

кой обучения спортивной борьбе и с учетом требований новых правил соревнований по борьбе, которые ежегодно меняются и дополняются.

4. Большинство студентов после окончания вуза были согласны проводить занятия по борьбе в свободное от основной работы время, на общественных началах.

ЛИТЕРАТУРА

1. Физическая культура. Типовая учебная программа для высших учебных заведений. Под ред. В. А. Коледы. - Минск: РИВШ, 2008.- 60 с.
2. Хижевский О. В. Программа и методические рекомендации для студентов 1-4 курсов групп спортивного совершенствования и специализации по борьбе дзюдо. Учебная программа. УО «БГТУ». 2009 г.
3. Хижевский О. В., Кулакевич В. Я. Самбо. Программа для специализированных учебно-спортивных учреждений и училищ Олимпийского резерва. Учебное пособие (допущено Министерством спорта и туризма РБ в качестве учебной программы). НИИ Министерства спорта и туризма РБ. Мн.: 2006
4. Хижевский О. В., Рукавицын Д. Б. Спортивные единоборства. Учебное пособие. Минск, Белпринт. 2005.
5. Хижевский О. В., Япринцев В. Г., Ветошкина Э. В., Ивасенко А. М. Дзюдо. Программа для специализированных учебно-спортивных учреждений и училищ Олимпийского резерва. Учебное пособие (допущено Министерством спорта и туризма РБ в качестве учебной программы). НИИ Министерства спорта и туризма РБ. Мн.: 2014

УДК 159.9+37.013.77

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ И ТЕЛЕСНОФОРМИРУЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ

Яковлев А. Н.¹, Матвеева Л. В.², Журавский А. Ю.², Лимаренко О. В.²

¹—УО «Владивостокский государственный университет экономики и сервиса»

г. Владивосток, Российская Федерация;

²—УО «Полесский государственный университет»

г. Пинск, Республика Беларусь

На современном этапе развития Российской Федерации и Республики Беларусь необходима интеграция образования, при которой инновационная педагогическая система с позиций здоровьесбережения и здоровьесохранения отражает ряд полисистемных функций (репродуктивная функция, креативность и активность личности в социуме, просвещение и куль-

тура, воспитание и развитие, социализация и адаптация, самосохранение и гуманизм).

Ведущим направлением при переводе образовательных учреждений в новое качественное состояние отводится разработке и внедрению образовательных технологий с учетом регионального опыта и местных условий. В рамках союзного государства и расширения таможенного пространства должна осуществляться новая парадигма образования, ориентированная на поступательное развитие физической культуры, в том числе и материально-технической базы, финансового обеспечения, научно-методическое сопровождение образовательных стандартов, повышение квалификации кадров.

Изменение ценностей общества сопряжено с развитием современной цивилизации, где происходит стремительное развитие спорта, превращение его в новую религию современности, где постоянное стремление развитых стран на обновление спортивных результатов «встраивает» человека в модель «принудительного» конструирования собственного тела.

Все это требует значительных изменений в теоретическом и практическом обосновании новой парадигмы, отражающей процессы модернизации многоуровневого образования, в том числе в сфере физической культуры и спорта.

От успешного развития данного научного направления во многом зависит последующее решение важных прикладных задач реализации здоровьесберегающей ориентированности системы высшего профессионального образования на государственном уровне. Учебно-трудовая деятельность студенческой молодежи в высших учебных заведениях характеризуется постоянным увеличением объема предъявляемой к усвоению информации и повышением интеллектуальной нагрузки на фоне снижения показателей стрессоустойчивости и физической нагрузки.

Интеграция высшего профессионального образования в сфере физической культуры в общеевропейскую систему высшего образования на принципах болонского соглашения актуализирует развитие научных исследований современной науки.

В начале XXI века формирование научных сообществ в структуре университетов обусловлено высоким уровнем развития технологий.

Однако в пространстве постиндустриального общества проявляются противоречия между повышающимся социально-экономическим значением культуры управления физкультурно-спортивной деятельностью и фактическим ее состоянием: а) резким поворотом от административно-плановой модели к рыночно-предпринимательской; б) демократизацией общественных и обновлением социально-классовых отношений; в) мас-

штабами и глубиной информационно-технологических и интеграционных процессов.

В условиях современной модернизации многоуровневой системы образования и смены образовательной парадигмы актуальным становится вопрос о том, что необходимо изменить отношение к физическому воспитанию как неотъемлемой и важной части всего педагогического процесса с его возможностями, ценностями и потенциалом, которые формируются наряду с новыми представлениями о теле и телесности человека в условиях современной цивилизации.

Физическое воспитание органически вплетено в культуру как общую, или материнскую, так и молодежную субкультуру. Как процессуальный компонент физическая культура обеспечивает единство биологической и социальной сущности человека, а овладение ее ценностями способствует непосредственно формированию физической культуры личности. Физкультурно-спортивная деятельность, рассматриваемая с позиции интегративного принципа, предстает как дискурсивное поле для проявления единой культурной традиции, в которой системообразующим фактором является духовно-телесный статус человека, эксплицируемый через принцип единства. Эволюция человека и перспективы развития физкультурно-спортивной деятельности обрисовываются в контексте активизации и применения человеком в своем бытии интегративного принципа, который способен связать собой духовное и телесное и изменить бытийный статус человека.

В современных условиях социально-экономического кризиса это становится все более острой проблемой: телесность человека на путях эволюционного развития в контексте понимания категорий «тело» и «телесность» настолько разведены далеко друг от друга, что о гармонии человека как таковой говорить не приходится.

Так, нами было продолжено анкетирование студентов УО «Полесский государственный университет», целью которого было изучение путей повышения эффективности системы студенческой физкультурно-спортивной деятельности в вузе.

Проведенный анализ результирующих показателей, полученных в ходе обработки опросных анкет, позволил выявить тенденции, свидетельствующие о позитивных аспектах в содержании и организации физического самовоспитания у студентов: достижение достаточного уровня знаний об особенностях собственного организма и методических основах самостоятельной тренировки (такие знания зафиксированы у 75-80% респондентов); проявление полноценной самостоятельной физкультурно-оздоровительной деятельности (зафиксировано у 70% экспериментальной группы во внеурочное время и у 90% – на учебных занятиях по физиче-

скому воспитанию); наличие субъективных оценок, характеризующих положительное отношение к физическим упражнениям во внеучебное время, что подтверждается данными о затратах свободного времени на занятия физическими упражнениями (затраты времени возросли с 2 до 4-6 часов в неделю); заметный прирост в уровне развития двигательных функций у испытуемых экспериментальных групп (в каждой возрастно-половой выборке достоверное улучшение получено в большинстве показателей). В контрольной группе у студентов, занимающихся по общей программе по физическому воспитанию, все перечисленные параметры изменились незначительно, а некоторые результаты, характеризующие физкультурно-спортивную деятельность, даже снизились.

Заявленное направление научных исследований не исчерпывает всей проблемы достижения индивидуализации обучения в процессе занятий физкультурно-спортивной деятельностью, а накопленные данные и их концептуализация внесут определенный вклад в области теории и методики физического воспитания и спортивной тренировки. Физическая культура находит в феномене человеческого тела, как и в любом другом материальном объекте, включенном в ее пространство, форму своей реализации, возможность быть воплощенной. Учет отмеченных автором социально-философских аспектов исследования проблемы телесности в физкультурно-спортивной деятельности личности в дополнении к широкому спектру знаний о феномене человеке, его психической и телесной природе позволит эффективно применять осуществляемые на здоровьесберегающей технологической основе научные разработки, что нашло отражение на рисунке.

Следует отметить, что инновационная педагогическая система здоровьесберегающих и телесноформирующих технологий физкультурно-спортивной деятельности в социуме образовательного пространства Республики Беларусь и Российской Федерации не может функционировать без системы интегральной оценки и контроля знаний, умений и навыков учащихся и студентов.

На современном этапе функционирования системы физического воспитания практически не используется генетическая диагностика, которая позволяет по комплексу генов обосновать выяснение индивидуальной генетической предрасположенности – генетические маркеры, ассоциированные с выносливостью: ACE (AluI/D) EPAS1 (rs1867785 A/G) GNB3 (C825T(Ser275Ser(rs5443))), HFE (His63Asp(rs179945 C/G)), NFATC4 (Gly160Ala(rs2229309 G/C)), NOS3 (Glu298Asp(rs1799983 G/T)), PPARA (rs4253778 G/C), PPARGC1A (Gly482Ser(rs8192678 G/A)), PPARGC1B (Ala203Pro(rs7732671 G/C)), TFAM (Ser12Thr(rs1937 G/C)), VEGFR2

(His472Gln(rs1870377 T/A)), ADRB2 (Gln27Glu (rs1042714)), ADRB3 Trp64Arg (rs4994).

Генетические маркеры, ассоциированные с быстротой и силой: ACE (AluI/D), ACTN3 (Arg577Ter (rs1815739 C/T)), PPARA (rs4253778 G/C), PPARG (Pro12Ala(rs1801282 C/G)). Генетические маркеры, характеризующие состояние опорно-двигательного аппарата: ген метаболизма кальция и минерального обмена VDR (TaqI/T (rs731236 C/T)); ген минеральной плотности костной ткани CNTF (0 mutation A/G (rs1800169)).

В данном направлении в ПолесГУ проведены фундаментальные исследования, которые могут быть внедрены в образовательное пространство Российской Федерации и Республики Беларусь.

Трансформация образовательного процесса в последнее десятилетие характеризуется отношениями между различными его структурными элементами, организацией и разрыванием нового социокультурного здоровьесберегающего образовательного пространства [1].

Однако этот процесс связан с определенными трудностями теоретического и практического характера: потребность разработки педагогических технологий здоровьесбережения обучающихся в рамках целостного образовательного пространства, проблема сохранения и укрепления здоровья обучающихся выведена на уровень приоритетных задач отечественного образования.

В действующем законодательстве Республики Беларусь и Российской Федерации в качестве ведущего принципа государственной политики провозглашен гуманистический характер образования (комплексное, циклическое, непосредственное и опосредованное воздействие компетентного педагога и образовательной среды в условиях учебно-воспитательного процесса вуза) [1].



РЕПОЗИТОРИЙ ГГАУ

Рисунок – Физкультурно-спортивная деятельность с позиции интегративного принципа (духовно-телесный статус человека)

Методологические аспекты теории и методики физического воспитания сопряжены с термином «пространство»: «воспитательное простран-

ство социума», «социально-педагогическое пространство», «личностно-ориентированное пространство», «профессионально-образовательное пространство», «здоровьесберегающее пространство», «инновационное пространство» и т. п. [2].

Следует отметить, что понятие «пространство» активно входит в педагогическую лексику и отражает вполне реальные педагогические явления. Поэтому с точки зрения законов логики необходимо определить содержание этого понятия.

Анализ философских, психологических и педагогических источников указывает на то, что в науке понятие «пространство» понимается неоднозначно. В Логическом словаре-справочнике сказано, что «пространство – это порядок и протяженность материальных объектов, оно трехмерно» [3].

В гуманитарных исследованиях пространство понимается как субъект-объектное взаимодействие природы и общества. Любые события связываются пространственно-временным интервалом (И. Кант, Т. Парсонс, О. Ю. Маркова и др.). Личностно-смысловое образование пространства как духовной составляющей жизни человека стало предметом рассмотрения в культурно-исторических исследованиях (Л. С. Выготский, А. Н. Леонтьев, Н. Б. Крылова и др.) [3].

Так, С. К. Бондырева считает, что образование является основанием развертывания разных форм, типов организации общения, развития отношений взаимодействия, выступая в качестве конкретной формы интеграции в сфере межличностных отношений взаимодействия, как особо формируемая целостность в общем потоке пересекающихся связей [4].

По мнению О. Ю. Марковой [5] «элементом внутренней структуры пространства образования является коммуникативное пространство – система социальных и профессиональных, деловых и межличностных коммуникаций», включающих в себя «взаимоотношения между тремя основными субъектами образовательного процесса – преподавателями, студентами, вузовской администрацией».

Образовательные потребности каждого субъекта этого пространства различны, поэтому, чем шире спектр образовательных услуг, тем больше возможность у потребителей найти образ своей потребности. Важнейшая задача образовательного пространства – удовлетворение образовательных потребностей общества в целом и каждого обучаемого в частности.

Так, Э. Ф. Зеер [6] рассматривал «развивающееся профессиональное пространство» как часть пространства, в котором происходит активное взаимодействие человека с образовательно-профессиональной средой (динамическое единство субъектов образовательного процесса и системы их отношений).

Для педагогической деятельности, осуществляемой в здоровьесберегающем пространстве, представление о пространстве возраста является основополагающим, т. к. всякая осмысленная практика строится с учетом физического и психического развития человека, причем обучающемуся принадлежит ведущая роль в процессе своего обучения.

В «Концепции федеральной целевой программы развития образования на 2006-2010 гг.» отмечалась необходимость выполнения социального заказа на образование как социально обусловленную и культурно детерминированную систему, в которой субъекты выстраивают отношения с миром, друг с другом посредством ценностей, принятых в конкретном учебном заведении, что определяет необходимость организации системы образования вуза как социокультурного здоровьесберегающего образовательного пространства. В этом смысле решение проблемы построения новых образовательных пространств, организуемых в вузах, является значимым не только для российского образования в целом, но и конкретного учебного заведения.

Однако в связи с развитием концепции личностно-ориентированного образования, обозначающего приоритетным изучение аксиологической природы образования и современной валеологии, появились новые возможности и перспективы воспитания ценностной направленности на здоровый образ жизни у обучающихся, что лучше всего решается в целостном образовательном пространстве.

Так, Владивостокский государственный университет экономики и сервиса (ВГУЭС), как и большинство российских вузов, для успешной реализации здоровьесбережения сформировал многоуровневое образовательное пространство в системе «школа-вуз», включающее в себя учреждения от детского сада до магистратуры и аспирантуры.

ВГУЭС, став субъектом рыночной экономики, заметно отличается от многих российских вузов. Здоровье, питание, спорт и физическое воспитание играют здесь важную роль в процессе развития и совершенствования личности. В университете создана самая лучшая на Дальнем Востоке и отлично оснащенная спортивная база общей площадью более 20 тысяч кв.м., включающая в себя 50 спортивных залов различной направленности, 6 бассейнов. Здесь ежедневно проводятся занятия в рамках учебного процесса, а также реализуются дополнительные спортивно-оздоровительные программы.

Общее руководство физическим воспитанием и спортивно-массовой работой среди студентов, а также организация наблюдений за состоянием их здоровья возложены в университете на ректорат, а конкретное их проведение осуществляется административными подразделениями и общественными организациями вуза. Непосредственная ответственность за

постановку и проведение учебно-воспитательного процесса по физическому воспитанию студентов в соответствии с учебным планом и государственной программой возложена на кафедру физкультурно-оздоровительной и спортивной работы вуза (ФОСР). Кафедра также проводит массовую оздоровительную, физкультурную и спортивную работу совместно с медицинским центром «Лотос» и многофункциональным спортивным комплексом «Чемпион-1», расположенным на территории основного кампуса, занимающим 14172 квадратных метра. Площадь одного из его тренажерных залов – 728 квадратных метров.

В университете культивируются следующие виды спорта: самбо, плавание, волейбол, баскетбол, футбол, настольный теннис, легкая атлетика, шахматы, спортивное ориентирование, бокс, пауэрлифтинг, картинг, пешеходный и водный туризм и другие.

Спортсмены-студенты ВГУЭС успешно выступают на международных и всероссийских соревнованиях, показывают высокие результаты, сражаясь наравне с мастерами мирового и европейского класса, а то и превосходя их. Личное мужество, волю к победе и мастерство проявляют они на чемпионатах мира, Европы и Азии, российских спартакиадах и первенствах Дальнего Востока и Сибири.

Исходя из изложенного выше, актуальной является разработка научно-практической вузовской программы «Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе» (на примере ВГУЭС). Программа позволяет кафедре решать задачи, способствующие интенсивному развитию физкультурно-оздоровительной работы, что способствует сохранению и укреплению здоровья в университетском образовательном пространстве. В программу входит: внедрение методологии, принципов и методов здоровьесберегающего образования; разработка и реализация спортивно-оздоровительных программ и рекомендаций по улучшению физических качеств студентов, учащихся колледжа и лицея ВГУЭС, обеспечивающих надежное функционирование органов и систем человека; формирование физической культуры личности обучающегося с учетом его индивидуальных способностей, состояния здоровья и мотивации; обеспечение взаимодействия учебного и внеучебного процессов физического воспитания для освоения ценностей физической культуры, удовлетворения потребностей обучающихся в занятиях физическими упражнениями, спортом и туризмом; создание во ВГУЭС условий, содействующих сохранению и укреплению физического и психического здоровья обучающихся средствами физической культуры и спорта; выработка психологических умений и жизненных навыков через тренинговые занятия; создание и реализация программы «Спортивно-оздоровительной работы со студентами и учащимися ВГУЭС»; развитие научно-методической, производственной, обра-

зовательной просветительской деятельности университета в сфере формирования и сохранения здоровья; осуществление медико-физиологического, социологического и психолого-педагогического контроля состояния здоровья субъектов образовательного пространства; мониторинг и оценка эффективности программной профилактической деятельности; осуществление научно-образовательной миссии университета через распространение знаний, идей, разработок здоровьесберегающих технологий, просвещение населения; контроль соблюдения законодательных и нормативных правовых актов, регламентирующих деятельность университета по вопросам сохранения здоровья обучающихся; обобщение полученных данных, представление их в статьях и докладах на конференциях и симпозиумах.

Для реализации этой программы на кафедре ФОСР создан научный коллектив, включающий преподавателей физического воспитания, медиков, психологов, специалистов в области информационных технологий; проанализирована психолого-педагогическая литература по теме исследования; проведены две краевые научно-практические конференции «Здоровьесберегающие технологии в образовательном пространстве «школа-вуз», позволившие объединить преподавателей кафедры и учителей школ и лицеев в общей работе по формированию, развитию и сохранению здоровья учащихся и преподавателей, осуществлению медико-физиологического, социологического и психолого-педагогического контроля за состоянием здоровья субъектов образовательного процесса и соблюдением законодательных и нормативных правовых актов, регламентирующих деятельность образовательных учреждений по вопросам сохранения здоровья обучающихся [7].

В результате выполнения проекта разрабатываются практические рекомендации для внедрения в учебно-воспитательный процесс механизмов формирования ценностного отношения к здоровью, культуры здорового образа жизни, мотивации к активному сохранению и укреплению личного и общественного здоровья.

Вместе с тем социокультурный запрос определил необходимость развития и распространения инноваций в сфере физической культуры. Причём большое значение уделяется роли тренера-преподавателя, его профессиональной компетентности, умению мотивировать человека на дальнейшее оздоровление.

Поэтому в последнее время вопрос о спортивно-оздоровительных тренировках встает особенно остро, а решать его помогают научная программа кафедры и инновационные виды оздоровительной физической культуры.

Выполнение научного проекта кафедры включает следующие этапы: создание и совершенствование здоровьесберегающих, здоровьесформирующих условий обучения, труда, отдыха, быта, оздоровления и лечения студентов, преподавателей и сотрудников университета; внедрение в учебно-воспитательный процесс механизмов формирования ценностного отношения к здоровью, культуры здорового образа жизни, мотивации к активному сохранению и укреплению личного и общественного здоровья; развитие научно-методической, производственной, образовательной, просветительской деятельности университета в сфере формирования и сохранения здоровья; привлечение студентов и студенческих организаций как активных участников работы среди сверстников по осуществлению здорового образа жизни, противодействие злоупотреблению психоактивных веществ; реализация единой для всех участников образовательного процесса системы требований по осуществлению здорового образа жизни, разработка системы поощрения; создание и реализация в образовательном пространстве университета системы формирования здорового образа жизни, обеспечивающей становление социально активной, нравственно устойчивой, психически и физически здоровой личности.

В современной системе образования все более актуализируются вопросы сохранения здоровья учащихся в процессе обучения, поэтому возникают новые требования к подготовке студентов вузов. Сохранение здоровья российских учащихся выдвигается в настоящее время в число приоритетных задач системы образования. Основным критерий, по которому сегодняшний преподаватель должен оценивать свою работу – это то, какой ценой для здоровья конкретный учащийся (с присущими только ему индивидуальными особенностями и состоянием здоровья) получает знания, умения, навыки, овладевает компетенциями.

Таким образом, в настоящее время наблюдается тенденция пристального внимания к вопросам сохранения здоровья субъектов образовательного процесса и, соответственно, формирования культуры здоровья педагогов и учащихся. Для студента культура здоровья является не только залогом успешного обучения, но и тем условием, которое позволит в дальнейшем строить свою профессиональную деятельность с позиций здоровьесбережения. Неоспоримым качеством, которое лежит в основе успешного формирования социально активной личности, является состояние ее здоровья. Повышение качества жизни населения для широкого круга граждан ставит на первое место вопрос сохранения здоровья, поддержание спортивной формы.

Здоровье студенческой молодежи является одним из важнейших условий эффективного его участия в образовании. Различные отклонения и ухудшения в здоровье, возникающие в процессе обучения, являются пре-

пятствиями в достижении успехов в образовательном процессе. Преподаватели кафедры ФОСР сознают, что для обеспечения достижения обучающимися уровня профессиональной подготовки, соответствующего Государственному образовательному стандарту третьего поколения, необходимо в учебно-воспитательном процессе уделять существенное внимание сохранению, а по возможности и укреплению здоровья учащихся в здоровьесберегающем образовательном пространстве в системе «школа-вуз».

Проведённые преподавателями кафедры ФОСР исследования показали, что решающая роль в становлении ответственного и грамотного отношения к своему здоровью принадлежит системе образования, т. к. именно в ее рамках возможно воспитание равнодушного отношения к собственному здоровью. Здоровье признается приоритетной ценностью и необходимым условием успешной деятельности ВГУЭС. В ряде исследований установлено, что у студентов, включенных в систематические занятия физической культурой и спортом и проявляющих в них достаточно высокую активность, вырабатывается определенный стереотип режима дня, повышается уверенность поведения, наблюдается развитие престижных установок, высокий жизненный тонус. Они в большей мере коммуникабельны, выражают готовность к сотрудничеству, радуются социальному признанию, меньше боятся критики, у них наблюдается более высокая эмоциональная устойчивость, выдержка, им в большей степени свойствен оптимизм, энергия, среди них больше настойчивых, решительных людей, умеющих повести за собой коллектив. Этой группе студентов в большей степени присуще чувство долга, добросовестность, собранность. Они успешно взаимодействуют в работе, требующей постоянства, напряжения, свободнее вступают в контакты, более находчивы, среди них чаще встречаются лидеры, им легче удается самоконтроль.

Таким образом, по нашему мнению, современной российской высшей школе для решения педагогической проблемы реализации здоровьесбережения в условиях современного вуза необходима целостная концепция здоровьесберегающего образования. В этой концепции, во-первых, процесс сохранения и укрепления здоровья должен рассматриваться в плане реализации внешних условий жизнедеятельности человека и потребности в здоровье как условия благополучия, а во-вторых, в плане реализации внутренних условий, связанных с ответственностью человека за существование целостности своего бытия.

Поэтому сегодня актуальной является разработка комплексной программы кафедры ФОСР на основе стандартов третьего поколения, которая позволит решать задачи создания условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья в вузе, воспитание у студентов убежденности в необходимости регулярно заниматься физической культурой и спортом.

Успешное решение этой проблемы во многом зависит от активности педагогов, стремления к самосовершенствованию, саморазвитию в педагогической деятельности и реализации совместных усилий медиков, педагогов, социальных работников, психологов.

Дисциплина «Физическая культура» базируется на компетенциях, сформированных на предыдущем уровне образования, что легко реализовать в целостном образовательном пространстве. При соответствующем профессиональном и умелом педагогическом сопровождении сами студенты могут стать активными пропагандистами здорового образа жизни в молодежной среде.

Результаты освоения дисциплины «Физическая культура» достигаются за счёт использования в процессе обучения инновационных интерактивных методов и технологий формирования компетенций у студентов. По окончании обучения выпускник должен обладать следующими компетенциями: владеть методами и средствами физического воспитания и укрепления здоровья для достижения должного уровня физической подготовленности к полноценной социальной и профессиональной деятельности; владеть основами законодательства о физической культуре и спорте; иметь ясные представления о здоровом образе жизни и физической культуре; владеть средствами самостоятельного, методически правильного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья. Кроме того, должен быть готов к достижению должного уровня физической подготовленности, необходимой для освоения профессиональных умений в процессе обучения в вузе. Для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности должен уметь применять методы и средства познания, обучения и самоконтроля для интеллектуального развития, повышения культурного уровня и профессиональной компетенции, сохранения своего здоровья, нравственного и физического самосовершенствования; владеть методами и средствами для оптимизации работоспособности и здорового образа жизни.

Основой здоровьесберегающей технологии является соблюдение следующих принципов: учет возрастно-половых особенностей; учет состояния здоровья учащегося и его индивидуальных психофизических особенностей при выборе форм, методов и средств обучения; структурирование урока на три части в зависимости от уровня умственной работоспособности учащихся (вводная часть, основная и заключительная); использование здоровьесберегающих действий для сохранения работоспособности и расширения функциональных возможностей организма учащихся.

Здоровьесберегающие действия – это оптимальная плотность урока; количество видов учебной деятельности, их смена, чередование видов учебной деятельности.

Оздоровительные моменты на занятии: физкультминутки, динамические паузы, минутки релаксации, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз, массаж активных точек.

Гигиенически рациональным считается использование 4-7 видов учебной деятельности, 1-2 – нерациональным, смена различных видов должна проводиться через каждые 7-10 минут (нерациональная смена через 15-20 минут, когда у ребенка уже появляются признаки утомления). Физкультминутки должны проводиться на 20-й и 35-й минуте урока (в период снижения работоспособности) по 1 минуте из 3-х легких упражнений с 3-4 повторениями каждого из них.

Активная мыслительная деятельность, обеспечение эмоциональной сопричастности ученика к собственной деятельности и деятельности других, мотивация познавательной деятельности, обеспечение рефлексии и самоконтроля являются критериями эффективности здоровьесберегающего занятия

В соответствии с «Конвенцией о правах ребёнка», охрана здоровья учащихся должна быть организована на первичном уровне здравоохранения, с достаточной доступностью для детей, подростков и их родителей, при тесном контакте служб здравоохранения и образования. Многоуровневое образовательное пространство – идеальное место, где можно достичь и предложить детям необходимую медицинскую помощь и профилактические программы.

В первом случае ключевыми моментами рассмотрения являются восхождение индивида к своей родовой сущности, личностной позиции – «человеком надо стать»; во втором – представление о том, что человеческой природе присущи позитивные силы, направляющие к здоровью и росту (таблица).

Образовательный процесс в вузе в настоящее время, как правило, не становится средой для сохранения и развития жизненных сил и здоровья молодого поколения.

Таким образом, важнейшей целью педагога является создание условий психологического комфорта на занятии, который обеспечивает сохранность и укрепление здоровья с учётом индивидуальности каждого обучаемого, что является основой формирования здорового образа жизни.

Таблица – Типы установок в подходах к проблеме психологического здоровья

Основополагающие аспекты	Ориентация	
	социоцентрическая	персоноцентрическая
Психологическое здоровье	Родовая сущность - безмасштабный ансамбль интерио-	Врожденная индивидуальная человеческая сущ-

	ризированных и персонифицированных человеческих отношений.	ность (имманентный потенциал).
Процесс личностно-психического развития	Социализация - духовные и культурные традиции, ценностные ориентации.	Индивидуализация рефлексирующего Я.
Источники субъективного благополучия	Чувство духовного сродства, социальная укоренённость в мире.	Чувство аутентичности, цельности и внутренней согласованности.
Доминанта личностной направленности	Самотрансценденция и самоотдача.	Самоактуализация и самовыражение
Мировоззрение - детерминанта поведения	Солидарность, долг перед людьми, сознательное и следование им, служение.	Предназначение (стремление к личным достижениям).
Максима психологического здоровья	Добродетельные качества - высшие духовно-нравственные ценности, верность и последовательность в их осуществлении.	Реализовывать собственный потенциал, сохраняя ощущение подлинности бытия.

Для достижения этой цели необходимо решить следующие задачи: создание положительного настроения на учение, пробуждение интереса к познанию, а также коррекция психофизических функций; снятие по возможности всех деструктивных стрессообразующих факторов учебного процесса; создание атмосферы доброжелательности, которая формирует у студентов веру в свои силы; снятие признаков утомления с учётом особенностей динамики работоспособности через смену видов деятельности; создание условий для формирования личностных качеств.

Для решения обозначенных проблем нами предлагается выстраивать учебный курс, руководствуясь следующими базовыми принципами:

1. Непрерывные усовершенствования. Изменения формы и методов проведения занятий. Проверять на практике и оставлять те, которые дают наилучшие результаты, в том числе, способствуют сохранению здоровья.

2. Использование активных методов обучения. Передача довольно большого объема знаний, обеспечение высокого уровня овладения студентами изучаемого материала и закрепления его на практике, которые развивают культуру здоровья.

3. Включение анализа конкретных ситуаций в каждое занятие. В самом общем виде case – конкретная ситуация (КС) представляет собой описание действительных событий, имевших место в процессе ведения бизнеса в словах, цифрах и образах (индивидуальное заключение, а после обсуждения КС в группе и в классе, необходимые изменения). Возможность развивать навыки эффективной межличностной коммуникации, командной работы, анализа и планирования.

4. Творческие задания для внеаудиторной работы. В рамках новой парадигмы обучения резко возрастает значение самостоятельной (внеаудиторной) работы студентов. Активизация творческой деятельности студентов не только сохраняет их здоровье, но и помогает развивать творческую свободу.

5. Оптимальное соответствие рейтинговой системе. Такая система является «фильтром», позволяющим выявить студентов, которые способны стать высококласными специалистами. Для этого предлагаем каждому студенту на первом занятии заполнить карточку, содержащую личную информацию (образование, опыт работы, планы относительно карьеры, музыка, спорт и т. п.), и поместить свою фотографию.

Остальные баллы студенты набирают за счет выполнения самостоятельных (внеаудиторных) заданий. Такая организация процесса изучения дисциплины позволяет четко ранжировать студентов по уровню усвоения ими материала, предоставляет обучающимся максимум возможностей для повышения своего рейтинга, успешного обучения и сохранения здоровья.

6. Новая система оценок. Считаем необходимым предложить ввести новую четкую систему оценок знаний студентов: знание базового курса – твердое «удовлетворительно»; способность применить знания при решении конкретных практических задач, т. е. обретение профессиональных навыков – твердое «хорошо»; способность генерировать новые знания, которые оцениваются на научных конференциях, инновационных форумах и других мероприятиях – твердое «отлично».

Таким образом, использование рассмотренных принципов, более глубокое изучение и внедрение современных образовательных технологий, среди которых информационные, интерактивные и здоровьесберегающие будут способствовать формированию инновационной деятельности педагогов в образовательном пространстве «школа-вуз». Достоверность результатов исследований определяется теоретико-методологическим обоснованием, многолетними педагогическими наблюдениями и репрезентативностью выборки, проверкой основных концептуальных положений исследования в условиях функционирования многоуровневого образования Республики Беларусь и Российской Федерации, корректной статистической обработкой полученных данных.

Большая часть исследований и внедрение их результатов осуществлялись в тесном сотрудничестве с учеными Российской Федерации и Республики Беларусь: А. Г. Егоровым, Е. А. Масловским, В. Г. Семеновым, Р. Н. Дороховым, В. П. Губой; Е. П. Врублевским, В. Ю. Давыдовым, В. И. Закревским, Н. В. Зайцевой, Н. Г. Кручинским, С. Б. Мельновым, В. Н. Черновой.

Без их заинтересованности, деятельного участия и помощи проведение наиболее важной для практики части исследования было бы невозможным.

ЛИТЕРАТУРА

1. Вещева, Н. В. Организация социокультурного пространства дополнительного образования вуза / Н. В. Вещева – Красноярск: СибГТУ, 2007.- 190 с.
2. Дзодзикова, Л. А. Педагогическое сопровождение здоровьесбережения студентов / Л. А. Дзодзикова // Научные проблемы гуманитарных исследований. – 2008. № 7. – с.10-12.
3. Кондаков, Н. И. Логический словарь-справочник / Н. И. Кондаков. – М.: Наука, 1976. - 720 с.
4. Бондырева С. К. Психолого-педагогические проблемы интегрирования образовательного пространства : Избранные труды . – 2 издание, стер. – М.: Изд-во Московского психолого-социального института, 2005. – 352 с.
5. Маркова О. Ю. Коммуникативное пространство вуза: субъекты, роли, отношения //Коммуникация и образование. Сборник статей. / Под ред. С. И.Дудника. – СПб-е философское общество. – 2004. – 355 с.
6. Зеер, Э. Ф. Профессиональное пространство личности: синергетический подход / Э. Ф. Зеер // Образование и наука. - № 5(23). – С. 79-90.
7. Матвеева, Л. В. Педагогические условия организации профессионально-образовательного пространства в системе «школа-вуз» для специальностей моды и дизайна: дис. ... канд. пед. наук / Л. В. Матвеева. – Владивосток, 2006.