представление о данном от Бога великом предназначении России в истории человечества. В частности, русский православный философ В. Несмеянов утверждал, что центром (системообразующим элементом) русской духовности является идея достижения всеобщего счастья и добра, осуществляя которую, человек одновременно достигал бы личного счастья и совершенства.

В своем дальнейшем развитии эти идеи привели к появлению особой формы гуманистического сознания, свойственного только русской культуре и российской цивилизации (Древняя Русь – Российская империя – Советский Союз), которую мы назвали *социальный гуманизм.* В качестве *основных положений социального гуманизма* мы выделяем следующие [1, 2, 4 и др.].

1. Человек всегда является субъектом всеобщего общественно-исторического процесса развития материальной и духовной культуры на Земле. Поэтому свою человеческую природу индивид homo sapiens может освоить, только включаясь в необходимые для осуществления самой его жизни исторические формы деятельностного общения с другими людьми, т.е. включаясь в диалог, обеспечивающий целесообразное изменение объекта их совместной деятельности.

2. Индивидуальность – это не только результат, но и сам процесс развития индивида, это неповторимое своеобразие человека, осуществляющего свою жизнедеятельность в качестве субъекта общественно-исторического развития. Индивидуальность человека неразрывно связана с его свободой и творчеством. Подлинная свобода человека есть познанная им необходимость целенаправленной переделки обстоятельств, а тем самым переделки своих способов деятельности, своих знаний, своих умений и навыков, своих потребностей и способностей. Но чтобы осуществить такое действие, надо найти, создать и новые способы деятельности, новые формы общения, а это, кроме всего прочего, значит найти, создать, сотворить в себе человека, сотворить свою индивидуальность.

3. Цель общественно-исторического процесса развития человечества – формирование всесторонне развитой гармонической личности. Всесторонне развитая личность – это человек, освоивший знания, а вместе с ними сущностные силы человеческого рода, которые позволяют ему в своей деятельности воспроизводить мир как единое целое и развивать на этой основе соответствующие деятельностные способности. В гармонической личности способность к предметному творчеству и потребность в нем органически сочетаются с потребностью в творчестве форм своего общения, со способностями к такому творчеству. Следовательно, всесторонне развитая гармоническая личность – это человек, для которого творчество является естественным способом его бытия. Потенциально каждый

человек как творящий в деятельностном общении с другими людьми свою собственную биографию (а тем самым и свою индивидуальность) всегда является личностью. Перспективы развития человека как всесторонне развитой гармонической личности – в гармонии всего человеческого в человеке, и в том числе науки и искусства как основных форм человеческой деятельности в сфере духа.

4. Отличительной чертой всесторонне развитой гармонической личности является ее гуманистическое сознание, которое предполагает воспитание у человека определенных нравственных принципов, активной жизненной позиции, сознательного отношения к общественному долгу, единство слова и дела, уважение ко всем людям и каждому человеку в отдельности. Основной принцип гуманистического сознания – жить не только для себя, но и для других живущих, а также для тех, кто будет жить после.

5. Таким образом, идеалом социального гуманизма является человек разумный и гуманный, пытливый и деятельный, умеющий вместе с тем наслаждаться красотой; это целостная, всесторонне развитая личность, воплощающая идеал подлинного единства сущностных сил человека, его духовного и физического совершенства. И именно как личность с ее неповторимым своеобразием, уникальностью индивидуального «Я», человек утверждает себя как существо общественное. Эти взгляды достаточно близки к идеям Платона о гармоничном развитии человека и, можно сказать, являются их закономерным продолжением на более позднем этапе развития человечества.

Следовательно, *феномен «здоровье» в социальном гуманизме является интегративной характеристикой целостного развития человека как представителя общества. Культурообразующий символ «здоровый образ жизни» предполагает бесконечный во времени процесс самовоспитания и самосовершенствования человеком своей физической и духовно-нравственной природы в их неразрывном единстве, без чего невозможно достижение общественного благополучия.*

В то же время нельзя не отметить, что платоновская идея гармонического развития в социальном гуманизме получает совершенно новое звучание. Становление гармонично развитого человека в социальном гуманизме непосредственно связывается с формированием иерархической структуры мотивов и ценностей (доминированием высших уровней над низшими). Уровень мотивов и ценностей определяется мерой их общности, начиная с личных мотивов через интересы близких людей, коллектива, общества до общечеловеческих универсальных целей. Наличие таких иерархий в личности, по мнению ряда авторов-сторонников социального гуманизма [1, 2, 4 и др.], совсем не нарушает ее гармонии, так как сложность, множественность интересов, полинаправленность при наличии доминанты обеспечивают многообразие связей с миром, общую устойчивость. Напротив, простота

личности (наличие единственной цели, погруженность в одну деятельность, сужение круга общения и решаемых проблем) зачастую приводят к ее дисгармонизации. Поэтому в качестве системного параметра, характеризующего гармоническую личность, выделяют высокий уровень сбалансированности отношений различных личностных образований (потребностей, мотивов, ценностных ориентаций, самооценки, образа Я-реального и Я-идеального и т. п.).

Таким образом, гармоничность личности зависит от того, насколько доминирование высшего уровня находится в согласии с уровнями нижележащими (например, каково соотношение сознательного и неосознаваемого, непосредственного и преднамеренного, природного и духовного), и какие именно по своему содержанию потребности приобретут форму самодвижения.

Следовательно, *задача воспитания гармонически развитой личности (формирование здоровья в его социокультурном значении), с точки зрения представителей социального гуманизма, заключается в том, чтобы сформировать у подрастающего поколения навыки саморегуляции личностных процессов.*

Рассматривая вопрос об особенностях и своеобразии культурно-исторического развития современной России, мы не можем не остановиться на нескольких принципиальных моментах.

Рассматривая российский менталитет как наиболее общий фундамент социокультурных процессов на протяжении всей, более чем тысячелетней истории Руси – Российской империи – Советского Союза, мы имеем дело с менталитетом суперэтноса, включающего в себя целый ряд взаимосвязанных культур на основе культурного или цивилизационного союза. Этот российский менталитет, будучи в значительной мере над- или интернациональным, действительно соответствовал евразийскому цивилизационному единству Руси – Российской империи – Советского Союза.

Мы считаем, что системообразующим фактором российского менталитета были идеи социального гуманизма, которые в наибольшей степени отвечали историческому вызову и способствовали формированию евразийской цивилизации. В то же время в российском менталитете присутствовали и идеи индивидуалистическо-этического гуманизма, появление которых связано с широким распространением идей Вольтера и Ж.-Ж. Руссо в России в эпоху Просвещения. В этом отношении совпадали взгляды таких разных мыслителей, как А. Кантемира и М. Щербатова, Г. Конисского и С. Десницкого, Н. Новикова и П. Радищева, И. Лопухина и И. Елагина, Д. Фонвизина и Н. Карамзина. В результате в XVII веке в России произошло структурное оформление гуманистического сознания «западничества», близкого по содержанию, как к гуманизму индивидуальности, так и к этическому гуманизму.

Сосуществование этих различных форм гуманистического сознания можно объяснить, основываясь на принципе «взаимоупора» (С. Аверинцев), когда равновесие системы гарантируется взаимоупором составляющих ее противоположностей. Именно это своеобразие российского менталитета, по нашему мнению, определяет своеобразие и неповторимость русской культуры, и высокую адаптивность российской цивилизации к любым, в том числе к антикультурным факторам тысячелетней истории, ее выживаемость. Этот хрупкий баланс взаимоисключающих сил оказался действенным не только во взаимоотношениях противоречивых этнокультурных традиций, но и в межконфессиональных отношениях, в правовых отношениях, в культуре повседневности и быта народов, населявших евразийскую цивилизацию Руси – Российской империи – Советского Союза.

Действие принципа «взаимоупора», сохраняющего российский менталитет как целостность, позволяет, по нашему мнению, понять содержание социально-культурного кризиса, поразившего нашу евразийскую цивилизацию в 90-х гг. XX века.

И. В. Кондаков [4] отмечает, что существование противоречивого целого возможно только при постоянном диалоге (идейной конфронтации) каждой «половинки» со своей противоположностью. Без этой борьбы, критики, перманентного спора теряет смысл само существование каждого из двух противостоящих друг другу полюсов. Поэтому абсолютная победа одного равносильна его поражению в борьбе, т. к. она нарушает равновесие всей системы, что и приводит к катастрофическим последствиям для целого, утрачивающего необходимую для своего «жизнеобеспечения» полноту.

По нашему мнению, российский менталитет как единое целое, объединяющее социальный и индивидуалистическо-этический типы гуманистического сознания, просуществовал до середины 60-х гг. прошлого столетия, пока в ходе культурной революции и в процессе бескомпромиссной борьбы с проявлениями буржуазной культуры окончательно не утвердился только социальный гуманизм. Потеряв своего «оппонента», он, по нашему мнению, постепенно выродился в гуманизм полезности, характерный для индустриального общества, но на другой идеологической основе. По мнению Б. С. Братуся [1], этот процесс перерождения полностью завершился в начале 80-х гг. прошлого столетия. К этому времени идеологически феномен «здоровье» отождествлялся с образом строителя коммунизма, а феномен «нездоровье» стал использоваться для характеристики инакомыслящих.

После крушения Советского Союза социокультурные символы и принципы, составлявшие общий «каркас» исторического развития разных, подчас вовсе не совместимых между собой народов и культур, оказались исторически «снятыми», дискредитированными, утратившими свою актуальность. Вместе с ними ушли социально-

культурные модели индивидуального и общественного поведения, общие для нескольких национальных культур, входящих в российскую цивилизацию. Лишенная концептуальных (общецивилизационных, социокультурных, социально-политических и т. п.) «скреп», мозаичная в этнокультурном отношении евроазиатская цивилизация немедленно начала рассыпаться на этнокультурные смысловые блоки, воспринимавшиеся носителями разных культур как составляющие отличных друг от друга цивилизаций. Как отмечают многие исследователи [1, 2, 4 и др.], ослабление социокультурных компонентов, связующих этнически различные культуры в цивилизационное целое (в своем генезисе тоталитарное и имперское), привело к тому, что ядерными конструкциями цивилизации стали этнокультурные компоненты (геополитические, ментальные, конфессиональные, языковые, этнопсихологические и т. п.).

Мы убеждены, что в современной России культурный разрыв переживался особенно остро из-за того, что во время социально-экономических реформ начала 90-х годов прошлого века в массовое сознание большинства россиян определенные политические силы пытались внедрить гуманизм индивидуальности, который за исключением отдельных людей никогда не существовал в мировосприятии россиян. Обострение культурного разрыва закономерно привел к обесцениванию всех культурообразующих символов, существовавших до этого, к потере ими своего абсолютного значения. Большинство людей восприняло это как состояние бездуховности социальной жизни в России. Отечественный философ С.Л. Франк характеризовал состояние бездуховности как состояние овеществления Зла, когда внутреннее зло (отсутствие нравственных критериев жизни) не просто выражается в поступках человека, а становится независимой от него неотъемлемой частью жизни вообще. В результате «здоровье» как социокультурный символ приобрело смысл животной агрессивности в борьбе за свое существование, что не могло сказаться на психофизиологическом состоянии большинства населения Российской Федерации.

Наиболее полная и объективная картина изменений, которые произошли в общественном здоровье за время социально-экономических реформ конца прошлого века, дана в фундаментальном исследовании Т. М. Максимовой «Современное состояние, тенденции и перспективные оценки здоровья населения» [5]: а) по сравнению с 1991 г. в 1997 и 1999 гг. произошло значительное увеличение доли лиц, указывающих на различного рода стрессовые ситуации, к которым наряду с основными тревожащими население проблемами (болезни и смерти близких, разладов в семье, конфликтов на работе) добавились проблемы, связанные с возможностью потерять работу, недостатками материального порядка и т.п.; б) возросла доля лиц, указавших на ощущение чувства одиночества,

покинутости и забытости; в) резкое снижение доли лиц, удовлетворенных своей настоящей жизнью. Если в 1991 г. это была подавляющая часть взрослого населения (80 %), то уже опросы 1995–1997 гг. показали, что эта доля сократилась наполовину. В 1999 г. были удовлетворены своей настоящей жизнью значительно меньше половины взрослого (старше 20 лет) населения (около 40 %.).

По мнению Т. М. Максимовой [5], эти факты говорят о том, что люди, привыкшие к определенному жизнеустройству, к определенному общественному патронажу, не смогли сформировать новые ориентации, не научились лично справляться с проблемами обеспечения себя и своей семьи в материальном плане. Рассогласования с прежними возможностями и представлениями и являются причиной появления ощущения покинутости, забытости и ненужности, а в ряде случаев и болезни.

Следовательно, *мы можем утверждать, что резкая смена ценностных ориентаций в 90-х гг. прошлого века и рассогласование представлений большинства взрослого населения с реальной действительностью привели не только к явно выраженному психологическому дискомфорту, но и на фоне его – к ускоренному развитию соматической патологии.*

Оценка взглядов семьи на спектр факторов, которые могут сказаться на здоровье ребенка, выявила следующую динамику: значение качества жилья и недостаточности питания как фактора формирования здоровья ребенка чаще отмечают родители детей раннего возраста. Влияние финансовых возможностей, когда родители понимают, что не имеют возможности обеспечить ребенку необходимые жизненные условия, чаще отмечают родители детей младшего школьного и подросткового возрастов. С увеличением возраста ребенка (старший школьный возраст) отмечается тенденция к признанию родителями наследственной предрасположенности или какого-либо семейного фактора, определяющего длительно текущие заболевания у ребенка.

Т.М. Максимова [5] считает необходимым также признать, что отставание в физическом развитии и наличие патологии создает определенные трудности и в умственном развитии таких детей. Со снижением статуса семьи резко снижается доля детей, имеющих дополнительные занятия (музыка, иностранные языки). В малообеспеченных семьях около половины не имеют каких-либо дополнительных занятий. Отсутствие дополнительных занятий у ребенка родители (в 14 % случаев из бедных и малообеспеченных семей и в 10 % из обеспеченных и богатых) объясняли состоянием здоровья ребенка, а в 53 % случаев родители из малообеспеченных семей считали, что это связано именно с недостатком средств в семье для оплаты этих занятий.

Таким образом, Т.М. Максимова в своем исследовании установила, что *в формировании здоровья детей социокультурные условия не только определяют его*

современные особенности, но фактически закладывают и предопределяют тенденции здоровья и качества жизни будущего населения страны, реализации этим контингентом социальных и биологических функций.

Интересное исследование было проведено [7] с целью изучение установок на здоровый образ жизни и продолжительность жизни, а также с целью эмпирического измерения потребности личности в самосохранении и выявлении факторов, формирующих эту потребность.

Интересно отношение к этим факторам у людей различного возраста. Молодые респонденты (до 30 лет) считают, что состояние здоровья связано, прежде всего, с «усилиями самого человека». После 35 лет вера в «усилия» резко уменьшается и на первом месте оказывается фактор «условия жизни». С годами респондентами все в большей степени осознается и значимость фактора «наследственность».

При анализе факторов, влияющих на здоровье, были выделены следующие группы [7]: а) в группах считающих «условия жизни» и «наследственность» самыми важными факторами большинство респондентов оценило свое здоровье как «удовлетворительное» или «плохое»; б) в группе тех, кто «усилия самого человека» считает определяющими для состояния здоровья, основную долю составляют респонденты с «хорошим» здоровьем и практически нет с «плохим».

Очевидно, что у представителей последней группы установка на активное отношение человека к собственному здоровью реализуется в определенном сохранительном поведении, следствием которого является хорошее самочувствие или, по меньшей мере, соответствующая его самооценка.

При сравнении любителей пассивного отдыха с теми, кто обычно отдыхает активно, среди любителей пассивного отдыха оказалось в 3 раза меньше респондентов с «хорошим» здоровьем и в 1,6 раза больше с «удовлетворительным» и в 2,5 раза с «плохим». А среди тех, кто не считает отдых существенным фактором здоровья («отдых значения не имеет»), по сравнению со сторонниками активного отдыха в 1,5 раза меньше доля имеющих «хорошее» здоровье, в 1,3 раза больше с «удовлетворительным» и в 1,1 раза с «плохим».

По итогам своего исследования авторы [7] делают вывод, что анализ различных экзогенных и эндогенных факторов, влияющих на здоровье, выявил определенную значимость поведенческого фактора при организации здорового образа жизни. В частности, демонстрация человеком здорового образа жизни обусловливается ценностными ориентациями и установками относительно здоровья вообще и своего в частности. Дополнительным негативным фактором является то, что само по себе здоровье для большинства индивидов не является ценностью. Его значимость опосредуется системой

норм социальной группы, к которой он принадлежит. Иногда соблюдение некоторых общественно одобряемых норм поведения требует от индивида отказаться от заботы о собственном здоровье и даже от сохранения жизни.

С учетом всего вышеизложенного, мы определяем современное национальное содержание социально-культурного феномена «здоровье» как состояние гармонии в физическом, душевном и социальном развитии человека, которое необходимо для достижения личного и общественного благополучия. С этих позиций феномен «здоровый образ жизни» – это жизнедеятельность человека, направленная на самостановление человека по законам природного и социального бытия, на естественное самосохранение и проявление его самости для позитивного самоутверждения в собственном теле, в ближайшем социальном окружении, в обществе в целом и в природе.

Системообразующей идей должно стать положение: «Человек здоров, если он духовно и физически совершенствует себя и все время стремится к лучшему в личной и общественной жизни».

Список литературы

1. Братусь Б.С. К проблеме нравственного сознания в культуре уходящего века [текст] / Б.С. Братусь // Вопросы психологии. – 1993. – № 1. – С. 6-13.
2. Васильева О.С. Психология здоровья человека: эталоны, представления, установки: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений [текст] / О.С. Васильева, Ф.Р. Филатова. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 352 с.
3. Даль В. И. Толковый словарь живого великорусского языка [Текст] / В.И. Даль. – М.: Просвещение, 1999. – Т. 1. – 720 с.
4. Кондаков И.В. Культурология: История культуры России: Курс лекций [Текст] / И.В. Кондаков. – М.: ИКФ Омега-Л, Высш. шк., 2003. – 616 с.
5. Максимова Т. М. Современное состояние, тенденции и перспективные оценки здоровья населения [текст] / Т.М. Максимова. – М.: ПЭРСЭ, 2002. – 192 с.
6. Памятники литературы Древней Руси [текст] / Под ред. Д.С. Лихачева. – М.: Просвещение, 1981. – 424 с.
7. Современные тенденции динамики состояния здоровья молодежи [Текст] / А.Г. Ильин, И.В. Звездина, М.М. Эльянов и др. // Гигиена и санитария. – 2000. – № 1. – С. 59-62.