

УДК:372.613.398.1

НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ ОСНОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЁЖИ

© 2009 Н.У.Усманов, Н.Х.Кушвактов

Джизакский областной институт переподготовки и повышения квалификации педагогических кадров. Узбекистан

Статья поступила в редакцию 31.07.2009

В статье даётся научно-методическое сопровождение основ по формированию здорового образа жизни на основе национальной культуры и традиционных духовных ценностей у студенческой молодёжи.

Ключевые слова: воспитание молодёжи, образование и здоровье, культура и национальные ценности, просвещение и духовность.

В процессе глобализации мировое сообщество переживает сложные кризисные испытания, экономические, политические многие другие угрозы, которые сопровождаются обостренными конфликтами, как между людьми, так и между народами. В такой сложный период приобретает особую актуальность вопрос формирования основ здорового образа жизни у подрастающего поколения – молодёжи. Происходящие деструктивные явления в обществе характеризуют несформированность у различных людей, и в первую очередь молодых, базовых понятий бережного отношения к жизни, как в социально-психологической среде, в которой воспитывается молодое поколение, так и в социально-государственной системе, где отсутствует правовое сознание, правовое воспитание и в целом правовая культура, как гарант самосохранения общества.

Исходя из принципов самосохранения общества, которые заложены в традиционных и национально-культурных обычаях любого народа, который воспитывает молодое поколение, нужно формировать такие основы и у студенческой молодёжи, как наиболее одаренной, а, следовательно, и социально ангажированной части общества. Следует воспитать у молодых людей, вступающих во взрослую жизнь, здоровое мировоззрение, способность самостоятельно мыслить, быть гражданином, патриотом, заложить основы национального самосознания, чтобы впоследствии, взяв на себя ответственность за судьбу общественного развития.

Таким образом, воспитание и подготовка нравственных, образованных, интеллектуально одаренных кадров является задачей общегосу-

дарственного значения. В связи с такой важной и социально заостренной проблемой подготовки молодого поколения к современной жизни необходима актуальная информация о происходящих событиях, как во всем современном мире, так и непосредственно на своей Родине, важно воспитать чувство непосредственной причастности к происходящему вокруг, но одновременно и оберегать наше будущее – молодежь от деструктивных влияний. Это требует новых знаний о мире, традиционной отечественной культуре, навыков по организации позитивного влияния на молодое поколение и научно-методических основ таких подходов.

Глобализация и различные современные общественные тенденции и преобразования в обществе принесли в нашу жизнь, наряду с положительными изменениями и отрицательные, не свойственные конкретной традиционной культуре, а часто и чуждые явления. Здесь, чтобы правильно оценить ситуацию возникает проблема овладения новыми знаниями, осуществления необходимых, а иногда и оперативных действий. «Если агрессивные и посягающие силы мира хотят какой-нибудь народ сделать зависимым, завладеть его богатствами, прежде всего, его обезоруживают, то есть пытаются отнять самое ценное – национальные ценности, историю и культуру»¹ – пишет президент Узбекистана И.Каримов в своей книге «Высокая духовность – непобедимая сила». Далекая история тоже подтверждает правильность этих слов. Потому что духовная культура всякой нации или народа, его патриотичность имеют огромное значение, как для определения его сегодняшней судьбы, так и приобретают основополагающую роль в определении будущего подрастающего поколения. В самых сложных периодах истории человечества безопасность народов и людей не

¹Усманов Низамиддин Утаевич, кандидат филологических наук, доцент кафедры методики начального обучения. E-mail: jizmalaka@mail.ru

Кушвактов Негмат Хусанович, кандидат педагогических наук, доцент кафедры педагогики. E-mail: jizmalaka@mail.ru

¹ Каримов И.А. Высокая духовность – непобедимая сила. – Ташкент: 2008. – С. 110.

была такой актуальной, как сегодня. Сегодняшнее общество характеризуется многими деструктивными и отрицательными явлениями, что ведет к деформации самой социальной системы. Одним из таких позорных и разлагающих общество отрицательных явлений можно, например, назвать торговлю людьми, как транснациональное преступление. Торговля людьми, как вид преступления международного масштаба, угрожает прогрессу общества, развитию стран, а в контексте нашей статьи по формированию основ здорового образа жизни у современного молодого поколения, требует анализа этого явления. С целью противостояния такой форме рабства и угнетения человека человеком, мы воспитывая сегодня детей, не можем не осознавать, что торговля людьми касается, прежде всего, молодежи продуктивного и репродуктивного возраста, связанного с восполнением генофонда народов.

В нашей стране, Республике Узбекистан, вопросу предотвращения торговли людьми, борьбы с ней уделяется внимание как особенно актуальной проблеме. Принятые в 2008 году законы «О борьбе против человеческой торговли», «О ратификации протокола дополнения к Конвенции ООН против транснациональных организованных преступлений (Нью-Йорк, 15 ноября 2000 г.) по предотвращению человеческой торговли, особенно, торговли женщинами и детьми и наказание за них» служат программной основой в этой сфере.

Закон Республики Узбекистан «О борьбе против человеческой торговли», принятый 8 июля 2008 года, Указ Президента Республики Узбекистан «О мерах повышения эффективности борьбы против человеческой торговли» имеют важное конструктивное значение и позволяют расширить масштабы работ по этой борьбе. На основе данного указа утвержден план национальных мероприятий по повышению эффективности борьбы против человеческой торговли в 2008 – 2010 годах и определены действия по этому плану. Обеспечение на практике правовых гарантий по предотвращению человеческой торговли подтверждает, что человек, его жизнь, свобода, честь и другие неприкосновенные права – высшая ценность, как целого народа, так и каждого человека.

В противовес тенденции по глобализации сегодня в мире существует, что особенно заметно среди молодежи, положительная атмосфера для совершенствования национальных, религиозных, культурных и межкультурных связей между народами. В результате появляются широкие возможности для всестороннего развития молодежи, для обмена информацией, для совершенствования современных технологий, научно-технических достижений. Таким образом, наиболее

полное удовлетворение разных современных потребностей в информационном обществе, наряду с обеспечением прав и свобод молодежи, а также всесторонняя забота об их духовно-нравственном росте необходимо превратить в государственную политику страны по работе с подрастающим поколением. Для этого в системе образования и воспитания молодого поколения необходимо поэтапно формировать и совершенствовать знания молодежи о формах современного общественного сознания и самосознания, разъяснять и изучать идеологические корни национальной идеи, образ жизни других людей и народов.

Президент Республики Узбекистан заострил внимание на проблеме по современному воспитанию молодежи и сказал: «Мы не должны быть равнодушными к тому, к чему сегодня наша молодежь стремится, к каким ценностям, о чем мечтает, с какими помыслами живет. Родители, наставник и воспитатель, как ведущий руководитель, не имеют права наблюдать этот процесс со стороны. Все мы должны еще раз глубоко осознать простую истину: в сфере духовности не бывает опустошенности. Мы должны защитить детей от чуждых нашей природе вредных и опасных воздействий. Обязаны воспитать всесторонне развитых людей, чувствующих свою причастность к происходящим вокруг событиям, самостоятельно мыслящих, с твердым убеждением»².

В настоящее время одна из опасностей по захвату души и сознания студенческой молодежи является попадание под влияние, в тиски зависимости к лицам, занимающимся человеческой торговлей. Эти лица, служащие обогащению отдельных социальных преступных групп уводят молодого человека от действительности, психологически угнетая. Эта лица мошенничеством, угрозами, ложью стараются заразить сознание молодежи. Основная их цель, в первую очередь, легко и быстро разбогатеть³.

Здесь к месту следующие слова профессора М. Бекмуродова: «... процессы воздействия находят свой исход в изменении сознания и мировоззрения людей и в конечном итоге в превращении их в зомби. В какой степени проявляются заражение сознания молодежи, механизм превращения их в зомби, как происходит этот процесс, какие формы и способы используют чуждые идеологические силы для достижения своих целей – исследовать все это и бороться против

² Каримов И.А. Обеспечение незабываемости человеческих интересов – главная цель всех реформ и преобразований // Народное слово, 9 февраля 2008.

³ Шадиёв Г. Духовность и молодежь. – Ташкент: 2008.

них считается одной из актуальных задач, стоящих сегодня перед обществом»⁴.

По сведениям ООН в мире ежегодно примерно 2 миллиона 700 тысяч человек становятся жертвой человеческой торговли, самое худшее – от 600 тысяч до 800 тысяч их женщины и дети. Поэтому формируя у студенческой молодежи основы здорового образа жизни, необходимо совершенствовать агитационно-пропагандистскую работу по предотвращению таких чуждых развитию общества идей в сотрудничестве с широкой общественностью, в том числе, нужно усилить социальную безопасность молодежи, а также и работу по обеспечению защиты прав молодого поколения.

Актуальность данной проблемы подтверждают слова президента Республики Узбекистан И.А.Каримова из принятого в 2008 году Указа «О государственной программе «Года молодежи»: «Воспитать молодое поколение в духе твердого убеждения, почтения к общечеловеческим ценностям, могущим противостоять против чуждых нашему менталитету влияний и течений; формировать у молодежи тягу к здоровому образу жизни, осуществить меры профилактики по борьбе против СПИДа, наркомании, курения и других вредных привычек, организовать свободное время молодежи содержательно, создать условия для развития популярного молодежного спорта».

Наряду с такими преступлениями как терроризм, наркобизнес наибольшую тревогу во всем мире вызывает, так называемая «торговля людьми». Торговля людьми как одна из разновидностей организованных преступлений не знает границ и вовлекает в себя в основном молодежь, угрожая человеку, его образу жизни, интересам и лишая будущего. За человеконенавистническими действиями кроются материальные интересы группы лиц, занимающихся торговлей людьми. Попавшиеся в бездну человеческой торговли молодые люди теряют свободу, неприкосновенность, обречены унижениям и страданиям. Естественно возникает вопрос: Что такое торговля людьми? Как она возникла? Человеческая торговля – это такая система, в которой связанные между собой одной цепью преступные люди с античеловеческими качествами, с разрушительными идеями, игнорируя в человеке личность, в корыстных целях используют физическую силу других людей, приносят в жертву жизни других людей и этим достигают материального богатства, осуществляя торговлю так называемым «живым товаром».

Рассмотрим некоторые факторы, которые являются причиной появления торговли людьми.

Первый фактор – использование простодушия, наивности, искренности людей, злоупотребление их доверчивостью в людей. *Второй фактор* – низкая правовая грамотность молодежи. *Третий фактор* – не достаточное правовое воспитание, узость правового – духовного мира. *Четвертый фактор* – идейная опустошенность молодежи. Как известно, идейная опустошенность появляется там, где не развивается сознание молодежи, где идеологические процессы оставлены на самотек, где полностью не сформирована у молодежи идеология актуальных жизненных потребностей, отвечающая требованиям времени. Отсутствие идей и твердых убеждений у молодежи способствует потери правильного пути, они легко оказываются под влиянием внешних воздействий. В связи с предотвращением и появлением у молодежи идейной опустошенности необходимо привить им прогрессивные идеи и высокие создающие цели. Воспитатели молодого поколения не должны забывать о том, что приводит в воспитании к необратимым последствиям. Если мы не сумеем уберечь нашу молодежь от противоречащих нашему образу жизни влияний и ошибок мы можем потерять не только молодое поколение, но и само будущее народа. В такой ситуации, для того чтобы не возникла опустошенность в духовном мире у студенческой и другой молодежи, важно вовремя укрепить в их сознании и душе основы здорового образа жизни. Рассмотрим конструктивные аспекты такой деятельности по работе с современной молодежью:

Во-первых, в образовательных учреждениях внедрить в систему образования и воспитания современные и эффективные методы обучения и переобучения. На этой основе предполагается проведение учебной и воспитательной работы по совершенствованию системы подготовки высококвалифицированных педагогических кадров в различных отраслях профессиональной педагогической и научной деятельности.

Во-вторых, воспитание студенческой молодежи должно осуществляться не только в образовательных учреждениях, но и с высокой ответственностью со стороны родителей, махалли и широкой общественности, что позволит минимизировать серьезные недостатки существующего положения дел. Это позволит привлечь более широкий круг всех заинтересованных сторон к процессу образования и воспитания подрастающего поколения, более эффективного сотрудничества в благополучной судьбе молодежи в нашем обществе.

В-третьих, в процессе образования и воспитания необходимо поэтапно обеспечить формирование у студентов правового сознания и правовой культуры с учетом их психофизиологических возможностей в понимании долга, граждан-

⁴ Бекмуратов М. Механизм идеологического зомбирования // Маърифат. – Ташкент: 2007.

данственности, ответственности, адекватной самооценки и других показателей воспитанности молодежи. Системность такой работы основана на аналитическом подходе по изучению существующих проблем глобализации, что включает в себя – опросы студенческой молодежи по различным признанным сегодня негативным общественным тенденциям и явлениям. Ответы, которые мы получаем в ходе организации обратной связи с молодежью показывают, что сегодня разрушает как личность молодого человека, так и будущее общества, если не сформировано адекватное отношение к деструктивным элементам жизни. Такой подход, как диалог с молодежью, формирует навыки противостояния опасным явлениям, осознание цены здорового образа жизни и выбора направления здоровой жизни, навыков здоровых отношений с другими людьми. Таким образом, мы воспитываем личность, которая понимает свою самобытность, а исходящая из этих оснований задача заключается в том, чтобы воспитать студенческую молодежь с сильным гражданским и идеологическим иммунитетом против отрицательных явлений, которые угрожают нашей духовной культуре.

Таким образом, особое внимание в работе со студенческой молодежью нужно обратить к организации социальных систем и форм воспитания и образования: 1) добиться глубокого усвоения студентами духовного наследия, культуры народа в формировании духовности у студенческой молодежи; 2) добиться уважения общечеловеческих ценностей других развитых стран в изучении их духовных ценностей и научного наследия; 3) добиться выбора оптимальных вариантов по изучению достижений науки и техники развитых стран; 4) добиться подготовки профессионально зрелых специалистов с высокими человеческими качествами; 5) добиться воспитания духовно зрелой личности, вооруженной основами социального сотрудничества, межнационального соглашения, взаимоуважения между религиями; 6) воспитание молодежи с сильным идеологическим иммунитетом, не поддающейся влиянию чуждых, отрицательных идей; 7) сформировать высокий уровень самоорганизации молодого поколения; 8) развернуть деятельность по интересной, содержательной организации свободного времени студентов: разработать единую систему духовно-просветительских работ и внедрить её по осуществляемым методам; 9) обеспечить непрерывность духовно-просветительских работ, проводимых со студентами, добиться эффективного использования современных образовательных технологий в формировании развитой личности; 10) совершенствовать духовно-нравственное содержания воспитания студенческой молодежи, обогатить

их национальными и общечеловеческими ценностями; 11) добиться широкого использования и внедрения в практику жизни профессиональных научно-исследовательских проектов и работ по защите студенческой молодежи от внешних отрицательных воздействий, таких как терроризм, торговля людьми и других; 12) создание механизма защиты студенческой молодежи от торговли людьми.

В процессе образования и воспитания студенческой молодежи, как уже говорилось выше, необходимо усилить идеологический иммунитет у молодежи против отрицательных воздействий, влияющих на развитие сознания молодежи, воспитание их в духе любви к Родине, богатой истории, а также национальным ценностям. Тогда мы сможем подготовить осознающее свою самобытность, идущее в ногу со временем зрелое поколение.

Для этого необходимо осуществить следующие социально-психологические мероприятия во всех сферах работы с молодежью: 1) обеспечить глубокое изучение молодежью богатого исторического, просветительского культурного наследия великих предков для формирования у них культурных основ здорового образа жизни; 2) на основе осознания самого себя как социальной личности способствовать высокому самосознанию молодежи; 3) в изучении ценностей и научного наследия развитых стран, принимать во внимание общечеловеческие ценности, добиться уважительного отношения к ним; 4) усилить агитационно-разъяснительные работы на местах в вузах и других учебных и воспитательных учреждениях; 5) сформировать у молодежи жизненную позицию; 6) оптимально использовать знания, науку, технологии в обучении для того чтобы не допустить в сознании молодежи идейной опустошенности; 7) обеспечить максимум занятости молодежи, привлекать их к овладению различными профессиями; 8) объяснить молодежи простыми словами и жизненными примерами последствия такого позорного явления современности, как торговля людьми, который, к сожалению, является преступным бизнесом с высоким и очень доходом; 9) в связи с этим налаживать использование видеоматериалов, отражающих человеческую торговлю и её последствия.

Исследования, проведенные среди студентов Гулистанского госуниверситета и Джизакского госпединститута им. А.Кадыри Министерства народного образования Республики Узбекистан показали, что у современных студентов не сформированы основы здорового образа жизни. Со студентами вышеуказанных вузов нами проведено тестирование, опрос, опытно-испытательные работы. Изучение и анализ сформированности основ здорового образа жизни студенческой моло-

дѣжи на основе знаний позволили достичь следующих результатов: 1) расширились представления студенческой молодѣжи о здоровом образе жизни; 2) начали осознавать здоровый образ жизни как социальную, духовную и биологическую потребность – это в корне изменяет отношение студенческой молодежи к здоровому образу жизни; 3) в целом, студенческая молодѣжь осознает, что нужно соблюдать здоровый образ жизни; 4) студенческая молодежь узнает пути формирования основ здорового образа жизни, знакомятся со способами такой самоорганизации.

При тестировании студентов, во время опытно-испытательных работ группой контроля определены знания студентов о здоровом образе жизни. Знания студентов о здоровом образе жизни анализированы по 5-бальной системе М.И.Грабарь и К.А.Краснянская по математико-статистическому методу⁵ и получены следующие результаты:

В опытной группе из 50 студентов оценка «5» получили 13 студентов, оценка «4» – 23, оценка «3» – 12, оценка «2» – 2; в группе контроля оценка «5» – 4, оценка «4» – 22, оценка «3» – 17, оценка «2» – 7. Результаты исследования показали, что после проведения опытно-испытательных работ в опытных группах количество студентов, получивших отличную и хорошую оценки увеличилось от 62 до 72 процента, что означает – в процессе опыта и тестирования расширились представления, углубились знания студентов о здоровом образе жизни. Всякое ме-

роприятие или практическая деятельность, осуществляемые на пути развития духовности в национальных идеях, несомненно, является весомым вкладом в развитии общества⁶, поскольку духовное совершенствование молодѣжи состоит в воспитании ясного мировоззрения, патриотизма, самоотверженности в ходе развития свободной и процветающей Родины, что очень ценно⁷ как для самой молодежи, которая самоопределяется во взрослом мире, так и общества, которое приобретает зрелую личность и гражданина.

Таким образом, целесообразно, в процессе воспитания и образования подрастающего поколения, формировать истинно человеческие качества и достоинства, соприродные и свойственные человеку вообще. Однако, важно при этом опираться на духовно-национальные ценности, которые отличают один народ от другого, которые являются особенными и передаются из поколения в поколение, как традиции народа, которые его укрепляют и составляют, определенным образом, основы образа жизни.

⁵ Грабарь М.И., Краснянская К.А. Применение математической статистики в педагогических исследованиях. – М.: 1977. – С.185.

⁶ Национальная идея: пропагандистские технологии и словарь терминов. – Ташкент: 2007. – С. 187.

⁷ Азизходжаев А. Не ослаблять идейную борьбу. – Ташкент: 2004.

DEVELOPING HEALTHY LIFE FUNDAMENTALS OF YOUNG STUDENTS

© 2009 N.U.Usmanov, N.H.Kushvaktov^o

Jizzakh Regional Institute of Pedagogical Personnel Training and Development. Uzbekistan

This article is devoted to the problem of general value of young students. It also expresses the process of healthy life fundamentals development on the basis of national spiritual value.

Key words: training, education and health, culture and national values, public education and spirituality.

^o Usmanov Nizamiddin Utaevich, Candidate of Philology, Senior Lecturer Elementary Education Methods Department. E-mail: jizmalaka@mail.ru
Kushvaktov Nemat Husanovich, Candidate of Pedagogics, Senior Lecturer of Pedagogics Department. E-mail: jizmalaka@mail.ru