

9. Tretyakova, N. V., Fedorov, V. A., Dorozhkin, E. M., Komarova, M. K. & Sukhanova, E. I. (2016). Student Readiness Formation for Activities Oriented to Health Saving. *International Journal of Environmental and Science Education*, 11(15), 8281-8292.

УДК 379.8

Московченко О. Н., Захарова Л. В., Солдатова М. Н.

*Красноярский государственный педагогический
университет им. В.П. Астафьева, Красноярск
moskovchenko7@mail.ru*

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ОБРАЗОВАНИИ

Аннотация. В статье рассматриваются вопросы здоровьесберегающей деятельности, направленной на укрепление здоровья школьников и студентов средствами физической культуры, через сформированность когнитивного, деятельностного, мотивационного и оценочно-результативного компонентов личности.

Ключевые слова: студенты, школьники, здоровьесберегающая деятельность, здоровьесберегающие технологии, физическая культура.

Moskovchenko O. N., Zakharova L. V., Soldatova M. N.

*Krasnoyarsk State Pedagogical University of Astafiev, Krasnoyarsk
moskovchenko7@mail.ru*

HEALTH-PROMOTING ACTIVITIES IN EDUCATION

Abstract. The article discusses issues of health-saving activities aimed at strengthening the health of schoolchildren and students by means of physical education, through the formation of cognitive, activity, motivational and evaluative-productive components of the individual.

Keywords: Students, schoolchildren, health-saving activities, health-saving

technologies, physical culture.

Современный учебный процесс на всех уровнях профессионального образования в последнее десятилетие характеризуется большим объемом информации, усложнением современной педагогики, что предъявляет к субъектам образовательной деятельности большие психологические и физиологические требования, которые зачастую превышают их возрастные и физические возможности. К этому следует добавить неблагоприятные экологические и социальные условия, нерациональный образ жизни. В результате чего снижается устойчивость организма, нарастает нервно-эмоциональное напряжение, ухудшается здоровье [1, 2, 3, 4 и др.].

Российская система образования, являясь частью международного образовательного пространства в рамках Болонского соглашения, сохраняет основные приоритетные положения, по поиску инновационных технологий, и, в частности, здоровьесберегающих, направленных на сохранение ресурсов здоровья [6, 8, 9, 10]. Однако при определении здоровьесберегающей деятельности и здоровьесберегающих технологий необходимо учитывать те общие тенденции, которые происходят в образовании и согласуются с мировыми тенденциями. Интенсификация учебного процесса, стрессовые последствия авторитарной педагогики (она существует наряду с педагогикой сотрудничества), недостаточная подготовка родителей и педагогов в вопросах культуры здоровья, отсутствие здравоохранительного подхода в процессе личностно-ориентированного обучения. Слабая профессиональная компетенция педагогов в вопросах здоровьесбережения [3, 7]. Уменьшение авторитета учителя и его роли как источника информации, приоритет отдаётся активным и интерактивным методам обучения. Функции и задачи учителя в связи с

этим, значительно меняются, он утрачивает функции источника информации, которые перешли к СМИ и ИНТЕРНЕТУ. В связи с этим, возросла роль коррективщика этой информации, её интерпретатора, фасилитатора процесса поиска и овладения полезной информацией по вопросам здоровьесбережения и здорового образа жизни.

Усложнился контингент, и увеличилось число «трудных» учащихся и их родителей (претенциозность, конфликтность, не умение брать на себя ответственность). Низкий уровень компетенции учителей и преподавателей вузов в вопросах здоровьесбережения, и, в частности, по вопросам культуры здоровья, образа жизни, рационального двигательного режима.

Всё это позволило выявить причинно-следственные факторы, негативно влияющие на здоровье обучающегося контингента и определить актуальность и социальную значимость здоровьесберегающей деятельности в системе образования, связанных не только с учётом европейских тенденций, но и с модернизацией качества образования в России [1, 3, 7, 9, 10 и др.].

Опережающий уровень образования, возросший темп жизни, нарастающий «информационный бум», психоэмоциональные перегрузки, гиподинамия приводят к снижению функциональных возможностей различных систем организма, напряжению адаптационных процессов и ежегодному ухудшению состояния здоровья обучающегося контингента [4, 5, 7].

Исследуя, многолетнюю динамику физического состояния студентов-первокурсников Красноярска, нами отмечается, что ежегодно происходит пополнение студентами специальной медицинской (на 15 – 20 %) и подготовительной (на 10 – 12 %) групп. У студентов специальной медицинской группы в структуре заболеваний преобладают заболевания сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, болезни

опорно-двигательного аппарата, центральной нервной системы и зрения. У 30 % отмечаются сочетанные заболевания. Среди студентов подготовительной группы до 80 % имеют слабую физическую подготовку, 35 % – дисгармоничное физическое развитие. И те и другие нуждаются в коррекции физических недостатков при помощи целенаправленной физической нагрузки.

Важным показателем здоровья школьников является уровень физического развития. Определяя уровень физического состояния у учащихся 7 класса одной из престижной гимназии г. Красноярска, нами выявлено, что из 20 учащихся только один имеет уровень физического развития выше нормы, 16 человек – средний и три ниже среднего. В 90 % случаев отмечается масса тела ниже возрастной нормы, в 75 % – снижены жизненная емкость легких и ДЖЕЛ, в 95 % – низкая мышечная сила кистей рук.

Следовательно, как для студентов, так и для учащихся, имеющих недостаточное физическое развитие нужна целенаправленная физическая нагрузка, в основе которой должны преобладать здоровьесберегающие технологии.

Любая образовательная и оздоровительная деятельность в учебном заведении, должна опираться на правовую основу. В Федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования сформулированы требования к результатам обучающихся, где предмету физическая культура отведено должное внимание, а также Приказами Министерства образования РФ № 176/2017 от 31.05.2002, № 114.от 21.03.2003. «О мерах, по улучшению здоровья обучающихся в Российской Федерации», обусловленной модернизацией образования». Опираясь на правовую основу, ректор вуза, директор школы могут эффективно решать вопросы здоровьесбережения обучающегося контингента, так как сохранение здоровья участников образовательного

процесса, является одной из приоритетных задач и обязательных условий работы любого образовательного учреждения.

Здоровьесберегающие принципы образовательного процесса реализуются через создание организационно-педагогических условий, цель которых разработать стратегические установки по укреплению качеством здоровьесберегающей деятельности [9].

В этом случае оздоровительная деятельность представляет целевой компонент процесса обучения и является эффективной при освоении новых технологий в образовательной среде, так как в педагогическом процессе принимают участие две активных стороны: преподаватель – студент, учитель – ученик. На основе интеграции теории развивающего и личностно ориентированного обучения при высокой мотивации можно повысить не только уровень физического развития, но адаптивные возможности организма и двигательные качества.

Осмысление значимости здоровьесберегающей деятельности должно осуществляться, по нашему мнению, через осознанную мотивированную цель «Быть здоровым» в рамках развития когнитивного, операционно-деятельностного, контрольно-регулирующего и оценочно-результативного компонентов личности.

В этом плане *здоровьесберегающая деятельность* следует осуществлять через комплекс организационно-педагогических, психолого-педагогических и, медико-физиологических средств, методов и технологий, которые реализуются с учётом возрастных, половых, типологических особенностей и индивидуальных потребностей личности, обеспечивая индивидуально-ориентированную траекторию обучения по предмету «Физическая культура» [1, 5, 7], имеют направленность на психофизическое развитие и социализацию личности.

Список литературы

1. *Захарова Л. В.* Формирование здоровьесберегающей

деятельности студенток различными адаптивными возможностями в условиях реализации интегрального подхода // Современные проблемы науки и образования. 2014. № 6; URL: www.science-education.ru/120-16560.

2. *Захарова Л. В.* Физическая культура в системе высшего образования. Ч.1. Теоретический аспект: учебное пособие с грифом СибРУМЦ. Красноярск: КГТЭИ, 2009. 127 с.

3. Здоровьесберегающая деятельность в системе образования: теория и практика: учебное пособие / Э. М. Казина, Н. Э. Касаткина, Е. Л. Руднева [и др.]; 3-е изд. и перераб. М.: Омега-Л, 2013. 443 с.

4. *Калинина Л. Н., Московченко О. Н., Проходовский Р. Я.* Оздоровительная направленность физического воспитания студентов в условиях Сибирского региона. Красноярск: Вестник КрасГАУ, 2010. № 10(49). С. 213-219.

5. *Московченко О. Н.* Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе // Здоровьесберегающие технологии в образовательных учреждениях различного типа в условиях реализации ФГОС: материалы Всероссийской научно-практической конференции. Абакан, 24 мая 2013г. Абакан. 2013. С. 38–45

6. *Moskovchenko O. N., Shubin D., Zakharova L., Shubina T.* Social and Pedagogical Rehabilitation of Female Students with Disabilities // Journal of Siberian Federal University. Humanities & Social Sciences. 2012. 8 (5) P. 1069-1082.

7. *Moskovchenko O. N., Kattcin O. A, Shubin D. A, Zirianova V. I.* Healthy life-style: Students' personal behavioral models (the results of the sampling study in Siberian Federal University) // European Journal of Physical and Health Education, 6, art.no. BM-014-14.

8. *Fedorov V. A. Tretyakova N. V.* Quality management of educational institutions in protecting students' health: conceptual and structural-functional

innovations // Scientific Bulletin of National Mining University. 2015. № 6 (150). С. 134–143. <http://nvngu.in.ua/index.php/ru/>.

9. Fedorov V. A. & Tretyakova N. V. The Development of Vocational Pedagogical Education in Russia (Organizational and Pedagogical Aspect) // International Journal of Environmental and Science Education. 2016. № 11(17). С. 9803-9818. <http://www.ijese.net/makale/1207>.

УДК 613:37

Мужчинина Н. Н.

*ABC Adult School, Serritos,
Лос-Анжелес, Соединенные штаты Америки*

ПРОБЛЕМА ИЗБЫТОЧНОГО ВЕСА ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ В США: ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ГОСУДАРСТВА И ШКОЛЫ

Аннотация. В статье рассмотрено актуальное состояние проблемы избыточного веса среди детей и подростков в США, факторы, оказывающие влияние на изменение веса детей и подростков. Так же представлены роль школы в данной проблеме и описаны пути взаимодействия государства, школы и общественных организаций.

Ключевые слова: дети, подростки, избыточный вес, ожирение, фаст-фуд, здоровое питание, питание в школе, США, государство.

Muzhchinina N.N.

*ABC Adult School, Serritos,
Los-Angeles, United States of America*

OVERWEIGHT ISSUE AMONG CHILDREN AND ADOLESCENTS IN USA: INTERACTION BETWEEN THE STATE AND SCHOOL

Abstract. The article discusses the current state of the problem of overweight among children and adolescents in the United States, the factors influencing the change in the weight