

*Кузнецова Ольга Борисовна,
магистр педагогики и психологии
Московский государственный педагогический
государственный университет, Москва*

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В РАБОТЕ СО СТУДЕНТАМИ

***Аннотация:** Объектом исследования в статье стали студенты, находящиеся в здоровьесберегающей образовательной среде. Предметом исследования, стали здоровьесберегающие технологии, применяемые в вузах для сохранения и укрепления здоровья студентов.*

Представлен анализ, выявлены проблемы и недостатки, с целью устранения которых были разработаны предложения по улучшению здоровьесберегающих технологий, применяемых в вузах.

***Ключевые слова:** студенческая молодежь, здоровый образ жизни, здоровьесберегающие технологии.*

***Annotation:** The object of research in the article were students who are in a health-saving educational environment. The subject of the research was health-preserving technologies used in universities to preserve and health promotion of students.*

An analysis is presented, problems and shortcomings are identified, in order to eliminate which proposals were developed to improve health-saving technologies used in universities.

***Key words:** student youth, healthy lifestyle, health-saving technologies.*

Сейчас все больше людей стали поддерживать мнение, что первостепенное условие благосостояния каждого государства, а также человечества в целом – это здоровье населения. В приоритете политики любого государства стоит вопрос о необходимости развивать и прививать ценности

здорового образа жизни, на первый план встала крайняя необходимость сохранить и поддержать здоровье [1, с.19-20].

По определению Всемирной организации здравоохранения, «здоровье» – это человеческая способность полноценно исполнять социальные функции, а также физическое благосостояние и абсолютное психическое. Здоровье не определяется исключительно отсутствием заболеваний, а гармония необходима как для организма, так и для окружающей среды [2].

Студенческое сообщество, находится в постоянном процессе биологического, психологического, а также социального формирования. Вместе с тем, студенчеству также характерна высокая восприимчивость к неблагоприятным воздействиям факторов среды, в которой они находятся. Студенчество, является специфической группой, имеющей отличия в образе жизни, ценности, эталоны и примеры для подражания.

Молодежь на этапе студенчества отличаются высоким уровнем общей эрудиции, социальной и потребительской активности. На данном этапе студенты стремятся к самосовершенствованию и познанию нового, в связи с чем этот период как нельзя лучше подходит для осознания ценности здоровья и повышения уровня его культуры. Формирование здоровьесберегающей среды и внедрение технологий справится с данной задачей. При поступлении в вуз, молодежь уже имеет некий статус здоровья, приобретенный в школьные и более ранние годы.

Рассмотрим здоровьесберегающие технологии как систему педагогических принципов, используя, которые сохраняется и укрепляется физическое и психологическое здоровье студентов. В этой системе имеются оздоровительные и педагогические методы физического воспитания, используя их можно достичь поставленные цели [3, с. 110-113].

В любом человеке есть стремление к здоровью, к самоактуализации и разностороннему развитию. Но человек не застрахован от того, что его базовые умения быть здоровым могут быть разрушены причинами из вне.

Для системы современного образования, крайне важно сохранить здоровье молодого поколения. В связи с чем, деятельность вузов, необходимо нацелить на формирования у студентов потребности в сохранении и укреплении здоровья, пропаганду, а также развитие культуры здорового образа жизни. Необходимо передавать студентам знания, в области формирования здорового образа жизни, поддерживая самовоспитание личности. Созданная в университетах и за их пределами пропаганда оздоровительной деятельности будет способствовать воспитанию здорового молодого поколения.

Одной из причин, почему первостепенно важной задачей при обучении студентов, должно быть укрепление и сохранение здоровья, является то, что обучаемость студентов напрямую зависит от здоровья и посещаемости занятий, а в будущем это повысит их работоспособность. Очевидно, что хорошее здоровье улучшает учебный потенциал, поэтому, чтобы учащиеся могли регулярно посещать университеты и в полной мере использовать свои возможности, они должны быть в здорovy. Состояние здоровья следует рассматривать как один из показателей качества подготовки студентов.

Сегодняшние студенты – граждане завтрашней нации. Поэтому их здоровье, защита и развитие так важно для будущего развития государства. Предоставление молодому поколению знаний и ресурсов для удовлетворения их основных человеческих потребностей и предоставления им возможности полностью раскрыть свой потенциал должно быть приоритетно. Поскольку их личностное развитие и социальный вклад будут определять будущее, инвестиции в здоровье студентов, питание, образование, сохранение и укрепление здоровья являются жизненно важной основой для национального развития.

Молодежь, как наиболее активно развивающаяся социальная группа, подвержена различного рода рискам и нуждаются в знаниях, связанных с культурой здоровья и навыках ведения здорового образа жизни в целях сбережения и укрепления здоровья. Молодые люди еще не осознают важность своего здоровья для будущего и часто склонны недооценивать его ценность.

Сейчас образованию крайне нужна целостная концепция здоровьесбережения, в которой процесс сохранения здоровья формировался путем внедрения здоровьесберегающих технологий. Что в свою очередь, является внедрением социокультурных условий жизнедеятельности индивидуума и формирование потребности в здоровье как условие физического, психического и социального благополучия и формирование ответственности студента за личное здоровье.

Администрации вузов необходимо учитывать показатели здоровья учащихся при измерении эффективности университетской организации. Более активная поддержка и приверженность со стороны министерств здравоохранения и образования и их совместных усилий с должностными лицами вузов и медицинским персоналом имеют первостепенное значение. Частью поддержки будет предоставление дополнительных ресурсов с точки зрения квалифицированного персонала, обучения и материалов. Необходимо изучить вопрос о том, как повлиять на учебные заведения для принятия и поддержания хороших программ в области здравоохранения, а также на проблемы, возникающие при реализации программ студенческого здоровьесбережения.

Занятия физической культурой являются структурным элементом в системе духовного и физического развития студенческой молодежи, они дают возможность проявлять социальную активность и выражаться в целенаправленном развитии сознания и поведения молодого человека. Поэтому, в качестве первоначальной ступени в формировании здорового образа жизни необходимо рассматривать процесс воспитания адекватного отношения к собственному здоровью и занятиям физической культурой.

Проанализировав то как в университете организован образовательный процесс, стало видно, что здоровьесберегающие технологии применяются, но к сожалению, они малоэффективны. Анализ организации образовательного процесса в вузе показывает, что такие технологии есть, но они не ярко выражены и малоэффективны. Указанные факторы предопределили актуальность поиска

путей совершенствования технологий в области здоровьесбережения и определении их влияния на улучшение здоровья студенческой молодежи.

Значимость выбранного направления исследования подтверждается рядом противоречий: Между высокими требованиями к здоровью молодежи и недостаточном уровне здоровья студентов; между необходимостью в развитии здоровьесберегающих технологий в вузах и недостаточным научно-методической обеспеченностью; между применением здоровьесберегающих технологий в вузах и незавершенностью исследований, касающихся того какое влияние они оказывают на деятельность субъектов образовательного процесса.

Применение здоровьесберегающих технологий в процессе обучения студентов будет эффективно при учете ряда факторов: проведение информационно-просветительских лекций по теме сохранения и укрепления здоровья для студентов; медицинский кабинет; консультант психолог или телефон доверия; стенды с полезной информацией о здоровье; комната или зона отдыха; организация правильного питания в столовой, исключая фастфуд; организация в университетах секций спортивного и просветительского характера; все субъекты образовательного процесса должны взаимодействовать между собой; регулярная оценка осуществляемой деятельности, получение обратной связи от студентов и сотрудников вуза.

Прививает положительное отношение к здоровью как к ценности, формируя навыки в области сохранения здоровья в учреждениях образовательного характера образовательных учреждениях. Также важно понимать и принимать ответственность не только за свое личное здоровье, но и здоровье окружающих и будущих поколений. Необходимо быть способным противостоять пагубному для здоровья поведению, изначально формирование навыков личной гигиены, наличия умений и навыков сохранения и укрепления здоровья. [4, с. 80-81]

Список литературы:

1 Спирин В.К., Смирнова Л.В., Чупехина О.А. Реализация здоровьесформирующей функции школы на основе актуализации педагогического потенциала образовательной среды. Теория и практика физической культуры, 2017; с. 19-20.

2 Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://el.z-pdf.ru/31pedagogika/16815-1-nk-smirnovzdorovesberegayuschieobrazovatelnie-tehnologii-sovremennoy-shkole-m-apk-pro-2002-121spechataetsya-r.php/>.

3 Должикова Х.В., Лобачев Г.А. Здоровьесберегающие технологии // Тюмень. Изд-во: «Вектор Бук». – 2017.

4 Кон И.С. Молодежь // Философский энциклопедический словарь / ред. кол.: С.С. Северинцев и др. 2-е изд. М., 1989. – с.165 – 167.