

выявляется высокий значения специфических параметров культуры можно отнести к адаптивному *типу групповой семейной культуры*.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Камерон, К. Диагностика и изменение организационной культуры / К. Камерон, Р. Куинн. – Санкт-Петербург, 2001. – С. 74.
2. Баландина, Т. М. Социальные коммуникации в системе организационной культуры предприятия / Т. М. Баландина // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Социология. Политология. – 2017. – Т. 17. – № 2. – С. 166–169.
3. Смирнов, И. А. Показатели социально-экономического контроля деятельности организации военного типа / И. А. Смирнов // Среднерусский вестник общественных наук. – 2018. – Т. 13. – № 6. – С. 193–202.
4. Хвостанцев, С. В. Современные методологические основы исследования семьи / С. В. Хвостанцев // Вестник Поволжского института управления. – 2015. – № 5 (50). – С. 76–83.
5. Хвостанцев, С. В. Социальная адаптация семьи в условиях современного этапа социальных реформ / С. В. Хвостанцев // Вестник Поволжского института управления. – 2015. – № 3 (48). – С. 86–92.

УДК 316.4

Д. Н. КУРДЮКОВ

Саратовский военный ордена Жукова Краснознаменный институт войск национальной гвардии Российской Федерации, Саратов

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ КУРСАНТОВ ВВУЗ

Аннотация. В статье проводится анализ различных теоретических и эмпирических исследований, проблемы сохранения военнослужащими собственного здоровья, а так же разработки эффективного психологического инструментария для формирования здорового образа жизни у курсантов высшего военного учебного заведения.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, курсант, здоровье, военнослужащие, сохранение здоровья.

D. N. KURDYUKOV

Saratov military order of Zhukov red banner Institute of the national guard of the Russian Federation, Saratov

FORMATION OF A HEALTHY LIFESTYLE FOR VVUZ CADETS

Abstract. The article analyzes various theoretical and empirical studies, the problems of preserving military personnel's own health, as well as the development of effective psychological tools for the formation of a healthy lifestyle among cadets of higher military educational institutions.

Keywords: healthy lifestyle, student, health, the military, the preservation of health.

Статистика свидетельствует, что конец XX и начало XXI в. характеризуются высоким ростом заболеваемости и смертности населения. Согласно оценкам экспертов, состояние здоровья населения страны,

особенно молодежи, представляет угрозу национальной безопасности. Здоровье молодежи страдает от таких проблем, как некачественное питание, курение, употребление алкоголя, наркотических и других психоактивных веществ, ВИЧ/

Спида и инфекций, передающихся половым путем. Многие молодые люди сознательно пренебрегают соблюдением правил личной гигиены и занятием физической культурой и спортом. Возникает парадоксальная, и в то же время опасная ситуация, когда люди собственным неразборчивым поведением добровольно наносят себе вред и сокращают продолжительность своей жизни.

Система здравоохранения, из-за своего несовершенства, не может существенно влиять на сохранение здоровья человека. Отсюда особую значимость приобретают вопросы подготовки молодого человека к реализации здорового образа жизни в различных условиях его жизнедеятельности. В этом аспекте военная среда, в силу своей специфичности, представляет особый интерес для исследователей. В частности это касается высших военных учебных заведений (ВВУЗ), в которых учатся не просто юноши, а будущие защитники государства. Военная служба требует от них физического и психического здоровья. Кроме того, курсанты ВВУЗ в будущем станут офицерами и будут руководителями, а значит, получают возможность влиять на отношение к здоровью своих подчиненных. Этим, прежде всего, обусловливается актуальность научного исследования психологических особенностей формирования здорового образа жизни (ЗОЖ) у курсантов ВВУЗ.

Анализ научных источников, посвященных формированию у военнослужащих здорового образа жизни, позволил выяснить, что эта проблематика является одной из наименее изученных сфер социально-психологической работы. Изучение особенности деятельности должностных лиц ВВУЗ показало, что у них отсутствует эффективный инструментарий для формирования у курсантов здорового образа жизни. Среди широкого спектра вопросов, которые требуют своего решения, не разработанными остаются те, что связаны с обоснованием критериев и показателей здорового образа жизни курсантов, своевременного выявления среди них тех, кто склонен к

нездоровому образу жизни; обоснованием основных мероприятий по формированию здорового образа жизни курсантов в процессе их учебной и служебной деятельности; определению основных субъектов ВВУЗА, которые влияют на соблюдение будущими офицерами здорового образа жизни и формируют у них мотивацию к сохранению и укреплению собственного здоровья.

Для результативной практической работы субъектов формирования психологии здоровья у подчиненного личного состава нет надлежащих теоретических и методических разработок. Кроме этого не разработаны практические рекомендации для соответствующих должностных лиц, в частности, руководителей курсантских подразделений по формированию здорового образа жизни подчиненных.

Теоретический анализ трудов отечественных и зарубежных исследователей здорового образа жизни свидетельствует о том, что отдельные аспекты этой проблемы уже изучались исследователями. В частности, ими рассматривались онтологические, гносеологические, аксиологические аспекты категории «здоровье», а также «здорового образа жизни» (Н. Басалаева, В. Белов, И. Брехман, Ю. Лисицын, Г. Никифоров, В. Савкин.), проблемы сохранения психического здоровья (В. Кохан, Е. Потапчук, Р. Сирко и др.), медицинские аспекты проблемы здорового образа жизни (М. Амосов, г. Апанасенко, В. Гарбузов, Н. Иовчук, А. Мерклина, А. Леонтьев, Д. Нистрян и др.), использование потенциальных возможностей военного учреждения и семьи (М. Козяр, Н. Коваль), средств массовой информации (В. Вакуленко, А. Яременко и др.) и физического воспитания (С. Попов, В. Семенова и др.). Однако, что касается вопросов формирования здорового образа жизни у курсантов ВВУЗ, то они, к сожалению, не были предметом отдельного исследования.

Учитывая результаты исследований г. Апанасенко, И. Гундарова, Ю. Лисицына, В. Палехского и др. Мы

пришли к выводу, что под понятием «здоровый образ жизни курсанта ВВУЗ» следует понимать такие особенности деятельности будущего офицера, которые способствуют сохранению и укреплению его здоровья, а также гармоничной организации службы, учебы, быта, отдыха. Составляющие здорового образа жизни содержат различные элементы, касающиеся всех сфер здоровья – физической, психической, социальной и духовной. Выяснено, что в структуру здорового образа жизни курсантов ВВУЗ входят: рациональная служебная и учебная деятельность; самоподготовка и саморазвитие у курсантов важных личностных качеств (силы воли, целеустремленности, настойчивости, активности, самодисциплины, самоконтроля); самоорганизация жизнедеятельности, основанной на полноценном распорядке дня, который включает рациональный отдых, занятия физической культурой и спортом и профилактику заболеваний; психологическая подготовка как основа предупреждения вредных привычек; рациональное и сбалансированное питание как основа правильного развития всех систем организма; полноценный сон, который способствует восстановлению физических и умственных сил.

На ЗОЖ человека влияют такие факторы: труд, рациональный режим труда и отдыха, недопущение вредных привычек, оптимальный двигательный режим, личная гигиена, закаливание, рациональное питание и т. п.

Физически и психически здоровым можно считать человека, который не имеет вредных привычек, живет активной жизнью в социуме, имеет набор надежных методик для преодоления стрессов, регулярно выполняет физические упражнения, позволяющие поддерживать физическую форму и привлекательную фигуру.

Наибольшее значение среди внешних факторов риска играют особенности семейного воспитания, поскольку именно в семье формируются установки на ЗОЖ (Херсонский, Н. Логвина, Л. Пономарева).

На развитие у детей аддиктивного и девиантного поведения, а следовательно, – нездорового образа жизни, существенно влияют проблемные семьи и семьи с негативным типом воспитания (гиперпротекцией, гипопротекцией, противоречивым воспитанием), а также неполные и деформированные семьи (с отчимом и мачехой).

По характеру реализации ЗОЖ курсанты могут разделяться на: активных, средних и пассивных. Выяснено, что ЗОЖ курсантов ВВУЗА зависит от таких факторов, как рациональный режим учебы, службы и отдыха, искоренение вредных привычек, оптимальный двигательный режим, личная гигиена, закаливание, рациональное питание, положительные эмоции. К основным критериям и показателям ЗОЖ курсантов принадлежат двигательную активность (занятия физической культурой и спортом, пешие прогулки, и др), качественное питание (равновесие получаемой энергии используется, соответствие химического состава рациона физиологическим потребностям организма в пищевых веществах), отсутствие вредных привычек (курение, употребление наркотиков, алкоголя), соблюдение правил личной гигиены (рациональный суточный режим, уход за телом, гигиена одежды и обуви, закалка организма), безопасное сексуальное поведение (информация о начале половой жизни, степень осведомленности о средствах предотвращения болезней, передающихся половым путем) и возможности реализации ЗОЖ (наличие благоприятных условий для личной гигиены, наличие благоприятных условий для занятия физической культурой и спортом).

Следовательно, соблюдение людьми ЗОЖ зависит от многих факторов. Знания о них помогут курсантам ВВУЗ избежать в будущей деятельности ошибочных решений и сохранять свое физическое и психическое здоровье.

Для получения будущими офицерами необходимой информации по ЗОЖ возникает потребность в поиске и активизации возможностей высшего учебно-

го заведения по подготовке курсантов к реализации ЗОЖ.

Анализ научных источников и результатов практической деятельности позволил выявить перечень индивидуальных характеристик личности, которые можно рассматривать как предпосылку ее нездорового образа жизни. Прежде всего, такими предпосылками являются: неразвитый самоконтроль, недостаточная настойчивость, низкое самоуважение и неуверенность в себе, эмоциональная и психическая неуравновешенность, жизненные псевдоценности, которые допускают употребление наркотиков и алкоголя, низкий уровень успеваемости, отсутствие понимания в семье и (или) в учебных заведениях, проявления асоциального поведения в раннем возрасте.

Изучение законодательства страны свидетельствует о том, что, к сожалению, отдельная законодательная основа по формированию у военнослужащих ЗОЖ в нем отсутствует. В частности, анализ содержания Конституции РФ свидетельствует о том, что в ней нет отдельного блока о здоровом образе жизни для военнослужащих. Отсутствует такая информация также и в других документах, в частности руководящих. Например, в уставе внутренней службы ВС РФ указано, что сохранение и укрепление здоровья, физическое развитие военнослужащих – важная и неотъемлемая часть их подготовки к выполнению воинского долга. В то же время, в его содержании подается лишь краткий перечень основных мер сохранения и укрепления здоровья военнослужащих, который не дает четкого представления об эффективных путях и особенностях формирования в них ЗОЖ. Учитывая это, возникает потребность в разработке эффективного психологического инструментария для формирования ЗОЖ у курсантов ВВУЗА, которым предстоит в будущем быть руководителями, а следовательно, влиять на отношение к здоровью своих подчиненных.

В значительной мере эффективность методики формирования ЗОЖ

курсанта зависят от целесообразной деятельности должностных лиц, осуществляющих целенаправленное воздействие на личность курсанта, а следовательно, и на состояние их физического и душевного благополучия. Учитывая то, что понятие «должностные лица» охватывает широкий круг лиц, которые наделены определенной распорядительной властью в структуре воинских формирований, мы, учитывая штатную структуру ВВУЗ, обнаружено, что должностными лицами, которые способны выступать в роли активных субъектов формирования ЗОЖ у курсантов есть: командир взвода, командир роты, командир батальона, заместитель командира батальона, а также преподаватели и психологи учебного заведения.

В данной статье теоретически обосновано и экспериментально установлено, что соблюдение будущими офицерами здорового образа жизни существенно детерминировано организацией их жизнедеятельности в условиях ВВУЗА и формированием соответствующей мотивации к сохранению и укреплению собственного здоровья. В то же время отсутствие теоретических и методических разработок по этой проблематике, а также эффективного инструментария для формирования у курсантов здорового образа жизни, указывают на необходимость ее всесторонней разработки.

На основе анализа научно-психологической литературы уточнено, что понятие «здоровый образ жизни курсанта ВВУЗ» отражает следующие особенности деятельности будущего офицера, способствующие сохранению и укреплению его здоровья, а также гармоничной организации службы, учебы, быта и отдыха. Основными критериями и показателями здорового образа жизни курсанта ВВУЗА являются: занятия физической культурой и спортом, качественное питание, отсутствие вредных привычек, соблюдение правил личной гигиены, безопасное сексуальное поведение и возможности для реализации здорового образа жизни.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Белова, Н. И. Парадоксы здорового образа жизни учащейся молодежи / Н. И. Белова // Социологические исследования. – 2008. – № 4. – С. 84–86.

2. Мельник, А. Р. Самовоспитание здорового образа жизни военнослужащих и педагогическое руководство им / А. Р. Мельник // Вестник Тамбовского университета. – 2012. – № 10 (114). – С. 174–179.

3. Носкова, Е. П. Социологическое прочтение здорового образа жизни /

Е. П. Носкова // Электронный экономический вестник Татарстана. – 2013. – № 2. – С. 87–90.

4. Слободяник, В. И. Исследование ценностных ориентаций на здоровый образ жизни среди курсантов высших учебных заведений системы МЧС / В. И. Слободяник // Научный вестник Черновицкого университета: сборник научных трудов. – Вып. 308: Педагогика и психология / научный редактор Г. Г. Филипчук. – Черновцы: Рута, 2006. – С. 132–140.

УДК 316.74

А. М. ПИХТЕЛЁВ,
Ю. Г. БЫЧЕНКО

Саратовский военный ордена Жукова Краснознаменный институт
войск национальной гвардии Российской Федерации, Саратов

ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПОНЯТИЯ «ОФИЦЕРСКАЯ ЧЕСТЬ»

Аннотация. Моральные традиции в офицерском корпусе Российской армии всегда играли важнейшую роль. Воспитанные на понятиях чести, офицеры берегли честь мундира, честь полка, свою личную честь. Военные организации уделяют большое внимание поведению офицера, как на службе, так и вне ее. В этой связи возникла необходимость в теоретическом обосновании понятия «офицерская честь». Авторами статьи раскрывается сущность и содержание данного понятия, определяется его место в жизни русского офицера, а также обосновывается взаимосвязь с духовными ценностями.

Ключевые слова: офицерская честь, концепция, действующий субъект, Отечество, воинский долг.

A.M. PIKHTELEV,
YU. G. BYCHENKO

Saratov military order of Zhukov red banner Institute
of the national guard of the Russian Federation, Saratov

THEORETICAL JUSTIFICATION OF THE CONCEPT OF "OFFICER HONOR"

Abstract. Moral traditions in the officer corps of the Russian army have always played an important role. Brought up on the concepts of honor, the officers cherished the honor of the uniform, the honor of the regiment, and their personal honor. Military organizations pay great attention to the behavior of the officer, both in service and outside it. In this regard, the need arose for a theoretical substantiation of the concept of "officer honor". The authors of the article reveal the essence and content of this concept, determine its place in the life of a Russian officer, and also substantiate the relationship with spiritual values.

Keywords: officer's honor, concept, actor, fatherland, military duty.

Прежде чем перейти к изложению основного материала, мы хотели бы представить выдержки из стихотворения русско-

го поэта Н. И. Алексеенко «Офицеры»: «...Офицерская честь – не награда, не лезть, Нелегко достается в труде боевом,