

УДК 371.71

Профилактика здорового образа жизни в образовательных организациях

Алынин Станислав Артурович

Аспирант,

Государственный университет

морского и речного флота имени адмирала С.О. Макарова,

198035, Российская Федерация, Санкт-Петербург, ул. Двинская, д. 5/7;

e-mail: stanislavalynin@mail.ru

Аннотация

В статье освещаются вопросы формирования здорового образа жизни и здоровьесбережения обучающихся в современных образовательных организациях. Особое внимание уделяется вопросам формирования и организации здорового образа жизни учащихся, приводятся практические рекомендации. Сформулированы оптимальные условия для организации здорового образа жизни. Рассмотрен комплексный подход к мотивации здоровьесбережения.

Для цитирования в научных исследованиях

Алынин С.А. Профилактика здорового образа жизни в образовательных организациях // Педагогический журнал. 2015. № 1-2. С. 47-60.

Ключевые слова

Формирование здорового образа жизни, принципы здоровьесбережения, практические рекомендации.

Введение

Современная политическая и экологическая ситуация в мире влияет на снижение жизненного тонуса населения, а физические и психологические пе-

регрузки, способствуют нарушениям в сфере здоровья людей. Особенно эти негативные обстоятельства отражаются на самом незащищенном слое общества – на подрастающем поколении. Как показывают исследования министерства здравоохранения, уже при рождении практически половина малышей имеет предрасположенность к различным хроническим заболеваниям. Поэтому вопросы здоровьесбережения детей должны решаться в образовательных учреждениях всех уровней: от детских дошкольных учреждений до высших учебных заведений любой направленности.

В Приказе Министерства образования и науки Российской Федерации от 28 декабря 2010 г. «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников», в Законе Российской Федерации «Об образовании» 2013г одним из приоритетных направлений государственной политики в области образования названо сохранение здоровья учащихся, воспитание у подрастающего поколения культуры здоровья, формирование у них ценностей здоровья и здорового образа жизни (ФЗ № 185). «Здоровый образ жизни представляет собой систему необходимых условий, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психологического здоровья обучающихся, воспитанников. Образовательное учреждение создаёт условия, гарантирующие охрану и укрепление здоровья обучающихся. Требования сформированы с учётом факторов, оказывающих влияние на состояние здоровья обучающихся: социальные, экономические и экологические условия окружающей действительности» (ФЗ № 185).

Здоровый образ жизни и условия его организации

В современных исследованиях, посвященных исследуемой проблематике, здоровый образ жизни рассматривается как возможный и оправданный способ жизнедеятельности, позволяющий индивидууму вести активный и осознанный образ жизни до глубокой старости. Здоровый образ жизни – это многофункциональный процесс, учитывающий индивидуальные качественные характеристики каждого субъекта, соответствующий генетически обусловленным типологическим особенностям, конкретным условиям окружающей среды и

направленный на формирование, сохранение и укрепление здоровья, полноценное выполнение индивидуумом социально-биологических функций на протяжении всей жизни [Давиденко, 1996, 28].

При рассмотрении данной проблемы следует вычленить несколько важных задач, которые необходимо реализовать на практике:

– Осознанным носителем здорового образа жизни является конкретный индивид, выступающий в этом процессе и как субъект и как объект своей жизнедеятельности.

– При реализации здорового образа жизни каждый индивид воспринимается в единстве своей биологической и социальной сущности.

– Для формирования основ здорового образа жизни необходимо развитие личностной мотивации конкретного человека с целью реализации своих индивидуальных физических возможностей и интеллектуальных способностей.

– Здоровый образ жизни является наиболее действенным и конструктивным способом сохранения, обеспечения и приумножения здоровья, выступает важным профилактическим средством в предотвращении и предупреждении целого ряда заболеваний.

– Необходимо сформулировать конкретные предложения учащихся образовательных организаций.

Комплексный подход к формированию здорового образа жизни невозможен без учета следующих факторов, влияющих на здоровье человека:

- самооценка собственных достижений;
- настрой на долгую здоровую жизнь;
- эмоциональное состояние;
- уровень общей, духовной, физической культуры;
- осознанность отношения к здоровью;
- уровень знаний о сохранении и укреплении здоровья;
- стиль жизни;
- самоконтроль;
- профилактика заболеваний;
- режим дня, труда и отдыха;
- регулярные медицинские осмотры;

- наследственность;
- условия жизни;
- круг общения;
- общественная оценка личности и деятельности человека [Галкин, 2004, 86].

Учитывая перечисленные факторы, можно сформулировать оптимальные условия для организации здорового образа жизни:

1. *Осознанная ответственность.* Необходимо воспитывать осознанное отношение к своему здоровью у каждого индивидуума: прививать привычку к здоровому и умеренному питанию, необходимой физической активности, регулярному медицинскому осмотру. Для повышения мотивации необходимо проводить различные профилактические мероприятия. Показательно в этом отношении мнение Л.Н. Толстого, уделявшего много внимания своему здоровью: «Смешны требования людей курящих, пьющих, объедающихся, не работающих и превращающих ночь в день, о том, чтобы доктор сделал их здоровыми, несмотря на их нездоровый образ жизни» [Толстой, 1998, 568].

2. *Комплексный подход.* Здоровый образ жизни – это целый комплекс согласованных действий всех систем организма и личности, изменение в любом из них скажется на состоянии здоровья в целом. Чтобы обеспечить их гармоничное взаимодействие, необходимо уделять внимание всему комплексу обстоятельств, формирующих здоровый образ жизни человека.

3. *Индивидуальный подход.* Он связан с тем, что каждый человек уникален как с точки зрения биологической (генотипической), так и психологической и социальной природы. Поэтому для каждого индивидуума должна быть разработана своя программа здорового образа жизни, в которой необходимо учесть соответствующие особенности. Учет генотипических факторов предполагает внесение в программу здорового образа жизни корректив, связанных с типом телосложения, особенностями обмена веществ, преобладающим характером вегетативной регуляции, биоритмическими показателями и т.п.

Следовательно, построение здорового образа жизни должно соответствовать указанным обстоятельствам таким образом, чтобы соответствовать генетической специфике данного человека, а не противоречить ей. Возможны программы для групп со схожими физиологическими особенностями.

4. *Условие умеренности.* Переход к здоровому образу жизни обусловливается тем, что резкий переход к повышенным физическим нагрузкам может привести только к ухудшению состояния здоровья, также резкое ограничение в питании, всевозможные диеты наносят вред функционированию многих систем организма. Необходимо постепенное, бесстрессовое применение комплексных мер по переходу к здоровому образу жизни каждого индивидуума.

Формирование и поддержание здорового образа жизни – основная задача, которую необходимо решать на протяжении всей жизни человека, начиная с детства и до зрелого возраста. Большую часть своей жизни человек проводит в семье. Именно в семье зарождаются первые основы здорового образа жизни: гигиенические процедуры, режим дня, регулярные медицинские осмотры – все это составляющие, способствующие укреплению и сохранению здоровья.

Большую, если не главную роль в формировании, мотивации и осознанном выборе здорового образа жизни, играют образовательные организации.

Организация здорового образа жизни в образовательных организациях

Детские дошкольные учреждения (детские сады и ясли) реализуют программу, направленную на приобретение навыков здорового образа жизни: в детских садах выполняется режим питания, сна и бодрствования, проводятся физкультурные занятия и утренняя гимнастика. Стоит заметить, что современные ученые-диетологи достаточно критично оценивают режим питания в детских дошкольных учреждениях, но на государственном уровне эти замечания пока не учитываются. Также в детских учреждениях воспитанники находятся под постоянным наблюдением медицинских работников.

В школьном образовании вопросов к дальнейшему формированию здорового образа жизни возникает гораздо больше: горячее питание, предоставляемое в столовых, ученики употребляют неохотно, что приводит к росту числа заболеваний желудочно-кишечного тракта уже в школьном возрасте.

Учебная нагрузка в школе достаточно продолжительна по времени и умственным нагрузкам. Учебники и учебные пособия, необходимые для школь-

ных занятий, по массе часто превосходят нормы, допустимые для школьников, к этому добавляется вес самого портфеля, сменной обуви. Дети много времени проводят в статичной позе, мебель часто не соответствует росту учеников, поэтому развиваются болезни позвоночника, которые достаточно трудно лечиваются.

Уроки физической культуры, которые призваны укреплять здоровье учеников, не справляются с поставленной перед ними задачей ввиду многих объективных причин: расписание составлено таким образом, что ученики за короткую перемену должны успеть переодеться как к уроку физкультуры, так и к последующим урокам уже после физических нагрузок, что приводит к нарушению гигиенических норм. Нормы и показатели, которые дети должны выполнить в ходе занятий, рассчитаны на абсолютно здоровых детей, а их, как показывают исследования, практически нет. Доля детей, имеющих первую группу здоровья, ничтожно мала. Таким образом, уроки физической культуры, призванные сохранять здоровье учеников, превращаются в бесконечную сдачу нормативов, которые негативно сказываются на физическом и психологическом состоянии учеников.

Несмотря на то, что учебное время, отведенное на физическую культуру, увеличено до трех часов в неделю, а по школьному учебному плану это достаточно много (к примеру, география, биология, физика и химия изучаются два часа в неделю, а экзаменационный предмет с обязательным экзаменом в форме государственной итоговой аттестации – алгебра, также в учебном плане занимает три часа в неделю)¹, на сегодняшний день, видимых результатов по укреплению здоровья учащихся и приобщению их к здоровому образу жизни не привело.

Для повышения мотивации занятий физической культурой и развитию здорового образа жизни учащихся необходимо применить ряд комплексных мер в учебном процессе образовательных организаций:

1. Необходимо медицинское обследование каждого ученика с целью рекомендаций для занятий физической культурой, которые предусмотрены груп-

1 Письмо Комитета по образованию от 10.04.2014 № 03-20-1424/14-0-0 «О формировании учебных планов общеобразовательных организаций Санкт-Петербурга, реализующих основные общеобразовательные программы, на 2014/2015 учебный год».

пой здоровья, индивидуальными особенностями и предрасположенностями, ограничениями в выполнении физических упражнений определенной группы по медицинским показаниям.

2. Класс необходимо разделить на группы соответственно медицинским показаниям и для каждой группы разработать свою учебную программу и свой учебный план, соответствующий не общим нормативам, а конкретным возможностям учащихся, входящих в каждую группу. Нормативы для каждой группы должны быть предусмотрены в зависимости от возможностей учащихся. Целесообразно разработать перспективные показатели, которых действительно способен достигнуть ученик в процессе занятий, что приведет к усилению мотивации и стремлению достигнуть новых показателей. Как известно, состояние успеха благотворно сказывается на дальнейших результатах и способствует активизации стремлений в достижении цели, что приведет, в конечном итоге, к регулярным занятиям физической культурой, приносящим удовольствие от самого процесса занятий, – а это уже шаг к здоровому образу жизни.

3. Корректировка расписания занятий, они выстраиваются таким образом, чтобы учащиеся после физических нагрузок могли восстановиться, провести гигиенические процедуры (душевые кабины есть в каждой школе, если они не работают или не используются по назначению – вопрос к администрации учебных заведений).

В качестве конкретного предложения по составлению расписания можно рассмотреть следующее: два часа занятий ставить друг за другом, то есть «парой». Это позволит провести достаточную разминку, которая необходима для проведения дальнейших усиленных физических нагрузок, основное время использовать с максимальной пользой и закончить урок релаксацией, способствующей быстрому восстановлению. Это возможно воплотить только в том случае, если урок будет длиться два академических часа подряд, что вполне возможно применить в каждой образовательной организации. Оставшийся, третий урок в неделю, возможно использовать следующим образом: небольшая подготовительная разминка, далее – знакомство с новыми упражнениями или отработка уже знакомых. Возможно также использовать этот урок для сдачи нормативов и улучшения собственных показателей, когда ученик не все

время занят активными физическими упражнениями, а поэтому не потребуется время для восстановления.

Можно посвятить этот урок подготовке к игровым тренировкам: отрабатывать подачи мяча, ведение мяча, изучать правила игр и т.д. Таким образом, можно добиться повышения мотивации к занятиям физической культурой и, как следствие, улучшения состояния здоровья каждого ученика.

4. Очевидно, следует отказаться от привычной аттестации по физической культуре по пятибалльной шкале: невозможно оценить занятия ученика с первой группой здоровья, который может и должен сдавать нормы ГТО (по новым рекомендациям Минобразования) и занятия ученика подготовительной группы, для которого выполнение простых упражнений – уже шаг к новому физическому состоянию. Основная цель физической культуры в школе – привитие навыков физического здоровья и приобщение учеников к осознанному здоровому образу жизни в дальнейшем, а не выставление оценок за выполнение тех или иных упражнений.

Если использовать предложенный ряд мер по усовершенствованию преподавания физической культуры в школе, вероятно, результат будет более благоприятным для здоровья подрастающего поколения, чем это происходит в настоящее время.

В высших учебных заведениях занятия физической культурой также приносят недостаточный результат в приобщении обучающихся к осознанному выбору здорового образа жизни. Студенты после получения образования должны выйти в социум специалистами, готовыми к активной трудовой деятельности. И к будущим специалистам предъявляются требования быть стрессоустойчивыми, с хорошим физическим и психологическим здоровьем, что позволит им успешно выполнять свои профессиональные обязанности.

В настоящее время изменились качественные требования, предъявляемые к выпускникам высших учебных заведений. Современная социально-экономическая обстановка требует от выпускников не только и не столько хороших профессиональных знаний, сколько умение применить личностное творческое отношение, нацеленное на успех; самоопределение и самосовершенствование на всех этапах активной трудовой деятельности. Высокая ра-

ботоспособность, основополагающим принципом которой является крепкое здоровье и хорошее физическое и психическое развитие, позволяет проявить высокий профессионализм в любой сфере жизнедеятельности. В связи с этим формирование здорового образа жизни студенческой молодежи, позволяющее обеспечить молодому специалисту полноценную реализацию в социуме, – одна из важнейших задач высшего образования, которая должна стать приоритетным направлением в целостной системе высшего образования [Агеевец, 1965].

Здоровый образ жизни, к сожалению, часто воспринимается в обществе как узкое понятие, сводящееся только, в основном, к отказу от вредных привычек. На самом деле, здоровый образ жизни – это комплекс мероприятий, позволяющий человеку вести активную, насыщенную жизнь в социуме, реализовывая себя как мобильная, конкурентоспособная, нравственно зрелая, профессионально-культурная личность, способная к активной жизнедеятельности в условиях нестабильной окружающей действительности.

Мотивацию к осознанному выбору здорового образа жизни необходимо заложить студенческой молодежи еще в процессе обучения. При получении новых знаний, в процессе освоения новых ценностей, на этой основе необходимо выработать установку на дальнейшую перспективную жизнь, базисом которой и залогом успеха должен стать абсолютно осознанный выбор здорового образа жизни, включающий в себя и особенности будущей трудовой деятельности. Среди общечеловеческих культурных ценностей здоровье занимает лидирующее положение, так как оно определяет возможность освоения индивидуумом всех других ценностей, выработанных и принятых в обществе. Здоровье является залогом жизнестойкости, гарантией прогресса в обществе.

Повышение мотивации в формировании здорового образа жизни в образовательном пространстве высших учебных заведений, сознательного отношения студентов к сохранению и улучшению собственного здоровья, физическому и психическому состоянию должно существенно актуализироваться на всех возрастных этапах развития личности и выступить как первостепенная социально значимая задача, поставленная государством перед высшими учебными заведениями.

Решение поставленной задачи по формированию здорового образа жизни студентов зависит от многих факторов, влияющих на образовательный процесс высших учебных заведений, к которым относится: материально-техническое обеспечение образовательного процесса; содержание учебного материала по различным направлениям здорового образа жизни; применение разнообразных форм и методов организации учебного процесса (оформление наглядной агитации, привлечение студенческих сообществ и СМИ); обязательный учет индивидуальных особенностей студентов; дифференцированный подход к формированию здорового образа жизни; введения школы здорового питания; постоянно действующего лектория по вопросам формирования культуры здоровья; организация зон здорового отдыха в образовательных организациях и дней активного отдыха вне учебного процесса.

Заключение

Необходимо организовать обучение студентов в соответствии с принципами здоровьесбережения и здорового образа жизни, практическим навыкам самоорганизации оздоровительной направленности, развивать активность внедрения программ самосовершенствования, саморазвития и самовоспитания. Организация учебного процесса должна быть ориентирована на изменение личностных стремлений студентов к совершенствованию, умение использовать потенциал здорового образа жизни для дальнейшего обучения и овладения профессиональными навыками, умственную и физическую активность, повышение устойчивости организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды.

Формирование здорового образа жизни студентов в образовательном пространстве высшего учебного заведения является определяющей основой всестороннего и гармоничного развития личности обучаемого, его образа жизни и активной жизненной позиции.

Вопросы формирования здорового образа жизни в настоящее время достаточно широко изучаются и освещаются в научной литературе отечественных и зарубежных ученых, но проблема повышения мотивации и формирования

здорового образа жизни человека на всех ступенях его развития остается до конца не решенной, а поэтому необходим комплекс мер, чтобы решить данную проблему.

Библиография

1. Авксентьев Е.Н. Формирование готовности студентов педагогических вузов в физкультурно-спортивной деятельности: автореф. дисс. ... канд. пед. Наук. Чебоксары, 2004. 22 с.
2. Агеевец В.У. Роль физической культуры в будущей профессиональной деятельности студентов // Вопросы физического воспитания студентов. 1965. Вып. 2. С. 31-35.
3. Власов С.А. Аксиология современной российской системы образования // Контекст и рефлексия: философия о мире и человеке. 2013. № 3-4. С. 52-57.
4. Виленский М.Я. Опыт экспериментального планирования учебных нагрузок в целях оптимизации физической и умственной работоспособности студентов // Теория и практика физической культуры. 1971. № 10. С. 55-58.
5. Виленский М.Я. Система профессиональной направленности физического воспитания в педагогических институтах // Теория и практика физической культуры. 1978. № 6. С. 44-47.
6. Галкин Ю.П. Теоретико-методологические основы видов физической культуры: Учебное пособие. Смоленск, 2004. 86 с.
7. Давиденко Д.Н. Здоровый образ жизни: Учебное пособие. СПб.: СПбГУ, 1996.
8. Калашникова Л.Д. Эффективность общефизической подготовки в процессе физического воспитания студентов // Проблемы физической культуры, спорта и туризма: Материалы научной конференции. Хабаровск: ДВГАФК, 2002. С. 121-124.
9. Кверова Е.В. Актуальные проблемы физического воспитания в высшем учебном заведении // Физическая культура и спорт в современном обществе: Материалы Всероссийской научной конференции. Хабаровск: ДВГАФК, 2004. С. 134-139.

10. Лубышева Л.И. Методология обновления содержания физического воспитания учащейся молодежи // РГАФК. Материалы совместной научно-практической конференции РГАФК, МГАФК и ВНИИФК. М., 2001. С. 162-166.
11. Рапопорт Л.А. Спорт в вузе: Проблемы организации // ТиПФК. 2001. № 8. С.16-18.
12. Решетников Н.В., Кислицын Ю.Л. Физическая культура: Учебное пособие для студентов профессиональных учебных заведений. М.: Академия, 2002. 149 с.
13. Толстой Л.Н. Полное собрание сочинений. М., 1998. Т. 5.

Healthy lifestyle propaganda in educational organizations

Stanislav A. Alynin

Postgraduate student,

Admiral Makarov State University of Maritime and Inland Shipping,

198035, 5/7 Dvinskaya str., St. Petersburg, Russian Federation;

e-mail: stanislavalynin@mail.ru

Abstract

The article deals with healthy lifestyle propaganda in educational organizations. Training of students should be organized according to the principles of health protection and a healthy lifestyle. Programmes aimed at self-improvement, self-development and self-education should be developed and introduced. The organization of the educational process should be aimed at changing students' aspirations, making students strive to improve themselves, teaching them how to fulfil the potential of a healthy lifestyle for the further education, acquiring professional skills, stimulating mental and physical activity, increasing the resistance of the organism to the negative impacts of the environment. The adoption of a healthy lifestyle by students in the educational space of a higher educational institution can be considered to be the basis for the comprehensive and harmonious development of the personality of a student, his / her lifestyle and proactive attitude to life. Issues of healthy lifestyle adoption are nowadays widely studied

and covered in the scientific literature of Russian and foreign scientists, but the problem, arising from the need for increasing motivation and adopting a healthy lifestyle at all stages of human development, has not been solved yet and, therefore, measures aimed at solving this problem should be taken.

For citation

Alynin S.A. (2015) Propaganda zdorovogo obraza zhizni v obrazovatel'nykh organizatsiyakh [Healthy lifestyle propaganda in educational organizations]. *Pedagogicheskii zhurnal* [Pedagogical Journal], 1-2, pp. 47-60.

Keywords

Healthy lifestyle adoption, health protection principles, practical recommendations.

References

1. Ageevets V.U. (1965) Rol' fizicheskoi kul'tury v budushchei professional'noi deyatel'nosti studentov [The role of physical education in the future professional activity of students]. *Voprosy fizicheskogo vospitaniya studentov* [Issues of physical education of students], 2, pp. 31–35.
2. Avksent'ev E.N. (2004) *Formirovanie gotovnosti studentov pedagogicheskikh vuzov k fizkul'turno-sportivnoi deyatel'nosti. Avtoreferat dokt. diss.* [Formation of the readiness of students of teacher training universities for sporting activities. Doct. diss. abstract]. Cheboksary.
3. Davidenko D.N., Polovnikov P.V., Glushkov Yu. Yu. (1996) *Zdorovyi obraz zhizni* [Healthy lifestyle]. St. Petersburg: SPbGU Publ.
4. Galkin Yu.P. (2004) *Teoretiko-metodologicheskie osnovy vidov fizicheskoi kul'tury* [Theoretical and methodological fundamentals of physical education types]. Smolensk: SGIFK Publ.
5. Kalashnikova L.D., Nikulenкова T.A. Effektivnost' obshchefizicheskoi podgotovki v protsesse fizicheskogo vospitaniya studentov [Effectiveness of general physical training in the process of physical education of students]. *Problemy fizicheskoi kul'tury, sporta i turizma: Materialy nauchnoi konferentsii* [Problems of physical education, sport and tourism: Scientific conference proceedings]. Khabarovsk, 2002, pp. 121-124.

6. Kverova E.V., Seletskaya T.G. Aktual'nye problemy fizicheskogo vospitaniya v vysshem uchebnom zavedenii [Topical issues of physical education in a higher educational institution]. *Fizicheskaya kul'tura i sport v sovremennom obshchestve: Materialy Vserossiiskoi nauchnoi konferentsii* [Physical training and sport in modern society: Proceedings of the All-Russian scientific conference]. Khabarovsk, 2004, pp .134-139.
7. Lubysheva L.I. Metodologiya obnovleniya sodержaniya fizicheskogo vospitaniya uchasheysya molodyozhi [Methodology of updating the content of physical education of students]. *Materialy sovmestnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii RGAFK, MGAFK i VNIIFK* [Proceedings of the joint scientific-practical conference of the Russian State Academy of Physical Education, Moscow State Academy of Physical Education and All-Russian Scientific Research Institute of Physical Education and Sports]. Moscow, 2001, pp. 162-166.
8. Rapoport L.A. (2001) Sport v vuze: problemy organizatsii [Sport in a higher educational institution: organizational problems]. *Teoriya i praktika fizicheskoi kul'tury* [Theory and practice of physical culture], 8, pp. 16– 18.
9. Reshetnikov N.V., Kislitsyn Yu.L. (2002) *Fizicheskaya kul'tura* [Physical education]. Moscow: Akademiya Publ.
10. Tolstoy L.N. (1998) *Polnoe sobranie sochinenii* [Complete works]. Vol. 5. Moscow.
11. Vilenskii M.Ya. (1971) Opyt eksperimental'nogo planirovaniya uchebnykh nagruzok v tselyakh optimizatsii fizicheskoi i umstvennoi rabotosposobnosti studentov [Experience of experimental planning of study load with a view to optimizing students' physical and mental capacity]. *Teoriya i praktika fizicheskoi kul'tury* [Theory and practice of physical culture], 10, pp. 55–58.
12. Vilenskii M.Ya. (1978) Sistema professional'noi napravlenosti fizicheskogo vospitaniya v pedagogicheskikh institutakh [System of professional orientation of physical education in teacher training institutes]. *Teoriya i praktika fizicheskoi kul'tury* [Theory and practice of physical culture], 6, pp. 44-47.
13. Vlasov S.A. (2013) Aksiologiya sovremennoi rossiiskoi sistemy obrazovaniya [Axiology of modern Russian education system]. *Kontekst i refleksiya: filosofiya o mire i cheloveke* [Context and Reflection: Philosophy of the World and Human Being], 3-4, pp. 52-57.