

Практическая работа № 7

Тема: Философия физического и духовного здоровья человека.

Наименование работы: Проблема физического и духовного здоровья человека в учениях философов.

Цель: Рассмотреть проблемы здорового образа жизни в современном мире.

Норма времени: 2 часа

Место проведения: кабинет 326

Материально-техническое оснащение рабочего места: инструкционные карты, конспекты, тетради, словари

Литература:

1. Горелов А.А. Основы философии, М, Академия, 2018г.
2. Губин В.Д., Основы философии, М, ФОРУМ- ИНФРА-М, 2018.
3. Спиркин А.Г. Философия, М, Юрайт, 2017г.
4. Интернет-ресурсы: <http://www.filo-lecture.ru>

Вступительный инструктаж и правила техники безопасности:

1. Работу выполнять по образцу, выданному преподавателем
2. Соблюдать правила пользования ПК

Содержание и последовательность выполнения работы:

Задание 1. Как вы считаете культуризм – это красота или добровольное насилие над своим телом? Есть ли смысл следовать моде «тела»?

Задание 2. Олимпийские чемпионы – среди них многие отдали свое физическое здоровье, ради славы, ради государства, не сохранив здоровья для себя (после окончания спортивной карьеры). Гуманно ли в этом случае поступает наше государство? Как бы вы предложили решать данную проблему, ведь человек работает здесь на износ целиком и полностью?

Задание 3. Уроки «Физической культуры» студенты, как правило, игнорируют, а что вы понимаете под физической культурой? И правы ли студенты?

Задание 4. Анисимов С.Ф. в работе «Духовные ценности» пишет: «Следует сказать, что сегодня многие, занимаясь физическим и духовным воспитанием, не только понимают необходимость сознательного применения различных видов укрепления физического и психического здоровья (гимнастики, летних и зимних видов спорта, аэробики, различных систем диетического питания и т.п.), но и в той или иной мере используют их. Однако далеко не все понимают важную роль регулярных занятий при овладении духовными ценностями ради духовного совершенствования и самосовершенствования" [1]. Итак, следуя этой логике, телесное совершенствование и здоровье, с одной стороны, и формирование духовного здоровья - с другой, не только не исключают, но и дополняют друг друга.

Задание 5. *Есть ли объективная справедливость в решении биоэтических вопросов? Как с точки зрения нравственности установить приоритет в оказании медицинской помощи? Можно ли руководствоваться принципом общественного блага в данном случае и в чем оно будет состоять?*

В клинику одновременно поступают два пациента, требующих незамедлительного переливания крови — старик и ребенок. В распоряжении врачей имеется только одна порция донорской крови, а значит, только один из пациентов может быть спасен. Как будет решен вопрос? А если, ребенок — даун, четырнадцатый в семье алкоголиков, а старик — известный ученый или меценат. Подумайте и ответ обоснуйте.

Задание 7. Если человек хочет стать здоровым, то сначала нужно спросить его, готов ли он избавиться от причин болезни. Только после этого ему можно будет помочь. Гиппократ

Лиз Бурбо в своей работе «Тело тебе говорит «Люби себя»», к своему великому счастью, обнаружила, что любая болезнь — это подарок и возможность восстановить равновесие души. Причины болезни следует искать не в физическом теле, так как само по себе оно мало что значит. Жизнь, которая в нем заключена, приходит от души, от духа. Физическое тело всего лишь отражает то, что происходит в душе человека. Любая болезнь говорит о том, что тело пытается восстановить равновесие, поскольку его естественным состоянием является здоровье. На мой взгляд, множество других болезней — рак, СПИД, диабет, дистрофия мышц, болезни сердца, астма и т.д. — стали эпидемическими, так как ежегодно поражают миллионы людей; количество жертв неуклонно растет, несмотря на активные научные исследования и открытия в области медицины и фармацевтики. Это говорит о том, что мы движемся в ложном направлении. Вместо того чтобы пичкать себя лекарствами, нам следовало бы простить и полюбить себя. Сопоставьте эти две точки зрения. Согласны ли вы с авторами?

Задание 8. Однажды Конфуция спросили об управлении государством. Учитель ответил : «Государь должен быть государем, сановник – сановником, отец- отцом, сын – сыном, то есть каждый человек должен служить достойно на том месте, где он поставлен. Мы привыкли считать начальников глупыми и думать, что мы-то на их месте все делали бы хорошо. А Конфуций советовал тем, кто желает руководить страной, сначала научиться управлять собой, затем – своей семьей. И когда ты поймешь, что такое управлять, тебе и не захочется править страной. Богатство и знатность – вот к чему стремятся все люди. Бедность и презренность – вот что ненавидят все люди. Эти факторы определяют поведение человека и всего общества. Я никогда не видел человека, который, заметив свою ошибку, решил бы сам осудить себя. Конфуций разделил людей на три категории: 1. Благородный муж, 2. Обычные люди, толпа, 3. Ничтожные люди. Благородный муж - это образ идеального человека, который думает прежде всего о 9 вещах: видеть ясно, слушать четко, лицо должно быть приветливым, речь искренней, действия осторожными, спрашивать других когда сомневаешься, помнить о последствиях своего гнева, помнить о справедливости, когда есть возможность извлечь пользу. Благородный муж всегда правдив, он не подстраивается под других. Редко

встречается человечность с искусными речами и умиленным выражением лица. Человек должен сочетать в себе естественные страсти и приобретенную ученость. Благородный муж всегда стремиться к правдивости, искренности, справедливости, независимости во взглядах, он вежлив, но не льстив. Конфуций жил в период внедрения в китайское общество системы доносов. Он понимал, какую опасность несло распространение доношительства, тем более на близких людей. Более того, он понимал, что такое общество не имеет будущего. Именно поэтому, решающей мыслью в учении проходит забота о старших, родне. Конфуций считал, что это должно установить связь между поколениями, обеспечить преемственность традиций, опыта и т.д. Общество, пропитанное таким духом, очень сплочено, а значит способно к развитию. Он считал, что каждый член общества обязан стремиться к знанию, прежде всего собственной страны. Знание – атрибут здорового общества. Благородные мужчины должны сберечь и распространять в народе нравственные ценности. В этом Конфуций видел одну из важнейших составных частей здоровья общества. Оцените состояние российского общества с позиции Конфуция.

Должен знать: понятия этики, этикета, культуры, духовное и физическое здоровье, ЗОЖ.

Должен уметь: приводить примеры, анализировать тексты, делать выводы, сравнивать теории, положения.

Заключительный инструктаж и задания на дом:

1. Убрать рабочее место
2. Уметь объяснять выводы и свои доводы, принятые позиции.
3. Л1, 175-177, Л2, с 80-94. Написать эссе «Здоровое будущее России»

Контрольные вопросы:

1. Понятие ЗОЖ ?
2. Проблемы воспитания гармоничной личности сегодня?
3. Сможет ли человек победить наркоманию и алкоголизм?

Преподаватель Новодран Н.Н.