

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ ВУЗА

Зенкевич С. А., Зенкевич В. Н.

УО «Гродненский государственный университет им. Янки Купалы»
г. Гродно, Республика Беларусь

На сегодняшний день одним из приоритетных направлений государственной политики Республики Беларусь является сохранение и укрепление здоровья. В последние годы самочувствие подрастающего поколения страны характеризуется негативными тенденциями, которые могут привести к критическому ухудшению здоровья нации. Согласно последним данным валеологических исследований, выделяют две группы факторов, негативно влияющих на состояние здоровья подрастающего поколения. К первой группе относят особенности построения современного образовательного процесса, для которого характерно: интенсификация учебного процесса; нерациональная организация учебной деятельности; несоответствие образовательных технологий и методик возрастным и функциональным особенностям организма учащейся молодежи; присутствие постоянного психологического напряжения, связанного с наличием страха о возможной неудаче в учебной деятельности.

Ко второй группе относят такие особенности, как низкий уровень мотивации на сохранение и укрепление индивидуального здоровья; отсутствие целенаправленной системы формирования культуры здоровья.

Существует необходимость в создании и развитии такой среды, которая будет обеспечивать условия для сохранения здоровья учащейся молодежи. Такой средой выступает здоровьесберегающая среда – комплекс социально-гигиенических, психолого-педагогических, морально-этических, физкультурно-оздоровительных, образовательных системных мер, обеспечивающих психическое и физическое благополучие и комфортную среду развития и существования человека.

Здоровьеформирующие образовательные технологии, согласно определению Смирнова Н. К. – это совокупность всех используемых в образовательном процессе приемов, методов, технологий, не только оберегающих здоровье студентов и педагогов от неблагоприятного воздействия факторов образовательной среды, но и способствующих воспитанию у учащихся культуры здоровья.

Здоровьесберегающая технология, по мнению В. Д. Сонькина, – это:

- условия обучения учащейся молодежи в образовательной среде (отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания);

- рациональная организация учебного процесса (в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями);
- соответствие учебной и физической нагрузки возрастным возможностям учащегося;
- необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим.

Петров О. В. под здоровьесберегающей образовательной технологией понимает систему, создающую максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья всех субъектов образования.

Основными компонентами здоровьесберегающей технологии выступают следующие:

- аксиологический, проявляющийся в осознании студентами высшей ценности своего здоровья, формировании убеждений в необходимости вести здоровый образ жизни, который позволит наиболее полно осуществить намеченные цели, использовать свои умственные и физические возможности. Иными словами, формирование ценностно-ориентированных установок на здоровье.

- гносеологический, связан с приобретением необходимых знаний и умений для процесса здоровьесбережения, изучение различного рода литературы по данному вопросу и различных методик по оздоровлению и укреплению своего организма.

- здоровьесберегающий, включает систему ценностей и установок, которые формируют систему гигиенических навыков и умений, необходимых для нормального функционирования организма, соблюдение режима дня, качества питания, чередования труда и отдыха, что способствует предупреждению образования вредных привычек и различного рода заболеваний.

- эмоционально-волевой, который включает в себя проявление психологических механизмов – эмоциональных и волевых, обеспечивающих закрепление желания вести здоровый образ жизни.

- экологический, учитывающий то, что человек выступает как неотъемлемая часть окружающей природной среды. Взаимодействие человеческой личности в единстве с биосферой раскрывает зависимость физического и психического здоровья от экологических условий.

- физкультурно-оздоровительный компонент предполагает овладение системой движений, направленной на повышение двигательной активности, и как результат, предупреждение гиподинамии. Кроме того, данный компонент направлен на освоение личностно-важных жизненных ка-

честв, повышающих общую работоспособность, а также навыков личной и общественной гигиены.

Существует несколько подходов в классификации здоровьесберегающих технологий, но наиболее распространенной в высших учебных образовательных учреждениях является классификация, предложенная Н. К. Смирновым. Согласно данной классификации все здоровьесберегающие технологии делятся на следующие группы:

1. *Медико-гигиенические технологии (МГТ)*. Данная группа технологий предусматривает совместную деятельность администрации учебного заведения, профессорско-преподавательского состава и непосредственно медицинских работников. Прежде всего, к таким медико-гигиеническим технологиям относят организацию медицинских кабинетов в вузах, оказание неотложной помощи, проведение консультаций по вопросам сохранения здоровья, контроль и помощь в обеспечении надлежащих гигиенических условий, проведение профилактических мероприятий и т. д.

2. *Физкультурно-оздоровительные технологии (ФОТ)*. Данные технологии непосредственно направлены на физическое развитие занимающихся. Реализуются они на занятиях по физической культуре, в работе спортивных секций, в проведении спортивно-оздоровительных мероприятий, смотров, конкурсов и т. д.

3. *Экологические здоровьесберегающие технологии (ЭЗТ)*. Основная функция – создание природосообразных, экологически оптимальных условий жизни и деятельности людей.

4. *Технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности (ТОБЖ)*. Предполагают формирование знаний студентами вопросов обеспечения жизнедеятельности для сохранения своего здоровья на должном уровне.

5. *Здоровьесберегающие образовательные технологии (ЗОТ)* подразделяются на 3 три подгруппы:

- организационно-педагогические технологии (ОПТ), определяющие структуру непосредственно всего учебного процесса, способствующие предотвращению состояния переутомления, гиподинамии и иных состояний;

- психолого-педагогические технологии (ППТ), связанные с непосредственной работой преподавателя на занятии, окружающая студента психологическая среда;

- учебно-воспитательные технологии (УВТ), которые включают программы по обучению и формированию здорового образа жизни, культуры здоровья, предупреждению вредных привычек т.д.

Отдельная роль в классификации Н. К. Смирнова отводится еще двум группам технологий, которые реализуются за рамками образовательного процесса, но имеют удельный вес (это внеурочная работа вуза):

- социально-адаптирующие технологии – основная направленность которых направлена на повышение ресурсов психологической адаптации личности (социально-психологические тренинги, программы и методики социальной и семейной педагогики и т.д.);

- лечебно-оздоровительные технологи – их основу составляет самостоятельное приобретение знаний в области медицины, педагогики лечебной физкультуры, оздоровительных мероприятий, непосредственно воздействующих и обеспечивающих восстановление физического здоровья учащегося

Здоровьесберегающие технологии выполняют ряд функций:

1. *Формирующая*, осуществляется на основе биологических и социальных закономерностей становления личности.

2. *Информативно-коммуникативная*, обеспечивает передачу опыта ведения здорового образа жизни, ценностных ориентации, формирующих бережное отношение к собственному здоровью и ценности каждой человеческой жизни.

3. *Диагностическая*, заключается в постоянном изучении развития студентов на основе прогностического контроля, что позволяет в дальнейшем скорректировать перспективы развития педагогического процесса с учетом индивидуальных особенностей каждого студента.

4. *Адаптивная*, обеспечивает адаптацию студентов к социально-значимой деятельности.

5. *Рефлексивная*, в сохранении и приумножении здоровья, предполагает переосмысление предшествующего личностного опыта, что позволяет соизмерить реально достигнутые результаты с перспективами.

6. *Интегративная*, объединяет различные ранее разработанные научные концепции и системы воспитания с целью использования их для сохранения здоровья подрастающего поколения.

Таким образом, обеспечение здоровья студентов возможно только при организации комплекса мер педагогического, санитарно-гигиенического, медицинского, физкультурно-организационного характера, направленных непосредственно на оптимизацию процесса обучения, формирование здорового образа жизни и сохранение здоровой окружающей среды учащейся молодежи.

ЛИТЕРАТУРА

1. Антипова, Л. П., Использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе / Л. П. Антипова // Начальная школа. - 2011. - №8. – С. 106-108.
2. Безруких, М. М. Здоровьесберегающие технологии в общеобразовательной школе: методология анализа, формы, методы, опыт применения / М. М. Безруких, В. Д. Сонькина; под ред. М. М. Безруких. - Минск: ИВФ РАО, 2002. – 181 с.
3. Волкова, Н. И. Повышение эффективности учебного процесса по физическому воспитанию студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья / Н. И. Волкова, И. В. Якимец //

Современный Олимпийский спорт и параолимпийский спорт и спорт для всех: материалы XII междуна. науч. конгресса – М.: РГУФК, СпбГУ, 2008. – С. 25-26.

4. Смирнов, Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе / Н. К.Смирнов. – Минск : АПК и ПРО, 2003. – 270 с.

5. Чупаха, И. В. Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе: научно-практический сб. инновац. опыта / И. В. Чупаха, Е. З. Пужаева, И. Ю. Соколова; под. ред. И. В. Чупаха. – Ставрополь: АСТ, - 2001. – 400 с.

УДК 378.662:616(476.1)

АНАЛИЗ ЗАБОЛЕВАНИЙ СТУДЕНТОВ БЕЛОРУССКОГО НАЦИОНАЛЬНОГО ТЕХНИЧЕСКОГО УНИВЕРСИТЕТА

Квятковская Н. А., Казакова Л. В.

УО «Белорусский национальный технический университет»

г. Минск, Республика Беларусь

В настоящее время одной из наиболее острых проблем современного общества является сохранение здоровья студенческой молодежи. Одной из главных задач физического воспитания в учреждении высшего образования является укрепление и поддержание здоровья студентов средствами физической культуры. По данным Министерства здравоохранения Республики Беларусь, за последнее десятилетие в студенческой среде наблюдается рост заболеваний.

Специальное учебное отделение формируется из числа студентов, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе, имеющих патологические отклонения в состоянии здоровья либо проходящих реабилитацию после перенесенных заболеваний. Всех студентов делят по группам заболеваний по следующим нозологическим нормам:

- группа «А» – студенты с заболеваниями сердечно-сосудистой и дыхательной систем, нарушениями функций нервной и эндокринной систем, ЛОР-органов, органов зрения;

- группа «Б» – студенты с заболеваниями органов брюшной полости и малого таза, нарушениями жирового, водно-солевого обменов и заболеваниями почек;

- группа «В» – студенты, имеющие нарушения опорно-двигательного аппарата и снижение двигательной функции [1-3].

Целью нашего исследования являлось изучение динамики количества студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья, и выявление наиболее распространенных заболеваний. Для решения поставленной цели были проанализированы медицинские справки студентов 1-4 курсов факультета информационных технологий, энергетического, автотракторного и приборостроительного факультетов Белорусского национального