

Гордиенко И.В., канд. пед. наук
Белгородский институт развития образования

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ПО РЕАЛИЗАЦИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ ВУЗА ТЕХНИЧЕСКОГО ПРОФИЛЯ

girina@mail.ru

В данной статье рассматриваются проблемы внедрения в образовательный процесс вуза здоровьесберегающих технологий. Анализируются авторские концепции по указанной проблеме, определяются пути решения с целью сохранения здоровья студентов в процессе обучения и во внеурочное время.

Ключевые понятия: культура здоровья, здоровьесберегающие технологии, валеология, здоровьесберегающая деятельность.

Современные научные издания сегодня активно обсуждают проблему сохранения здоровья и использования здоровьесберегающих технологий при проектировании образовательного процесса. Педагогам, работающим в системе профессионального образования очевидно, что при формировании культуры здоровья, именно здоровьесберегающие технологии играют ведущую роль и выступают как основные звенья процесса формирования новой системы ценностей, здоровьесберегающего поведения у современной студенческой молодежи (Л.Б. Косова, В.И. Слободчиков, И.Ф. Исаев, Н.К. Смирнов, В.Н. Ирхин и др.).

Современный социум требует от выпускника вуза готовности вступить в активную общественно полезную деятельность здоровой, полноценной, компетентной личностью, имеющей высокий потенциал здоровья, обладающей повышенной стрессоустойчивостью и мобильностью. Но сегодня социально-экономическая ситуация такова, что в обществе наблюдаются среди отдельных слоев населения падение уровня жизни, неблагоприятные экологические условия, не качественные продукты питания, данные факторы сказываются не только на физическом, но и на психическом здоровье молодежи. В этой связи видится необходимым искать новые пути сохранения физического и психического здоровья у современных молодых людей.

Актуальность данного вопроса очевидна в связи с тем, что в системе ценностных ориентаций молодежи, собственное здоровье еще не занимает столь важного значения. Задача образовательной организации построить учебный процесс таким образом, чтобы любая применяемая в образовательном процессе педагогическая технология была бы здоровьесберегающей.

Здоровьесберегающая педагогика имеет особенность, в том что отдает приоритет здоровью среди других направлений в воспитательной работе, т.е. формирование здорового образа жизни и образовательного пространства.

Анализируя работы ученых, нами выявлено, что здоровьесберегающая деятельность базируется на принципах сохранения здоровья человека, постоянстве состава и свойств внутренней среды, формирующих устойчивость основных физиологических функций организма. Правильно организованную здоровьесберегающую деятельность преподаватель вуза направляет на поддержание баланса организма со средой, где обучающиеся получают образование и правильно проводят досуг, соблюдая санитарно-гигиенические нормы и требования социума, не отвергают профилактические и психогигиенические мероприятия в учебном процессе; педагоги, строя учебный процесс учитывают психофизиологические особенности личности, определяют темп и уровень усвоения знаний и умений. Особой заботы и внимания в этом плане требуют обучающиеся технических вузов, вынужденные проходить практическое обучение в сложных средовых условиях. Следует отметить факторы, влияющие на здоровье студентов:

10. низкий уровень мотивации на сохранение и укрепление индивидуального здоровья;
11. уход от обсуждения проблемы здоровья;
12. сужение смыслового понятия «здоровье»;
13. воздействие неблагоприятных для здоровья экологических факторов;

14. воздействие неблагоприятных для здоровья антропологических и технологических факторов;

15. отсутствие целостности и целенаправленности системы формирования культуры здоровья среди студенческой молодежи и преподавателей.

Негативное влияние на здоровье оказывают такие факторы, как: шум, недостаточная освещенность, загрязненная воздушная среда, не продуманный дизайн и размер помещений, агрессивный цвет стен, не используемые стройматериалы, краска, мебель из некачественных материалов, видеоэкранные средства, качество питьевой воды, экологическое состояние прилегающей к вузу территории, состояние сантехнического оборудования.

Формируя компетенции, обозначенные в ФГОС, не следует забывать, основная задача образовательных профессиональных организаций в процессе обучения должна быть направлена на формирование у студентов установки, что здоровье – это необходимое условие активной и нормальной жизнедеятельности человека, будущей карьеры. Серьезные нарушения здоровья влекут за собой изменения в привычном образе жизни, вносят коррективы в практику отношения с окружающим миром, как результат - возможная утрата профессиональной дееспособности, вынужденная коррекция планов на будущее. Профессиональное долголетие будущего компетентного специалиста должно закладываться уже на этапе обучения и профессиональной подготовки, так как именно в студенческий период формируется будущий профессионал, состояние здоровья которого непосредственно влияет на успешность деятельности и стиль жизни в целом.

Раскрытие сущности здоровьесберегающей деятельности будущего специалиста технического профиля предполагает анализ факторов, негативно влияющих на здоровье студентов в период обучения и прохождения практики. Перспективным направлением в системе вуза является валеологического образование и воспитание, оно рассматривается как формирование необходимых знаний, умений и навыков для определения оптимальных двигательных режимов, активности, знаний о вредных средовых влияниях на организм человека; обучение навыкам повышения защитных функций организма к окружающей среде.

Ученые, исследующие проблему здоровья, рассматривают валеологию как «область знания

об индивидуальном здоровье человека, о культуре сохранения и укрепления здоровья» [6, с.16]. Понятие «валеология» появилась в конце 70-х годов XX века. Детально изучив данный термин мы выявили, что предметом изучения валеологии являются следующие элементы:

8. здоровье рассматривается как медицинская и социальная категория;

9. выявляются основные механизмы формирующие представление о здоровье и здоровом образе жизни;

10. определяются методы оценки индивидуального здоровья личности;

11. выявляются способы, формы, методы сохранения и укрепления здоровья.

Следовательно, работающие в системе вуза преподаватели, кураторы студенческих групп должны руководствоваться валеологическими принципами, формировать особый, здоровый образ жизни, т.е. привычку быть более осмотрительными, уравновешенными в себе, осознанно относиться к самому себе как к уникальному творению природы, ощутить личную ответственность за собственное здоровье и здоровью окружающих.

Понятие «здоровьесберегающие технологии» в педагогических науках стало активно обсуждаться не так давно, поэтому еще не существует единого определения, четко разработанных критериев и способов реализации данной технологии в образовательном процессе, но мы попытаемся рассмотреть некоторые моменты.

В современном образовательном процессе, основывающем свою деятельность на основе использования педагогических технологий, основополагающим моментом является постановка цели. Целевую установку принято ставить таким образом, чтобы ее можно было диагностировать и проверить, она должна быть для обучающегося посильной и выполнимой. Применительно к здоровьесберегающим технологиям целью будет уровень и качественный показатель сохранения здоровья обучающихся и изменение его признаков, например, в процессе использования традиционных и инновационных образовательно-воспитательных систем.

Из сказанного следует, что целью здоровьесберегающей образовательной технологии является обеспечение условий физического, психического, социального и духовного комфорта, способствующих сохранению и укреплению здоровья субъектов образовательного процесса, их продуктивной учебно-познавательной и практической деятельности, основанной на научной и

практико-ориентированной организации труда, формировании культуры здорового образа жизни. Цель здоровьесберегающей технологии необходимо соотнести с общей целью образования, которая на протяжении многих лет периодически менялась в зависимости от социального заказа, потребностей общества, представлений о задачах системы образования на соответствующем историческом этапе.

Сегодня образовательный процесс и здоровьесберегающую среду актуально строить на основе системно-деятельностного подхода, формируя компетентного специалиста. Обратимся к исследованиям Л.М. Уткиной, она выделила ряд преимуществ системно-деятельностного подхода по реализации здоровьесбережения в образовательной организации

1. организм обучаемого, его личностные особенности должны рассматриваться целостно, многоаспектно, междисциплинарно;

2. обучаемый должен получать объективные представления о законах и закономерностях становления себя как индивида, личности;

3. популярный системный взгляд на формирующегося индивида развивает у обучаемого «системное» мышление в процессе обучения и воспитания, дает возможность уйти от репродуктивного, формального обучения, отдает приоритет саморазвивающему обучению и воспитанию;

4. системно-деятельностная концепция позволят осознать идеи уникальности человека, его самооценности, рассмотреть его позицию в активной деятельности;

5. системное мышление дает возможность глубже понять взаимосвязь социального поведения личности, его творческий потенциал [10].

Применяя данные выводы к системе вуза, делаем вывод, что качественными диагностируемыми и проверяемыми характеристиками здоровья студентов могут быть следующие показатели:

- знания и умения в области собственного здоровьесбережения;
- повышение интеллектуальной и физической работоспособности студентов;
- психологическая адекватность и уравновешенность в стрессовых ситуациях;
- общее физическое развитие и физическая подготовленность;
- социально-духовные и культурные ценности личности, обеспечивающие культуру здоровья.

Чтобы сформировать указанные показатели преподаватель вуза должен иметь представление о здоровьесберегающих технологиях и применять их в профессиональной деятельности. Опираясь на знания методологических аспектов и принципов педагогических технологий, необходимо отметить, что традиционно технология здоровьесбережения личности в широком смысле представляет собой совокупность философских, психолого-педагогических установок, определяющих социальный выбор и сочетание форм, методов, приемов образовательно-воспитательных средств, обеспечивающих оптимальное практико-ориентированное погружение обучаемых в специально созданную научно-образовательную здоровьесберегающую среду, основанную на валеологическом обучении и воспитании.

Имея представления о здоровьесберегающих технологиях неблагоприятную тенденцию ухудшения здоровья в высшей школе можно изменить, формируя у студента важные ценностные мотивации, где доминирующим фактором станет здоровье, позволяющее личности самореализоваться.

Обратимся к литературным источникам, исследующих данную проблему, выявим важные моменты. Наиболее проработанной и цитируемой в российских образовательных организациях, в том числе и высшей школы, является классификация, предложенная Н.К. Смирновым [6]. Данный автор выделяет несколько групп здоровьесберегающих технологий, в которых использует различные подходы к сохранению здоровья, а соответственно и разные формы работы в этом направлении.

К первой группе он относит медико-гигиенические технологии, которые реализуются на основе совместной деятельности администрации образовательной организации, профессорско-преподавательским составом и медицинскими работниками. К медико-гигиеническим технологиям Н.К. Смирнов отнес контроль и организацию соответствующих гигиенических условий, прежде всего, медицинских кабинетов на территории образовательных организаций, осуществляющих проведение прививок обучающимся (если есть такая необходимость), оказание консультативной и неотложной помощи обратившимся; проведения мероприятий по санитарно-гигиеническому просвещению обучающихся, особенно живущих

в общежитиях, организацию профилактических мероприятий накануне эпидемий (ОРВИ, гриппа), т.е. помощь в решении задач, относящихся к компетенции медицинской службы.

Во вторую группу здоровьесберегающих технологий указанный автор включил физкультурно-оздоровительные мероприятия, направленные на физическое развитие обучающихся. Данные мероприятия реализуются на занятиях физической культуры и секциях после занятий.

Третья группа представлена экологическими здоровьесберегающими технологиями, направленными на создание гармоничных взаимоотношений личности с природой. Экологическое воспитание оказывает положительное влияние на личность, экологически грамотно созданные условия поддерживают работоспособность и деятельность обучающихся.

В четвертую группу включены технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности. Данное направление реализуется специалистами по охране труда и защите в чрезвычайных ситуациях, архитекторами учебных корпусов, инженерно-техническими службами, пожарными инспекциями, курирующими образовательную организацию.

К пятой группе Смирнов Н.К. относит психолого-педагогические здоровьесберегающие образовательные технологии, которые реализуются в учебно-воспитательном процессе педагогами, они делятся на подгруппы:

- организационно-педагогические технологии, определяющие структуру учебного процесса, способствующие предотвращению состояния переутомления, гиподинамии в период обучения и др.;

- психолого-педагогические технологии, сопровождающие организацию и проведение уроков физической культуры;

- учебно-воспитательные технологии включают в себя программы, по которым преподаватели и кураторы студенческих групп обучают и воспитывают студентов заботиться о своем здоровье, вести правильный образ жизни, отказываться от вредных привычек и употребления психоактивных веществ [6].

Р.Е. Ковалева проводя исследование по проблеме здоровьесберегающих технологий выявила факторы, негативно воздействующие на здоровье обучающихся, которые условно разделила на две группы - активно обсуждаемые в педагогической среде и широко изучаемые, и

недостаточно обсуждаемые и изучаемые, но требующие внимания и обсуждения [3].

К активно обсуждаемым и изучаемым относятся: перегрузка в учебном процессе и несовершенство учебных программ и технологий, интенсификация учебного процесса, авторитарный стиль преподавания, отсутствие индивидуального подхода к обучающимся. В образовательном процессе принято использовать преимущественно обучающие технологии в ущерб воспитательным, отрицательно на здоровье сказывается недостаток двигательной активности обучающихся, неправильное питание, несоблюдение гигиенических требований в организации образовательного процесса.

К недостаточно обсуждаемым и изучаемым факторам: дидактогенная организация образовательного процесса; недостаточная компетентность педагогов в вопросах педагогики здоровья, слабое использование здоровьесберегающих технологий, дающих обучающимся опыт «успеха» и «радости», необходимый для поддержания психологического здоровья и эффективной социально-психологической адаптации к самостоятельной жизни; неблагоприятное состояние здоровья обучающихся [3, с.24].

Следовательно, опираясь на литературные источники и опыт работы педагогов в образовательных организациях различных типов, в качестве конкретных инновационных методов по внедрению здоровьесберегающих технологий, укрепляющих здоровье обучающихся можно предложить следующие формы работы:

- 1) проведение индивидуальных консультаций со специалистами, психологами, если есть необходимость и с психотерапевтом;

- 2) проведение обучающих семинаров, диспутов, тренингов с обучающимися по направлениям: формирование навыков саморегуляции, уверенности перед экзаменами; будущее трудоустройство; управление своими чувствами и эмоциями; поддержание социальной активности; отработка стратегии поведения в конфликтах; разрушении барьеров в общении; преодолении барьеров в общении с преподавателями и т.д.;

- 3) организация службы дистанционного психологического консультирования студентов психологами через систему Интернет;

- 4) проведение комплексной компьютерной психодиагностики и выявления индивидуально-психологических свойств и особенностей личности; уровня развития когнитивной,

мотивационно-потребностной, эмоционально-волевой, коммуникативной, деятельностной сфер и степени адаптации и дезадаптации студентов, особенно первокурсников;

5) проведение психокоррекционных, психопрофилактических психореабилитационных мероприятий по профилактике эмоциональных перегрузок и девиантного поведения;

6) организация в вузах кабинетов релаксации с элементами ароматерапии, фитотерапии, музыкальной терапии, комнат отдыха и психологической разгрузки и т.д. [1, с. 59-60].

Не менее значимым при организации здоровьесберегающей деятельности является комплекс мер, направленных на сохранение здоровья участников образовательного процесса. Важное значение для организации здоровьесберегающей деятельности в условиях образовательных организаций имеют традиционные воспитательные мероприятия, которые могут проводить кураторы студенческих групп и воспитатели общежитий:

– профилактика вредных привычек среди студентов, гиподинамии;

- учет гигиенических требований на лекциях и практических занятиях, создание комфортной психоэмоциональной среды в образовательном процессе;

– создание здоровой предметной среды и интерьера образовательной организации: организация гигиенически обоснованного цветового климата; эстетизация и озеленение территории учебных корпусов; применение арт-терапии; обоснованный выбор подходящей мебели в аудиториях; поддержание на должном уровне санитарно-гигиенического состояния учебных аудиторий и др.;

– использование современных образовательных технологий при проведении лекционно-семинарских занятий (дискуссии, ролевые и деловые игры, заседания «круглых столов», «мозговых штурмов» и др.), встречи со специалистами, разъясняющими о пагубном влиянии на здоровье психоактивных веществ, табакокурения, разъяснение ответственности за злоупотребление и распространение этих веществ.

Реализуя здоровьесберегающие технологии, следует помнить, что главной отличительной особенностью педагогики здоровья является направленность и приоритет здоровья. Это в свою очередь определяет формирование в высшей школе здоровьесберегающего образовательного пространства, в котором все участники

профессорско-преподавательский состав, специалисты, студенты согласованно решают общие задачи, связанные с заботой о здоровье, принимают на себя ответственность за достигаемые результаты. Такая деятельность подчиняется руководящему философскому принципу здоровьесцентризма, который включает в себя целевую ориентацию на здоровье как приоритетную ценность и основной результат деятельности. Направленность учебно-воспитательной работы на формирование потребности обучаемого в здоровье и здоровом образе жизни, повышение культуры здоровья педагогов, создание единой службы здоровья, осуществляющей соответствующее сопровождение развития обучающихся, валеологизацию вуза, валеологизацию управления, требующую соответствующих изменений и обновления самих методов управления.

Все сказанное выше дает основание рассматривать здоровьесберегающую деятельность в системе вуза как систему действий по сохранению, укреплению и формированию здорового образа жизни обучающихся в образовательном пространстве, включающую единство взаимосвязанных и взаимозависимых компонентов: целевого (обеспечение целостного здоровья студента в образовательном процессе), содержательного (сохранение, укрепление и формирование физического, психического и социального компонентов здоровья), операционального (методы, формы и средства обеспечения здоровья студента) и результативного (компетентность самих студентов в сфере здорового образа жизни, показатели их здоровья).

Опыт отечественной системы высшего образования показывает, что наиболее жизнеспособными оказываются те образовательные организации, которые проводят в жизнь активную политику внедрения инновационных технологий по сохранению и укреплению здоровья обучающихся и формированию у них мотивации здорового образа жизни. Современное управление качеством образовательного процесса предполагает дальнейшее совершенствование уже существующих и разработку новых технологий, которые могли бы заложить основы физического и духовного здоровья обучающихся. В условиях развития рыночной экономики здоровьесберегающие образовательные технологии приобретают роль неотъемлемого фактора профессионального роста молодого специалиста, повышают его

компетентность, а, следовательно, конкурентоспособность и мобильность.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Борщева И.В. Психологические проблемы здоровьесбережения студентов СГА // Здоровьесберегающие образовательные технологии: материалы междисциплинарной научно-практической конференции / Отв. ред. Е. В. Усова. – М.: СГА.
2. Ирхин В.Н. Теоретические основы построения школы здоровья в контексте гуманистической парадигмы образования и воспитания // Проблемы образования и воспитания в контексте гуманистической парадигмы педагогики (конец XIX в. – 90-е гг. XX в.): Монография: В 2-х т. // Под ред. З.И. Равкина. – М., 2000. С. 139–172.
3. Ковалева Р.Е. Технология подготовки будущих учителей к здоровьесберегающей деятельности на основе модульного подхода: Дис. ... канд. пед. наук. –Тирасполь, 2014. - 220 с.
4. Косова Л.Б. Динамика ценностных ориентаций (анализ результатов эмпирического исследования) / Л.Б. Косова // Социологические исследования. – 1994. – №2. – С. 114–118.
5. Слободчиков В.И. Психология человека, введение в психологию субъективности. – М.: Школа–пресс, 1995.
6. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы. (Метод. б-ка) – М. : АРКТИ, 2003. 272 с.
7. Соловьева Н.И. Концепция здоровьесберегающей технологии в образовании и основные организационно-методические подходы её реализации // Научно-методический журнал «ЭКО». 2004. Выпуск 17.
8. Сомов Д.С. Теория и методология реализации здоровьесбережения в условиях современного вуза: Дис. ... д-ра пед. наук. 2007.
9. Сущенко Л.П. Здоровье как жизненная ценность руководителя образовательного учреждения: Дис. ... канд. пед. наук–М., 2002.
10. Уткина Л.М. Реализация валеологического компонента в системе повышения квалификации педагога: Дис. ... канд. пед. наук. СПб., 1998.

Gordienko I.V.

ORGANIZATIONAL AND PEDAGOGICAL SUPPORT FOR THE IMPLEMENTATION OF HEALTH-TECHNOLOGIES IN THE EDUCATIONAL SPACE OF THE UNIVERSITY TECHNICAL PROFILE

This article discusses the problems of implementation in the educational process of the university health-technologies. Author analyzes the concept for this problem, solutions are determined to preserve the health of students in the learning process and outside normal working hours.

Key words: *health culture, health saving technologies, valueology, health-restorative activities.*