

УДК 378.14

UDC 378.14

**ТЕХНОЛОГИИ ОБРАЗОВАНИЯ СТУДЕНТОВ
В СФЕРЕ ЗДОРОВОГО И БЕЗОПАСНОГО
ОБРАЗА ЖИЗНИ¹**

**TECHNOLOGY OF EDUCATION OF
STUDENTS IN SAFE AND HEALTHY
LIFESTYLE**

Карасева Татьяна Вячеславовна
д.м.н., профессор

Karaseva Tatiana Vyacheslavovna
Dr.Sci.Med., professor

Толстов Сергей Николаевич
д.м.н., д.психол.н., профессор

Tolstov Sergey Nikolaevich
Dr.Sci.Med., Dr.Sci.Psych., professor

Толстова Светлана Юрьевна
к.п.н., доцент

Tolstova Svetlana Yur'evna
Cand.Ped.Sci., associate professor

Кисляков Павел Александрович
к.п.н., доцент
*Шуйский филиал Ивановского государственного
университета, г. Шуя, Россия, ул. Кооперативная
д. 24*

Kislyakov Pavel Aleksandrovich
Cand.Ped.Sci., associate professor
*Ivanovo State University, Shuya branch,
Cooperativnaya st., 24, Shuya, Russia*

В статье представлено описание поэтапной технологии реализации здоровьесформирующего образования в вузе, направленного на формирование у студентов здорового и безопасного образа жизни. Выделены этапы целеполагания, целеосуществления, целеутверждения и целеобогащения. На каждом этапе обоснованы формы и методы учебно-воспитательной работы

The article describes a phased technology of Health-education at the university, aimed on the formation of students' healthy and safe lifestyle. We have also identified the stages of goal-setting, goal-implementation, goal-adoption and goal-enrichment. At each stage, we have based the forms and the methods of educational work

Ключевые слова: ЗДОРОВЫЙ И БЕЗОПАСНЫЙ
ОБРАЗ ЖИЗНИ, ТЕХНОЛОГИИ ОБУЧЕНИЯ,
СТУДЕНТ, ЗДОРОВЬЕСОЗДАЮЩЕЕ
ОБРАЗОВАНИЕ

Keywords: SAFE AND HEALTHY LIFESTYLE,
TECHNOLOGY OF EDUCATION, STUDENT,
TEACHER, HEALTH-EDUCATION

Проблема образа жизни и здоровья студентов является актуальной, со времен создания первых университетов. Студенчество, не зависимо от времени и социального строя всегда было и остается одной из самых незащищенных категорий населения, испытывающей комплекс неблагоприятных организационно-педагогических, социально-гигиенических и материально-бытовых факторов.

Еще В. Вересаев писал, что условия студенческой жизни бьют по здоровью в самый корень: плохой стол, сидячая, исключительно умственная жизнь, отсутствие физических упражнений, курение по двадцать-тридцать папирос в день. Прошли годы, но и в третьем

¹ Работа выполнена при финансовой поддержке Министерства образования и науки РФ

тысячелетии все эти факторы характерны для образа жизни студенческой молодежи.

Как свидетельствует статистика, подавляющее большинство студентов вузов имеют болезни зрения, сердечно-сосудистой и опорно-двигательной систем. Это в том числе и результат многочасовых компьютерных игр, отсутствия свежего воздуха и двигательной активности. Показатели двигательной активности студентов в период учебных занятий составляют 50-65%, в период экзаменов – 18-22% от биологической потребности. На сегодняшний день лишь у 76% вузов есть свои спортзалы, еще 19% – арендуют спортплощадки, а 5% – вообще не имеют спортивной базы. Модернизация процесса физического воспитания в системе образования становятся стратегическим направлением государственной молодежной политики [11].

Выпускник современного вуза должен владеть средствами самостоятельного, методически правильного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья, готовностью к достижению должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Актуальность темы определяется, как минимум, по двум основным позициям:

– во-первых, необходимостью в научно-методическом обосновании новых требований ФГОС ВПО, содержащих общекультурные и общепрофессиональные компетенции, в формировании которых задействована физическая культура и безопасность жизнедеятельности;

– во-вторых, потребностью в осмыслении расширяющихся социальных функций неспециального физкультурного и медицинского образования, как фактора воспитания гармонически развитой личности будущего специалиста.

Вышесказанное подчеркивает необходимость разработки данной

проблемы. Внедрение технологий формирования у студентов культуры здорового и безопасного образа жизни включает следующие основные направления: организационно-методическое; практико-ориентированное; оценочное.

На основании подходов Н.В. Кузьминой, нами выделены следующие этапы реализации здоровьесформирующего образования: целеполагания, целеосуществления, целеутверждения, целеобогащения [1, 5]. Универсальность акмеологического подхода позволила применить данную схему в системе дошкольного [2], общего [3, 8, 9, 10], высшего [5, 6, 7] и дополнительного [4, 12, 13] образования.

Вышеуказанные этапы осуществляются параллельно или последовательно, в зависимости от степени готовности ВУЗа к данной работе и характеризуют здоровьесформирующий образовательный процесс, как акмеологический, направленный на достижение вершин личностного развития студентов.

Первый этап – целеполагание – характеризуется выделением главной цели и задач здоровьесформирующего физкультурного образования. В число главных целей освоения ООП включается личностное развитие студентов в области культуры здоровья и безопасности. Для деятельности преподавателя ВУЗа в области здравотворчества целеполагание должно иметь триединый характер и включать следующие подцели: коррекция сложившихся ранее антивалеологических стереотипов поведения студента; формирование здорового и безопасного образа жизни в условиях данного этапа образования; первичная профилактика аутопатогенного поведения, вероятного на следующем этапе обучения. Таким образом, в каждом ВУЗе с помощью педагогических средств должны быть созданы условия для гармонического развития студента, ведущего здоровый и безопасный образ жизни и профилактики аддиктивного поведения и вероятных

нарушений здоровья на основе новообразований в самосознании обучающегося.

Основными задачами, решаемыми на данном этапе, являются:

1. Подробное информирование перспективах здоровьесформирующего образования в ВУЗе.

2. Коллегиальная (педагоги, медицинские работники, студенты, социальные партнеры ВУЗа) выработка и согласование целей, задач, содержания и форм работы по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни.

3. Закрепление целей здоровьесбережения и здоровьесформирования в миссии образовательного учреждения, включение задач и критериев формирования культуры здоровья и безопасности в систему менеджмента качества образования.

4. Принятие стратегических решений по созданию здоровьесберегающей образовательной среды в ВУЗе, разработка (уточнение, адаптация имеющихся) технологических основ освоения ООП с позиций формирования у студентов культуры здорового и безопасного образа жизни.

5. Диагностика стартовых возможностей студентов в сфере культуры здоровья и безопасности, выявление информационных потребностей студентов в вопросах здоровьесбережения и безопасности, формирование эталона результата образования по данному направлению.

6. Обучение преподавателей организационным, методическим и дидактическим основам внедрения требований к результатам освоения основных общеобразовательных программ с позиции формирования у студентов культуры здорового и безопасного образа жизни и соответствующих поведенческих стереотипов.

Результатами этого этапа являются: выявление состояния, проблем и перспектив здоровьесформирующего образования в ВУЗе; закрепление

целей и задач здоровьесформирующего образования в документах, регламентирующих деятельность ВУЗа; повышение готовности преподавателей к деятельности в сфере формирования культуры здоровья и безопасности; создание условий для реализации модели внедрения требований к результатам освоения основных общеобразовательных программ с позиции формирования у студентов культуры здорового и безопасного образа жизни и соответствующих поведенческих стереотипов в практику образования.

Основные формы и методы работы ВУЗа на этапе целеполагания:

– кураторские часы, ученые советы ВУЗа, методические совещания с социальными партнерами ВУЗа, социологические опросы по проблемам необходимости и организации работы по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни студентов;

– проектирование и планирование деятельности ВУЗа по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни, документальное оформление концепции, программы и плана работы с учетом данного направления работы;

– конструирование образовательных здоровьесформирующих маршрутов для конкретных ступеней образования;

– диагностика стартового уровня культуры здоровья и безопасности студентов;

– дополнительное профессиональное образование в области здоровьесбережения (методические семинары, индивидуальные консультации администрации ВУЗа, медицинских работников, методистов, обмен опытом с другими ВУЗами, цикловое обучение на базе вузов, дистанционное обучение, самообразование).

Второй этап – целеосуществление – характеризуется активизацией способностей, обеспечивающих информационное взаимодействие по вопросам формирования культуры здорового и безопасного образа жизни

студентов и преподавателей.

Данный этап предполагает решение следующих задач:

- 1) комплексирование деятельности ВУЗа в сфере здоровьесбережения с социальными партнерами;
- 2) сотрудничество и сотворчество преподавателей, медицинских работников, студентов в процессе обучения здоровью и при создании образовательной здоровьесберегающей среды;
- 3) межпредметная интеграция в области здоровья и безопасности, освоение преподавателями смежных предметных областей;
- 4) освоение студентами основных общеобразовательных программ с целью формирования у культуры здорового и безопасного образа жизни и соответствующих поведенческих стереотипов;
- 5) использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе;
- 6) усиление здоровьесберегающей направленности воспитательной работы ВУЗа.

Результаты реализации данного этапа заключаются в создании социально-педагогического здоровьесберегающего комплекса; обеспечении здоровьесберегающей среды в ВУЗе; практической реализации здоровьесформирующего учебного процесса; формировании культуры здорового и безопасного образа жизни студентов.

Основные формы и методы работы ВУЗа на этапе целеосуществления:

- реализация образовательных маршрутов в сфере культуры здоровья и безопасности в процессе освоения ООП;
- осуществление мониторинга качества образования в области культуры здоровья и безопасности, обсуждение эффективности внедрения требований к освоению ООП;
- рефлексия результатов формирования культуры здорового и

безопасного образа жизни;

- научно-исследовательская и творческая деятельность преподавателей и студентов по вопросам культуры здорового и безопасного образа жизни, проведение научно-практических конференций;

- использование активных форм организации взаимодействия преподавателей со студентами (организация тренингов, дискуссий, ролевых игр; рассмотрение и обсуждение педагогических ситуаций по формированию ЗОЖ студентов и др.);

- использование дифференцированного подхода по обучению основам ЗОЖ и безопасности в рамках ООП с учетом информационных потребностей, уровня знаний, умений, способностей, состояния здоровья, психофизиологических и возрастно-половых особенностей, типа медико-гигиенического поведения и образа жизни студентов;

- проведение научных исследований студентов по проблемам ЗОЖ;

- проведение праздников и дней здоровья, КВН, соревнований, спектаклей, викторин, конкурсов плакатов, стихов, рассказов, творческих работ по вопросам культуры здоровья и безопасности и других форм воспитательной работы.

Третий этап – целеутверждение – заключается в достижении планируемого уровня требований к результатам освоения основных общеобразовательных программ с позиции здоровьесбережения

Основные задачи, решаемые на этапе целеутверждения:

- 1) Анализ эффективности деятельности социально-педагогического комплекса в области формирования культуры здорового и безопасного образа жизни студентов.

- 2) Создание индивидуальных систем здоровьесформирующей деятельности студентов.

3) Овладение преподавателями методами моделирования авторской системы профессионально – образовательной деятельности в сфере здоровьесбережения.

Результаты реализации данного этапа заключаются в формировании у студентов культуры здорового и безопасного образа жизни и соответствующих поведенческих стереотипов.

Основные формы и методы работы ВУЗа на этапе целеутверждения:

- мониторинг качества формирования у студентов культуры здорового и безопасного образа жизни;
- обучение студентов моделированию индивидуальной системы здоровьесформирующей деятельности;
- профессиональная подготовка преподавателей по освоению технологий моделирования авторских систем профессионально-образовательной деятельности в сфере здоровьесбережения.

Четвертый этап – целеобогачение – на этом этапе осуществляется систематизация достигнутых результатов и трансформация реализованных целей в средства достижения вышестоящих целей [12]. Заметим, что система здоровьесформирующего образования как социальная система является открытой, то есть любой структурный компонент может подвергаться трансформации в связи с изменением окружающей среды, образа жизни, уровня здоровья студентов, содержанием вузовского образования. Изменение цели влечет к пересмотру содержания, форм и методов здоровьесформирующего образования, что, в свою очередь, требует повышения квалификации преподавательского состава.

Основные задачи данного этапа:

- 1) определение перспективных вариантов деятельности ВУЗа по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни студентов;

2) выявление проблем и препятствий для эффективного формирования культуры здорового и безопасного образа жизни студентов;

3) поиск неиспользованных резервов, выделение новых образовательных задач для достижения более высокого качества здоровьесформирующего образования;

4) коррекция здоровьесформирующего образовательного процесса в соответствии с выявленными несоответствиями и новыми задачами.

Основным результатом целеобогачения является переход образовательного учреждения на более высокий уровень деятельности по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни в ходе освоения ООП.

Основные формы и методы работы образовательного учреждения на этапе целеобогачения:

- обработка и анализ информации об эффективности здоровьесформирующего образования;

- аудит качества формирования культуры здорового и безопасного образа жизни студентов, выявление существенных и несущественных несоответствий;

- прогнозирование и планирование вариантов дальнейшего совершенствования развития здоровьесформирующего образовательного процесса;

- обновление комплексной образовательной программы ВУЗа с учетом новых задач в данной области;

- внедрение накопленного опыта формирования культуры здорового и безопасного образа жизни студентов на региональном и федеральном уровнях.

Таким образом, модель формирования культуры здорового и безопасного образа жизни студентов в процессе освоения ООП, можно представить как образовательную систему, как совокупность

последовательных этапов в решении задач по достижению поставленной цели. Процесс управления качеством здоровьесформирующего образования представляет собой систему повторяющихся этапов с повышением качества знаний, мотивации и здоровья студентов после успешного завершения каждого цикла управления. В заключении хотелось бы особенно подчеркнуть важную роль физкультурного образования, развитие которого должно быть ключевым моментом в формировании здорового образа жизни студентов.

Литература:

1. Карасёва Т.В. Основные этапы внедрения системы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни студентов в процессе освоения основных образовательных программ // Здоровье, образ жизни и образование. Выпуск VI. Шуя: Изд-во ГОУ ВПО «ШГПУ», 2010. С.6-12.
2. Карасёва Т.В., Семенова А.Ю., Толстова С.Ю. Формирование культуры здоровья воспитателей ДОУ // Наука и школа. 2008. №1. С. 53-55.
3. Карасева Т.В., Толстов С.Н., Толстова С.Ю., Гиголаева Т.В. Медико-социальная акмеология – как методологическая основа подготовки будущих учителей по вопросам здорового образа жизни // Социальная политика и социология. 2010. №10. С. 221-227.
4. Кисляков П.А. Новый учитель – здоровому и безопасному образу жизни // Высшее образование сегодня. 2011. № 10. С. 68-71.
5. Кисляков П.А. Модель формирования готовности будущего педагога к обеспечению социальной безопасности в вузе // В мире научных открытий. 2011. № 5.1. С. 349-357
6. Кисляков П.А. Образовательная область «Здоровье» в системе высшего педагогического образования // Высшее образование сегодня. 2010. №3. С. 81-84.
7. Михайлов А.А., Карасева Т.В., Кисляков П.А. Проектирование основных образовательных программ педагогического профиля в контексте формирования социальной безопасности студентов // Стандарты и мониторинг в образовании. 2013. №2. С. 38-43.
8. Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни начального общего образования МОУ «Сланцевская средняя общеобразовательная школа №3» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://slc.lokos.net/koslc/attachments/028_articles_471_1232%20\(1\).doc](http://slc.lokos.net/koslc/attachments/028_articles_471_1232%20(1).doc) (дата обращения 14.06.13).
9. Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни МОУ №14 г. Челябинска [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://chel-school14.ucoz.ru/_id/4/405__3.doc (дата обращения 14.06.13).
10. Разработка требований к результатам освоения основных общеобразовательных программ [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://cipv.ru/static.php?mode=internet_expertise (дата обращения 02-06-2013).
11. Татьяна Яковлева: студенческий спорт получил государственную поддержку

[Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://ivanovo.bezformata.ru/listnews/yakovleva-studencheskij-sport-poluchil/1850502> (дата обращения 02-06-2013).

12. Толстов С.Н. Развитие творческой готовности организатора здравоохранения к профессиональной деятельности. М.: РУСАКИ, 2003. 356с.

13. Толстов С.Н., Карасева Т.В., Руженский В.И. Совершенствование профессионального образования специалистов социальной медицины // Вестник Ивановской медицинской академии. 2007. Т.12. № 3-4. С. 220-221.

References

1. Karaseva T.V. Osnovnye etapy vnedreniya sistemy formirovaniya kul'tury zdorovogo i bezopasnogo obraza zhizni studentov v protsesse osvoeniya osnovnykh obrazovatel'nykh programm // Zdorov'e, obraz zhizni i obrazovanie. Vypusk VI. Shuya: Izd-vo GOU VPO «ShGPU», 2010. p.6-12.

2. Karaseva T.V., Semenova A.Yu., Tolstova S.Yu. Formirovanie kul'tury zdorov'ya vospitateley DOU // Nauka i shkola. 2008. №1. p. 53-55.

3. Karaseva T.V., Tolstov S.N., Tolstova S.Yu., Gigolaeva T.V. Mediko-sotsial'naya akmeologiya – kak metodologicheskaya osnova podgotovki budushchikh uchiteley po voprosam zdorovogo obraza zhizni // Sotsial'naya politika i sotsiologiya. 2010. №10. p. 221-227.

4. Kislyakov P.A. Novyy uchitel' – zdorovomu i bezopasnomu obrazu zhizni // Vysshee obrazovanie segodnya. 2011. № 10. p. 68-71.

5. Kislyakov P.A. Model' formirovaniya gotovnosti budushchego pedagoga k obespecheniyu sotsial'noy bezopasnosti v vuze // V mire nauchnykh otkrytiy. 2011. № 5.1. p. 349-357

6. Kislyakov P.A. Obrazovatel'naya oblast' «Zdorov'e» v sisteme vysshego pedagogicheskogo obrazovaniya // Vysshee obrazovanie segodnya. 2010. №3. p. 81-84.

7. Mikhaylov A.A., Karaseva T.V., Kislyakov P.A. Proektirovanie osnovnykh obrazovatel'nykh programm pedagogicheskogo profilya v kontekste formirovaniya sotsial'noy bezopasnosti studentov // Standarty i monitoring v obrazovanii. 2013. №2. p. 38-43.

8. Programma formirovaniya ekologicheskoy kul'tury, zdorovogo i bezopasnogo obraza zhizni nachal'nogo obshchego obrazovaniya MOU «Slantsevskaya srednyaya obshcheobrazovatel'naya shkola №3»: [http://slc.lokos.net/koslc/attachments/028_articles_471_1232%20\(1\).doc](http://slc.lokos.net/koslc/attachments/028_articles_471_1232%20(1).doc).

9. Programma formirovaniya kul'tury zdorovogo i bezopasnogo obraza zhizni MOU №14 g. Chelyabinska: http://chel-school14.ucoz.ru/_ld/4/405_3.doc.

10. Razrabotka trebovaniy k rezul'tatam osvoeniya osnovnykh obshcheobrazovatel'nykh programm: http://cipv.ru/static.php?mode=internet_expertise.

11. Tat'yana Yakovleva: studencheskiy sport poluchil gosudarstvennuyu podderzhku: <http://ivanovo.bezformata.ru/listnews/yakovleva-studencheskij-sport-poluchil/1850502>.

12. Tolstov S.N. Razvitie tvorcheskoy gotovnosti organizatora zdravookhraneniya k professional'noy deyatel'nosti. M.: RUSAKI, 2003. 356 p.

13. Tolstov S.N., Karaseva T.V., Ruzhenskiy V.I. Sovershenstvovanie professional'nogo obrazovaniya spetsialistov sotsial'noy meditsiny // Vestnik Ivanovskoy meditsinskoy akademii. 2007. T.12. № 3-4. p. 220-221.