

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ПОДГОТОВКЕ СТУДЕНТОВ

Л. Г. Кайдалова

Н. Б. Щекина

Н. В. Алехина

Национальный фармацевтический университет
Украина, г. Харьков

Проблема формирования физически и духовно здоровой личности нашла свое отражение в истории отечественной педагогики. Еще на этапе зарождения цивилизации воспитательная система наших далеких предков включала игрища с включением физических упражнений и игры-соревнования по стрельбе из лука, метание камней и др. Народная педагогика, представленная в сказках, песнях, пословицах и поговорках, обычаях пропагандировала и ставила в один ряд такие личностные качества, как здоровье, ловкость, смелость, любовь к родине. Приветствуя друг друга, люди желали доброго здоровья, а народные правила поведения требовали при встрече родственников, друзей, знакомых, интересоваться их здоровьем и здоровьем семьи. Так, в процессе исторического развития в Украине сформировалась определенная система сохранения и укрепления здоровья, которая передавалась из поколения в поколение, изменяясь и совершенствуясь [1, 3].

Позже весомый вклад в разработку вопросов формирования здорового образа жизни личности внесли К. Ушинский, Н. Пирогов, С. Миропольский, Е. Покровский, Е. Дементьев, Н. Фелитис, П. Лесгафт, А. Бутовский, А. Верениус и др. Результаты исследований врачей и педагогов позволили им установить, что состояние здоровья человека в значительной мере определяется социальными условиями и образом жизни [1, 2].

Усиление тенденций перехода европейских стран, в том числе и Украины, на новый уровень развития научно-технического и социального прогресса ставит перед высшими учебными заведениями задачу подготовки студентов не только к профессиональной, творческой, инновационной деятельности, а и к деятельности по сохранению и укреплению своего здоровья. Интенсивность развития общества определяется сегодня не только высокой профессиональной компетентностью специалиста, а и конкурентноспособностью его здоровья.

Результаты обследований студентов свидетельствуют о том, что экологические катаклизмы, кризисные явления в обществе, жизненные проблемы негативно отражаются на молодом поколении. Тревогу вызывает преобладание пассивных форм досуга молодежи. Опасного уровня достигло распространение вредных привычек среди юношей и девушек – курение, алкоголизм, наркомания. В контексте выше сказанного, внедрение здоровьесберегающих образовательных технологий становится

необходимым условием подготовки будущих специалистов к профессиональной деятельности. На сегодняшний день именно преподаватель становится реальной фигурой, способной силой своего авторитета и культурой собственного здоровья повлиять на изменение отношения студентов к своему здоровью на основе использования современных педагогических технологий в учебно-воспитательном процессе. Ориентация на личностно ориентированные, информационно-коммуникационные, проблемную технологии обучения, кейс-технологии позволяет преподавателям раскрыть потенциал студентов, активизировать их учебно-познавательную деятельность, способствовать личностному росту, повышению самооценки, адаптации студентов, способствуя тем самым сохранению их здоровья. Преподаватель должен быть готов мобилизовать систему знаний, умений, личностных качеств, необходимых для формирования у студентов мотивации к здоровьесбережению, а также уметь предвидеть, предотвращать или компенсировать потерю здоровья [4].

Нельзя не обратить внимание и на роль здоровьесберегающего общения между преподавателем и студентами, между самими студентами, как фактора формирования профессиональной компетентности будущих специалистов, фактора сохранения их здоровья. Эффективность такого рода общения определяется готовностью и умением использовать системные знания во взаимодействии со студентами. На развитие студентов оказывают существенное влияние не только знания, умения и навыки преподавателя, а и сама личность преподавателя, его образ жизни, педагогический оптимизм. Эффективность совместной деятельности педагога и студентов в любых формах зависит от взаимопонимания между ними. А понимание внутреннего мира другого человека заключается в умении поставить себя на место другого человека и увидеть происходящее его глазами. Нормой профессионального поведения преподавателя является соблюдение педагогической этики, стремление формировать человеческие отношения со студентами и между ними с целью укрепления их психического здоровья. В основе такого взаимодействия – уважение к личности студента, к проявлениям его индивидуальности в сочетании с требовательностью к нему, позитивная позиция по отношению ко всем студентам.

Известно, что эффективность учебной деятельности во многом зависит от микроклимата в группе, коллективе, настроения каждого члена коллектива. В общении преподавателя со студентами большое значение приобретает педагогический оптимизм, который определяется индивидуальными особенностями и приобретает свои личностные формы проявления в коллективе. Бодрое настроение, доброжелательность, открытость к общению, активная деятельность создают атмосферу, способствующую повышению продуктивности учебной деятельности, вызывают желание работать, поднимают настроение.

Особая роль в формировании педагогически целесообразных отношений, способствующих сохранению здоровья студентов имеет педагогический такт преподавателя. Такт – проявление морали в действиях преподавателя, умение ориентироваться в любых ситуациях, действовать в интересах студентов, не оскорбляя и не унижая их достоинство. Помогает оптимизировать взаимоотношения в системе преподаватель – студент и педагогическая техника как совокупность умений и навыков, необходимых для того, чтобы применять на практике способы педагогического взаимодействия: способность к перевоплощению (артистизм, голос, мимика, жесты, пантомимика, культура и техника речи; умение управлять своим вниманием и вниманием студентов; умение по внешним признакам поведения определять душевное состояние; управлять своим эмоциональным состоянием, снимать напряжение, владеть приемами эстетической выразительности и т.д.).

Процессы модернизации системы высшего образования, совершенствование структуры учебного процесса, динамика соотношения аудиторной и внеаудиторной, прежде всего самостоятельной работы студентов, в сторону увеличения ее объема, неизбежно ведут к высокой насыщенности учебной деятельности студентов, росту ее интенсивности, требуют значительных временных затрат, часто в ущерб отдыху, сну, питанию, двигательной активности. Как следствие – повышение утомляемости, снижение работоспособности, рост заболеваемости среди студентов. Выдающийся отечественный педагог В.А. Сухомлинский говорил о том, что состояние здоровья – одно из определяющих условий успеваемости. Между тем известно, что здоровье человека на 50% зависит от образа его жизни, который в значительной мере определяется уровнем культуры индивида. Здоровый образ жизни – единственный путь сохранения оптимальной работоспособности, сохранения и укрепления здоровья человека. Несмотря на то, что молодежь Украины выражает обеспокоенность состоянием окружающей среды, условиями труда, обучения и отдыха, собственным материальным положением, студенты в основном не придерживаются здорового образа жизни, прежде всего потому, что система образования в Украине не формирует соответствующей мотивации на здоровый образ жизни, а также из-за недостаточного уровня знаний и умений в этом плане [5].

В последние годы все большую актуальность приобретает формирование культуры здоровья, как составляющей общей культуры личности, обеспечивающая такой уровень знаний, умений и навыков, который позволяет формировать, сохранять, восстанавливать и укреплять собственное здоровье и характеризуется высоким уровнем культуры поведения в отношении здоровья окружающих.

Требования, предъявляемые к выпускникам высших учебных заведений, предполагают заботу о своем здоровье, а также устойчивую потребность в здоровом образе жизни, что может быть результатом здоровьесберегающей направленности всего учебно-воспитательного

процесса, включающего пропаганду здорового образа жизни и здоровья как необходимых условий достижения успеха в профессиональной деятельности; внедрение здоровьесберегающих образовательных технологий; оптимизацию соотношения различных видов учебной деятельности студентов; организацию их питания, досуга; систему физического воспитания; изучение дисциплины «Валеология»; материально-техническое обеспечение учебно-воспитательного процесса, прежде всего занятий физической культурой и спортом; валеологическую подготовку преподавательского состава; медицинское обслуживание и мониторинг здоровья студентов; участие всего педагогического коллектива в формировании здоровья студентов [5].

Таким образом, рациональное соотношение различных видов деятельности студентов в учебно-воспитательном процессе, использование здоровьесберегающих образовательных технологий, культивирование педагогически целесообразного общения на основе доброжелательного, позитивного взаимодействия студентов и преподавателей, формирование культуры здоровья будут способствовать формированию устойчивой потребности студентов вести здоровый образ жизни, что является препосылкой сохранения генофонда нации.

Литература

1. Бондар А.С. Теорія і практика фізичного виховання гімназистів на Слобожанщині у другій половині ХІХ – на початку ХХ століття : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. вих. і спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / Бондар Анастасія Сергіївна ; Львів. держ. ун-т фіз. культури. – Л., 2006. – 20 с.

2. Гончаренко С.У. Методологічні характеристики педагогічних досліджень / С.У. Гончаренко // Вісник АПН України. – 1993. - № 1. – С. 11-23.

3. Приходько А.И. Проблема физического воспитания личности в педагогической журналистике (вторая половина ХІХ – начало ХХ века) : дис. на соискание науч. степени канд. пед. наук : спец. 13.00.01 «Теория и история педагогики» / Приходько Анна Ивановна ; Харьк. гос. пед. ун-т им. Г.С. Сковороды. – Харьков, 1998. – 225 с.

4. Цьось А.В. Розвиток фізичного виховання на території України з найдавніших часів до початку ХІХ ст. : дис... на здобуття наук. ступеня д-ра наук з фіз. виховання і спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / А.В. Цьось ; Волинський держ. ун-т ім. Лесі Українки. – Луцьк, 2005. – 427 с.

5. Щокіна Н.Б., Юшко О.В. Формирование культуры здоровья студентов / Н.Б. Щокіна, О.В. Юшко // Сьогодні та майбутнє фармації: тези Всеукраїнського конгресу / Вид-во НФаУ. – Харків. – 2008. – С. 635.