

УДК 796.011.1

Вышегородцева Олеся Ивановна

*Магистрант факультета физической культуры, ФГБОУ ВО
«Новосибирский государственный педагогический университет»,
г. Новосибирск*

**ОРГАНИЗАЦИОННО-УПРАВЛЕНЧЕСКИЕ И
ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ВНЕДРЕНИЯ
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ВУЗЕ**

Аннотация: Состояние здоровья обучающейся молодежи неразрывно связаны с объемом учебной нагрузки, качеством условий обеспечения образовательного процесса и жизнедеятельности студента. Здоровьесберегающая деятельность современного образования высшей школы должна учитывать и объединять в единую систему интересы обучающихся, преподавателей, руководства университета (проректоров, деканов, директоров институтов, заведующих кафедр и т.п.), медиков, психологов, обслуживающие образовательный процесс службы.

Настоящая статья посвящена проблеме здоровьесбережения студенческой молодежи высшей школы, также даны практические рекомендации реализации здоровьесберегающих технологий в вузе.

Ключевые слова: здоровьесбережение, здоровьесберегающие технологии, здоровьесберегающее поведение, условия внедрения здоровьесберегающих технологий, здоровьесберегающее пространство вуза.

Annotation: The state of health of students is inextricably linked with the volume of the workload, the quality of the conditions of the educational process and the life of the student. Health-saving activity of modern higher education should take into account and unite in a single system the interests of students, teachers, University management (Vice-rectors, deans, Directors of institutes, heads of

departments, etc.), physicians, psychologists, serving the educational process of the service.

This article is devoted to the problem of health of students of higher school, also given practical recommendations for the implementation of health-saving technologies in the University.

Key words: *health saving, health saving technologies, health saving behavior, conditions of introduction of health saving technologies, health saving space of higher education institution.*

Несоответствие между современными требованиями, предъявляемыми социумом к здоровью обучающихся и фактически сложившейся системой педагогического руководства формированием, укреплением и сохранением здоровья участников образовательного процесса, является актуальной проблемой образования [9, с.8].

Отношение к здоровью обучающихся и преподавателей всех участников организации учебного процесса играют важнейшую роль в формировании здоровьесберегающей среды. В литературных источниках (Панчук Н.С. (2007); Герчак Я.М. (2007); Давиденко Д.Н., Щедрин Ю.Н., Щеголев В.А. (2005); Мещерякова Г.П. (2006); Дзодзикова Л.А. (2008), Филатова М.Н. (2012), Рылова Н.Т. (2007); Божедомова С.В. (2011); Зарипова А.И. (2011) и др.) широко изучена и доказана проблема теоретического осмысления необходимости реализации организационно-управленческих и педагогических условий здоровьесберегающей среды.

В современных условиях развития отечественной высшей школы становится очевидным, что успешное решение проблемы сохранения и укрепления здоровья студентов во многом зависит от совместных усилий медиков, педагогов, социальных работников, психологов, социальных психологов. Возникла потребность разработки педагогических технологий

здоровьесбережения студентов в рамках педагогики и психологии высшей школы [4, с.6].

Несмотря на огромный исследовательский интерес к вопросу ответственности, к проблеме сохранения здоровья студентов высшей школы, следует отметить, что в основном ученые рассматривают аспекты анализа состояния здоровья студентов, оценку и диагностику здоровья студенческой молодежи, предлагают здоровьесберегающие системы, структуры, модели укрепления и сохранения здоровья студентов вуза. Однако формированию ответственного отношения к здоровью студенческой молодежи уделяется недостаточно внимания. Возникает необходимость теоретического осмысления практической реализации педагогических условий формирования здоровьесберегающей ответственности студентов вуза, характеризующейся наличием мотиваций и потребностей студентов в укреплении и сохранении собственного здоровья, здоровьесберегающей деятельности, способствующей полноценной жизнедеятельности, возможности реализовать свой личностный, творческий, профессиональный потенциал, достижению успеха в жизни, так как современный социум предъявляет будущим специалистам требования осознанного саморазвития, самосовершенствования, здоровьесбережения [28, с.5].

В исследовании здоровьесбережения в целом отдельный интерес представляют учащиеся высших учебных заведений. Именно данной категории населения сложно самоорганизоваться в условиях системы обучения. Это отражается в таких важнейших составляющих, как систематическое недосыпание, нерегулярное, некачественное, несбалансированное питание, быстрый прием пищи, низкая двигательная активность, отсутствие закаливающих процедур, приобретение вредных привычек и другое.

Понятие "здоровый образ жизни" очень тесно связано с понятием «здоровьесберегающее поведение». Существует несколько подходов к определению понятия здоровьесберегающего поведения. Тем не менее, есть некоторые универсальные критерии, которые отмечают почти все авторы. Это отказ от вредных привычек, правильное питание, рациональное использование времени сна и отдыха, а также физическая активность. Здоровый образ жизни возникает как отражение деятельности человека, его опыта и воспитания в определённых социальных условиях, он обусловлен внешними и внутренними факторами. Внешние факторы детерминируют условия его проявления (социальная среда, материальные и бытовые условия, культура, макро- и микросреда и др.); внутренние составляют потребностно-мотивационную сферу личности, её ценностные ориентации, интересы, отношения, самооценку, индивидуальные свойства и особенности личности [7, с.167].

Последние годы стали периодом активного внедрения здоровьесберегающих технологий, разработки авторских программ по разным аспектам формирования здорового образа жизни, оснащения образовательных организаций новейшим спортивным инвентарем, медицинским оборудованием, создания в ВУЗах комнат отдыха. Однако в своем большинстве многообразие здоровьесберегающих технологий и оборудования не имеет комплексного объединения в рамках всей системы здоровьесберегающей деятельности ВУЗа. Задача объединения здоровьесберегающих технологий в единую здоровьесберегающую систему в условиях ВУЗа осложняется организационной структурой высших учебных заведений. По сути, институты, факультеты и кафедры имеют свои отдельные график работы, учебную нагрузку, свой быт и условия обеспечения учебного процесса.

Технология реализации программ здоровьесберегающей деятельности в образовательном процессе ВУЗа основана на рациональной организации

двигательного режима студентов и преподавателей, на создании здоровьесберегающей инфраструктуры, на организации дополнительных внешних условий привлечения участников образовательного процесса к здоровому образу жизни. Технология реализации программ здоровьесбережения способствует нормальному физическому развитию, двигательной активности всех участников образовательного процесса, как следствие позволяет повысить адаптивные возможности организма, сохранению и укреплению здоровья.

Внедрение здоровьесберегающих технологий, как средства повышения эффективности образовательной подготовки, направленной на сохранение двигательной активности участников образовательного процесса включает следующие этапы: диагностический (исследование существующей модели здоровьесберегающей среды), подготовительный (определение компонентов внедрения в существующей модели и определение связей между существующими компонентами), основной (осуществление организации образовательного процесса в новых условиях здоровьесберегающей среды), итоговый (оценка эффективности программ здоровьесберегающей деятельности).

Основные направления введения здоровьесберегающих технологий в вузе определены в Плане мероприятий внедрения здоровьесберегающих технологий в ВУЗе в рамках модулей (Таблица 1).

Таблица 1. План мероприятий внедрения здоровьесберегающих технологий в ВУЗе в рамках модулей

№ п/п	Мероприятия	Ответственный
1.	АДМИНИСТРАТИВНО-ПРАВОВОЙ МОДУЛЬ включает создание нормативно-правовой базы в сфере политики здоровья в ВУЗе и контроль за ее модернизацией	
1.1.	Анализ нормативных документов: Конституция РФ; Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ; Федеральный закон "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" от 04.12.2007 N 329-ФЗ; Постановление Правительства РФ от 23.05.2015 N 497 "О Федеральной целевой программе развития образования на 2016 - 2020 годы"; Приоритетный национальный проект «Здоровье» в части формирования навыков здорового образа жизни, Концепция демографической политики РФ на период до 2025 года; Национальная доктрина образования РФ на период до 2025 года.	
1.2	Разработка приказов и распоряжений по вопросам укрепления и охраны здоровья, отказу от вредных привычек и пр.;	Ректорат, проректор по учебной работе, проректор по общим вопросам
1.3	Разработка планов мероприятий по проведению медицинских осмотров студентов, диспансеризации сотрудников, вакцинации и др. видов медицинского обеспечения.	Медицинский научно-образовательный центр, Кафедра физического воспитания, Отдел охраны труда
1.4	Контроль за соблюдением санитарно-эпидемиологических правил и норм для учебных корпусов, общежитий, столовой, клинических и др. структурных подразделений университета.	Проректор по общим вопросам, отдел охраны труда
1.5	Создание планов физкультурно-оздоровительных, агитационно-массовых мероприятий по пропаганде здорового образа жизни	Совместно центр по внеучебной и воспитательной работе, кафедра физического воспитания, учебно-спортивный оздоровительный центр, заместители деканов по воспитательной работе
1.6	Разработка методик для мониторинга по изучению распространенности социально-негативных явлений в молодежной среде.	Социальное управление, центр по внеучебной и воспитательной работе,

		заместители деканов по внеучебной работе, студенческий совет.
2. МЕДИЦИНСКИЙ МОДУЛЬ включает реализацию комплекса мер по совершенствованию форм и методов лечебно- профилактической помощи студентам, поддержанию здоровья сотрудников и профессорско-преподавательского персонала в университете.		
2.1	Совершенствование форм и методов лечебно-профилактической помощи студентам: - Осуществление обработки и анализа результатов медицинских осмотров и распределение студентов первого курса по группам здоровья, в том числе по группам для занятий физической культурой. - Организация ежегодного флюорографического обследования с привлечением максимального числа студентов. - Проведение разъяснительной работы среди студентов о безопасности и необходимости вакцинации. - Систематическое анкетирование учащихся с целью выявления и оценки распространенности факторов риска заболеваний и вредных привычек. - Создание и регулярное ведение электронной базы данных состояния здоровья участников образовательного процесса.	Социальное Управление, Медицинский научно-образовательный центр
2.2	Организация и проведение цикла лекций по здоровому образу жизни с привлечением наркологов, психологов.	Медицинский центр
3. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ И НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ МОДУЛИ		
3.1	Формирование фонда специальной научно-методической литературы, видеофильмов, полиграфической и иной продукции: - подготовить методические рекомендации и информационно-рекламные буклеты «Брось курить»; - разработать сценарий тематического фильма о вреде курения.	Общеуниверситетская кафедра физического воспитания, Управление маркетинга
3.2	Проведение мероприятий, посвященных «Всемирному дню здоровья».	Центр по внеучебной и воспитательной работе, Учебно-спортивный оздоровительный центр, общеуниверситетская кафедра физического воспитания, студенческий спортивный клуб
3.3	Проведение лекций, семинаров, бесед, тренингов, показ видеофильмов, видеороликов для	Общеуниверситетская кафедра физического

	профилактики наркомании, алкоголизма, табакокурения и др. социально-негативных явлений.	воспитания, студенческий спортивный клуб
3.4	Разработка содержания и внедрения обучающих программ по личностной и социальной компетентности: «Бесконфликтное поведение», «Совладание со стрессом». «Саморегуляция психоэмоционального состояния», «Организация времени и досуга» и др.	Центр психологии
3.5	Оказание помощи студентам группы риска: психологическое консультирование, психодиагностика и коррекция девиантного поведения.	Центр психологии
3.6	Проведение рекламной кампании по пропаганде здорового образа жизни в ВУЗе: - освещение пропагандистской информации на сайте и в социальных сетях; -тиражирование раздаточного материала по вопросам профилактики социально-негативных явлений в молодежной среде; -проведение конкурсов на лучшие лозунги, девизы, частушки, плакаты на тему здорового образа жизни.	Управление маркетинга, общественные студенческие организации: видео клуб, фотоклуб, радио клуб
3.7	Проведение информационной работы по типу «Стенд вопросов и ответов», анонимной горячей линии, а также организации Интернет-форумов и широкого обмена мнениями со студентами по вопросам здоровья студентов.	Центр психологии
3.8	Подготовка и проведение образовательного семинара для 1 курса «Будьте здоровы!», по вопросам здорового образа жизни, медицинского обслуживания и профилактики социально-негативных явлений.	Общеуниверситетская кафедра физического воспитания, Центр психологии, Медицинский научно-образовательный центр
3.9	Составление план-графика проведения тематических лекций, семинаров, тренингов по профилактике социально-негативных явлений в молодежной среде.	
3.10	Контроль за исполнением студентами закона РФ «Об ограничении курения табака» (№ 87-ФЗ, от 10.07. 2001 г.).	Службы проректора по общим вопросам, охрана
3.11	Внедрение нового вида профилактических технологий: психологические тренинги, релаксационные мероприятия, направленные на улучшение и сохранение здоровья студентов.	Институты, факультеты, кафедры совместно с Учебно-научным центром психологии и общеуниверситетской кафедрой физического воспитания

3.12	Выполнение курсовых и дипломных проектов, содержащих элементы формирования здорового образа жизни и профилактики асоциального поведения	Институты, факультеты, кафедры
4. ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ включает оздоровительную направленность физической культуры как элемента учебного процесса.		
4.1	Составление положений и обеспечение проведения конкурсов: - «Самая спортивная группа факультета»; - «Самое спортивное общежитие»; - «За здоровый образ жизни студентов»	Общеуниверситетская кафедра физического воспитания
4.2	Составление планов физкультурно-оздоровительной работы на факультетах и обеспечение их реализации	Общеуниверситетская кафедра физического воспитания
4.3	Составление календаря и обеспечение проведения межфакультетской спартакиады	Общеуниверситетская кафедра физического воспитания
4.4	Составление расписания работы спортивных секций	Общеуниверситетская кафедра физического воспитания
4.5	Составление календаря и обеспечение проведения внутрифакультетских соревнований среди сотрудников	Общеуниверситетская кафедра физического воспитания, учебно-спортивный оздоровительный центр
4.6	Организация работы спортивных студенческих секций по видам спорта	Общеуниверситетская кафедра физического воспитания
4.7	Обеспечение участия сборных команд университета по видам спорта в Спартакиаде вузов города Новосибирска	Общеуниверситетская кафедра физического воспитания
4.8	Проведение дней здоровья	Общеуниверситетская кафедра физического воспитания
4.9	Обеспечение участия студентов, преподавателей и сотрудников университета в спортивно-массовых мероприятиях, проводимых в районах, городе и области: «Кросс наций», «Лыжня России» и т.п.	Общеуниверситетская кафедра физического воспитания
4.10	Обеспечение информацией и подготовка материалов по физической культуре и спорту на сайте университета	Общеуниверситетская кафедра физического воспитания, учебно-спортивный оздоровительный центр
4.11	Мониторинг показателей физической подготовленности студентов по годам обучения для анализа изменений и корректировки учебного процесса по физической культуре с целью повышения его эффективности	Общеуниверситетская кафедра физического воспитания

4.12	Разработка дополнительных современных программ по физической культуре «Фитнес», «КроссФит», Беговые программы, Триатлон и др.	Общеуниверситетская кафедра физического воспитания, учебно-спортивный оздоровительный центр
4.13	Проведение в университете олимпийских уроков (приглашение знаменитых спортсменов для проведения ма-стер-классов среди студентов университета)	Общеуниверситетская кафедра физического воспитания
5. СОЦИАЛЬНО-ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ И ИНФОРМАЦИОННО-ПРОПАГАНДИСТСКИЙ МОДУЛИ		
5.1	Проведение общеинститутских акций с целью профилактики социально-негативных явлений: - акция «День донора в НГУ»; - акция «Стоп ВИЧ СПИД»; - акция, приуроченная к «Всемирному дню отказа от курения»; - организация и проведение фото-выставки «НЕТ-алкоголю!». - «Я выбираю здоровый образ жизни!». - «Меняю сигарету на конфету!».	Центр по внеучебной и воспитательной работе
5.2	Проведение студенческого конкурса социальной рекламы и социальных проектов «Дорога в никуда» – (к всемирному дню борьбы со СПИДом); «В здоровом теле – здоровый дух» –(ко Дню здоровья); «Соблазн велик, но жизнь дороже» (о вреде курения); «Смертельное удовольствие» – (профилактика наркомании) по номинациям: -Лучший сценарий видеоролика. -Лучший видеоролик. -Лучший аудиоролик. -Лучшая фотография и лучший слоган.	Центр по внеучебной и воспитательной работе
5.3	Организация волонтерской работы по приобщению к ценностям здорового образа жизни и навыкам социально-ответственного поведения	Центр по внеучебной и воспитательной работе
5.4	Организация библиотечных выставок по темам: «Дорога в никуда» (к всемирному дню борьбы со СПИДом); «В здоровом теле – здоровый дух» (ко Дню здоровья); «Соблазн велик, но жизнь дороже» (о вреде курения); «Смертельное удовольствие» (профилактика наркомании).	Библиотека
5.5	Разработка и реализация информационно-пропагандистского обеспечения здоровьесберегающей и здоровьесформирующей деятельности: - ведение онлайн-рубрики по проблемам укрепления здоровья и здорового образа жизни;	Управление маркетинга, Редакционно-издательский центр.

	<p>- размещение информационных материалов на сайте Университета;</p> <p>- информационное сопровождение деятельности волонтерских отрядов, акций, конкурсов и других мероприятий по тематике здорового образа жизни; разработка и издание раздаточных материалов для данных мероприятий.</p>	
--	---	--

Настоящая работа убеждает в актуальности дальнейшего изучения здоровьесберегающей среды в высшей школе, следует, прежде всего, начинать целенаправленную работу по гармонизации процесса обучения и здоровьесбережения студентов. Она должна быть, в первую очередь, направлена на пропаганду здоровьесберегающего поведения, на повышение мотивации вести здоровый образ жизни не только студентов, но и всех работников высшего учебного заведения, начиная с профессорско-преподавательского состава, популяризацию образа успешного, здорового, физически развитого человека, как на уровне массового сознания, так и на микроуровнях.

Использованные источники:

1. Божедомова С.В. Формирование готовности студентов к использованию здоровьесберегающих технологий в профессиональной деятельности. Дисс. канд. пед. наук Кемерово. 2011.- 265с. Научная библиотека диссертаций и авторефератов. [Электронный ресурс]. URL: <http://www.dissercat.com> (дата обращения 12.06.2018).
2. Герчак Я.М. Формирование готовности к здоровьесбережению студентов высшего профессионального образования. Дисс. канд. пед. наук Новокузнецк. 2007.- 225с. Научная библиотека диссертаций и авторефератов. [Электронный ресурс]. URL: <http://www.dissercat.com> (дата обращения 25.02.2018).

3. Давиденко Д.Н., Щедрин Ю.Н., Щеголев В.А. Здоровье и образ жизни студентов / Под. общ. ред. проф. Д.Н. Давиденко: Учебное пособие. – СПб.: СПбГУИТМО, 2005. – 124 с.
4. Дзодзикова Л.А. Педагогическое сопровождение здоровьесбережения студентов. Дисс. канд. пед. наук Владикавказ. 2008.- 191 с. Научная библиотека диссертаций и авторефератов. [Электронный ресурс]. URL: <http://www.dissercat.com> (дата обращения 12.06.2018).
5. Дьякович М.П. Некоторые аспекты здоровья учащейся молодежи. // Медицина труда и промышленная экология. – 2003. –№ 3. – С. 5-10. [16]
6. Касимов Р.А. Формирование регионального здоровьесберегающего образовательного пространства. Дисс. док. пед. наук. Ярославль. 2017. – 390с. [Электронный ресурс]. URL: <http://yspu.org> (дата обращения 02.05.2018).
7. Мещерякова Г.П. Организационно-педагогическое обеспечение реализации здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе. Дисс. канд. пед. наук Ставрополь. 2006.- 190с. Научная библиотека диссертаций и авторефератов. [Электронный ресурс]. URL: <http://www.dissercat.com> (дата обращения 12.12.2017).
8. Панчук Н.С. Формирование здоровьесберегающей ответственности студентов вуза. Дисс. канд. пед. наук Кемерово. 2007.- 220с. Научная библиотека диссертаций и авторефератов. [Электронный ресурс]. URL: <http://www.dissercat.com> (дата обращения 12.12.2017).
9. Рылова Н.Т. Организационно-педагогические условия создания здоровьесберегающей среды образовательных учреждений. Дисс. канд. пед. наук Кемерово. 2007.- 196с. Научная библиотека диссертаций и авторефератов. [Электронный ресурс]. URL: <http://www.dissercat.com> (дата обращения 12.12.2017).