

СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К СБЕРЕЖЕНИЮ РЕСУРСОВ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ УНИВЕРСИТЕТА

И.В. Пичугина

В статье рассматривается одна из актуальнейших проблем современной педагогики – проблема сбережения ресурсов здоровья. Рассмотрено понятие «готовность к здоровьесбережению», охарактеризованы ее компоненты (теоретическая, мотивационная и практическая готовность к здоровьесбережению). Рассмотрены аспекты подготовки будущих педагогов к использованию здоровьесберегающих образовательных технологий в образовательном процессе.

Ключевые слова: здоровьесбережение, компетентность, готовность к здоровьесберегающей деятельности, здоровьесберегающие образовательные технологии.

Актуальность проблемы охраны здоровья подрастающего поколения можно назвать приоритетным направлением деятельности всего общества, так как, только лишь здоровые молодые люди могут в достаточной мере глубоко усваивать полученные знания, умения и навыки и в будущем использовать их в своей профессиональной деятельности. Одним из непременных условий эффективности профессиональной деятельности является

профессиональная готовность специалиста, под которой понимают ту или иную степень соответствия содержания и состояния его психики и физического здоровья, качеств, требованиям выполняемой деятельности [9].

Стремительный темп изменений, происходящих в мире, в обществе, диктует необходимость столь же динамических изменений в системе образования. В том числе в отношении вопросов охраны здоровья учащихся. При современной реформе образования невозможно без внимания оставить вопросы здоровья, так как взаимосвязь здоровья ребенка с успешностью его обучения и воспитания доказана многочисленными исследованиями педагогов, медиков и психологов. В настоящее время одной из приоритетных задач нового этапа реформы системы образования должно стать сохранение и укрепление здоровья детей, учащихся и студентов, формирование у них ценности здоровья и здорового образа жизни. Проблему подготовки студентов университета к осуществлению здоровьесбережения в профессиональной деятельности необходимо рассматривать в контексте общей концепции охраны здоровья нации [2].

Вследствие снижения уровня жизни людей, ухудшения экономического положения в стране, роста уровня безработицы, снижения материального уровня семьи, несоответствия условий обучения и учебной нагрузки возрастным возможностям детей и подростков состояние здоровья подрастающего поколения резко ухудшилось. Проблеме нормирования учебной нагрузки учащихся уделяется недостаточно внимания, редко изучаются и анализируются виды и объемы домашних заданий, самостоятельной работы учащихся, слабо диагностируется степень их утомляемости, недостаточно эффективно и несистематически изучается качество составления расписания уроков [5].

Статистические данные показывают, что только 14 % детей можно считать здоровыми. Уже в дошкольном возрасте у 15–20 % детей диагностированы хронические заболевания, и более чем у 50 % – функциональные отклонения. У 20–60 % детей младшего школьного возраста выявлен высокий уровень нарушения адаптационных систем организма, иммунная система в 70–80 % случаев функционирует в режиме перенапряжения и дезадаптации. В связи с этим, возникает проблема воспитания ответственного отношения каждого человека к своему здоровью, умение выполнять профессиональные обязанности, не нанося ущерба собственному здоровью и здоровью окружающих. Такая подготовка должна быть непрерывной, начиная со школьной скамьи и заканчивая стенами вуза, при этом важную роль играет семейное воспитание. Необходимо осуществлять такой подход к здоровью человека, чтобы в центре внимания были родители, ребенок и учитель [3].

Негативные тенденции состояния здоровья подрастающего поколения отмечаются в многочисленных исследованиях отдельных авторов (И.Х. Аль-

мова, А.Л. Гельд, М.М. Журтова, И.А. Романова, С.Г. Шевченко и др.). Актуальность исследования проблемы подготовки будущих педагогов к осуществлению здоровьесбережения учащихся определяется следующими аспектами: социальным – высокой заболеваемостью детей школьного возраста, связанной с недостаточной подготовленностью по вопросам охраны здоровья и жизни детей; теоретическим – анализ существующих до настоящего времени вариантов учебных программ, воспитательных систем показывает, что проблеме сохранения и укрепления здоровья детей в педагогической теории и практике уделяется недостаточно внимания; практическим – подготовка будущих учителей к здоровьесбережению учащихся определяется необходимостью обучения учащихся в рамках комплекса дисциплин медико-биологического цикла.

Современная школьная система не отвечает требованиям гигиены и естественно – научным основам возрастной физиологии (М.В. Антропова, Г.В. Бородкина, Д.И. Зелинская, Л.В. Кузнецова, Г.Г. Манке и др.) [7].

Подготовку студентов университета педагогических специальностей к осуществлению здоровьесбережения учащихся необходимо осуществлять комплексно по трем основным направлениям: теоретическая, мотивационная и практическая готовность к здоровьесбережению.

Теоретическая готовность к здоровьесбережению предполагает усвоение студентом социального опыта в области здоровьесбережения и формирует его когнитивный опыт.

Мотивационная готовность к здоровьесбережению предполагает формирование положительного отношения к здоровью, ЗОЖ, наличие определенных ценностных ориентаций, базирующихся на усвоенных знаниях о здоровьесбережении, убежденность в необходимости осуществления этой деятельности. Таким образом, мотивационная готовность к здоровьесбережению включает в себя: формирование положительной мотивации на осуществление здоровьесбережения в профессиональной деятельности (профессиональный мотив); эмоционально-личностный аппарат профессиональной деятельности (комплекс личностных свойств, влияющих на мотивы профессиональной деятельности по обеспечению здоровьесбережения участников образования).

Практическая готовность к здоровьесбережению включает в себя опыт осуществления здоровьесбережения в профессионально-педагогической деятельности и в быту; опыт творческой деятельности в аспекте здоровьесбережения; опыт осуществления самообразовательной деятельности в аспекте здоровьесбережения. Достаточная развитость и единство выделенных компонентов, на наш взгляд, будут способствовать формированию высокого уровня готовности будущего педагога к осуществлению здоровьесбережения в профессиональной деятельности [4].

Одной из форм реализации данной подготовки, на наш взгляд, является включение в содержание образования когнитивных и креативных аспектов здоровьесбережения, в том числе, использование здоровьесберегающих педагогических технологий. Включение в содержание профессионального образования различных здоровьесберегающих педагогических технологий способствует, с одной стороны, сохранению и укреплению здоровья самих студентов, а с другой стороны, направлено на овладение ими знаниями, умениями, навыками в области здоровьесбережения, с целью их дальнейшей реализации в профессиональной деятельности [1].

Здоровьесберегающие образовательные технологии, по определению Н.К. Смирнова, – это все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формированию представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни [8].

Подготовку будущих педагогов к использованию здоровьесберегающих образовательных технологий необходимо проводить при изучении курсов психолого-педагогического блока, в том числе через включение курсов по выбору студентов, например, «Здоровьесберегающие педагогические технологии», «Педагогика здоровья» и др. При изучении названных дисциплин студенты должны получать не только знания по здоровьесбережению, но и приобретать навыки и умения, необходимые им в профессиональной деятельности, другими словами, овладевать ключевыми компетенциями, определяющими современное качество образования.

Не менее важной задачей является разработка и использование наиболее эффективных методов и приемов преподавания наук, направленных на формирование готовности к здоровьесбережению. Наряду с традиционными задачами, которые должен решать будущий педагог на уроке, необходимо обучить его тем приемам, которые имеют непосредственное отношение и к эффективности урока, и к задачам здоровьесбережения [3].

Будущий педагог должен обеспечить: связь своих задач и задач самого учащегося; творческий характер урока; оптимальное использование наглядных средств обучения; использование приемов и методов, направленных на активизацию механизмов восприятия информации; психологический настрой на урок и динамику состояний учащихся, оптимальных для каждого этапа урока; преобладание у учащихся преимущественно позитивных эмоциональных реакций в ходе урока, получение школьниками удовольствия от процесса обучения и др. [8].

Необходимо в заключении отметить, что вопросы сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения являются не только образовательной, но и социальной проблемой, выходящей за границы сферы обра-

зования. Очень важно, чтобы в сфере подготовки учителей произошла переориентация на основные принципы гуманного образования, одним из которых является его направленность на здоровьесбережение участников образования [6].

Библиографический список

1. Вербицкий, А.А. Активное обучение в высшей школе: контекстный подход / А.А. Вербицкий. – М., 1991. – С. 132.
2. Пичугина, И.В. Организация работы по сохранению и укреплению здоровья студентов университета с целью подготовки к будущей профессиональной деятельности / И.В. Пичугина // Социально-экономические, институционально-правовые и культурно-исторические компоненты развития муниципальных образований. Сб. трудов XII науч.-практ. конф. – Миасс, 2015. – С. 255–258.
3. Пичугина, И.В. Подготовка к здоровьесберегающей деятельности в системе профессионального образования / И.В. Пичугина // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия «Образование. Педагогические науки». – 2009. – № 4 (137). – С. 46–50.
4. Пичугина, И.В. Здоровьесбережение как средство повышения эффективности обучения студентов вуза / И.В. Пичугина // Наука. ЮУрГУ. Материалы 65-ой науч. конф. – Челябинск: Издательский центр ЮУрГУ, 2013. – С. 171–174.
5. Сердюк, И.И. Повышение качества профессионального образования / И.И. Сердюк // Первые шаги в науку: современные проблемы и перспективы развития: материалы I (первой) краевой научно-практической конференции преподавателей и студентов среднего профессионального образования. – Краснодар: ЦНТИ, 2013. – С. 13–17.
6. Сердюк, И.И. Проблемы конкурентоспособности специалистов / И.И. Сердюк // [Научно-методический электронный журнал «Концепт»](#). – 2015. – Т. 13. – С. 2636–2640.
7. Сериков, С.Г. Здоровьесберегающее образование: Паритет здоровья и образованности учащихся: монография / С.Г. Сериков. – Челябинск: ЧГНОЦ УрО РАО, 2002. – 324 с.
8. Смирнов, Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе / Н.К. Смирнов. – М.: АРКТИ, 2005. – 320 с.
9. Столяренко, Л.Д. Психология и педагогика для технических вузов. Серия «Учебники для технических вузов» / Л.Д. Столяренко, В.Е. Столяренко. – Ростов н/Д.: «Феникс», 2001. – 512 с.

[К содержанию](#)