

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ КОМПЕТЕНЦИИ У СТУДЕНТОВ

*Чиликова Мария Александровна,
Пермяков Олег Михайлович, старший преподаватель
Российский государственный профессионально-
педагогический университет,
г. Екатеринбург*

Аннотация. В статье рассмотрена проблема формирования здоровьесберегающей компетенции у студентов. Определены компоненты здоровьесберегающей компетенции и раскрыты этапы ее формирования.

Ключевые слова: компетенция, здоровьесберегающая компетенция, физическая культура, студенты.

Abstract. The article considers the problem of formation of health-preserving competence of students. Defines the components of health-preserving competence and the stages of its formation.

Keywords: competence, zdoorovesberegayuschie competence, physical culture, students.

В настоящее время, в неблагоприятных экологических условиях, в которых мы живем, становится актуальна проблема здоровья людей, а в особенности здоровье студентов как будущих специалистов в различных областях деятельности. Известно, что на момент поступления только около 30% студентов вузов можно считать здоровыми, а остальные 70% имеют хотя бы одно заболевание [3]. Именно поэтому, а также в связи с требованиями современных государственных стандартов, встает проблема формирования у студентов необходимых знаний и умений по сохранению здоровья.

Разделяя понятия компетенция и компетентность, А. В. Хуторской определяет компетенцию как совокупность взаимосвязанных качеств личности (знаний, умений, навыков, способов деятельности), задаваемых по отношению к определенному кругу предметов и процессов, необходимых для качественной продуктивной деятельности по отношению к ним. Компетентность как владение, обладание человеком соответствующей компетенцией, включающей его личностное отношение к ней и предмету деятельности [4].

Здоровьесберегающая компетенция – это способность мобилизовывать знания, умения и способы выполнения действий по применению здоровьесберегающей деятельности в учебно-профессиональной деятельности [1].

Следует выделить некоторые признаки компетенции, объединяющие наиболее важные ее составляющие - интеллектуальную сторону и опыт. Под компетенцией в данной статье мы понимаем ценности, знания, способы деятельности, опыт по отношению к определенным предметам и явлениям действительности, которые формируются в процессе обучения.

Определяя содержание здоровьесберегающей компетенции можно выделить следующие компоненты:

1) Мотивационно–волевой компонент включает в себя наиболее важные составляющие личности – мотив и воля. Мотивация является важнейшим компонентом любой деятельности, так как от того, каков уровень мотивации у человека зависит его активность в отношении формирования у него здоровьесберегающей компетенции. Мотивация часто идентифицируется с понятием «потребность» (Л.И. Божович, Л.С. Выготский, И.Я. Зимняя) как-то с чем-то жизненно необходимым, тем, без чего человеческая жизнь не может быть полноценной. Потребность и мотивация в свою очередь должны опираться на волевой механизм, который можно определить, как состояние готовности человека к деятельности.

2) Когнитивно–ценностный компонент (В.А. Сластенин, Д.Н. Узнадзе) включает в себя необходимые знания и ценности. Его основой являются знания и представления о культуре здоровья и физической культуре.

3) Практико–действенный компонент (Н.Г. Анисеева, М.Р. Валетов) включает в себя умения, которыми должен овладеть студент в процессе профессиональной подготовки, как будущий квалифицированный специалист, но учитывая особенности именно здоровьесбережения.

4) Рефлексивно–адаптивный компонент (И.А. Зимняя, Н.Н. Никитина) предполагает осознание проблемы, формирование отношения к ней. Данный компонент включает в себя рефлекссию как размышление о своем состоянии, как психическом, так и физическом; и адаптационную функцию, вызванная качественными переходами из одного состояния в другое [2].

В силу современных реалий уделять внимание проблеме здоровьесбережения должны не только преподаватели физической культуры или других дисциплин естественнонаучного цикла, но и преподаватели практически всех остальных дисциплин.

Формирование здоровьесберегающей компетенции должно проходить на четырех этапах:

- 1) формирование у студентов мотивации к здоровьесбережению;
- 2) формирование знаний и представлений о ценности здоровья;
- 3) формирование у студентов необходимых для здоровьесбережения умений;
- 4) формирование рационального, правильного отношения к своему здоровью. Научить осознавать состояние своего физического и психического здоровья.

Для формирования данных составляющих необходимо уделить большое внимание конференциям на тему здоровья, физкультурно-оздоровительным мероприятиям, а также выделять время на каждом предмете на тему сохранения здоровья.

Таким образом, здоровьесберегающая компетенция является одной из важнейших составляющих общепрофессиональной подготовки студентов высших учебных заведений всех специальностей и включает в себя совокупность мотивации, знаний о здоровье, умений и опыта здоровьесберегающей

деятельности и понимания ценности здоровья в современном мире. Именно эти четыре составляющие необходимо сформировать у студента не только на занятиях физической культурой, но и на других дисциплинах естественнонаучного цикла и различных мероприятиях.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Аникеева Н. Г.* Формирование здоровьесберегающей компетенции студентов при профессиональной подготовке в вузе (на материале дисциплины «Физическая культура»): автореф. дисс. ... канд. пед. наук. Тула. 2009. 25 с.

2. *Лукашин Ю. В.* Здоровьесберегающая компетенция как составляющая профессиональной подготовки студентов педагогического вуза // Интеграция образования. 2009. – № 4. – С. 102-106.

3. *Мысина Г. А.* Создание условий для обеспечения физического, психического и социального благополучия студентов в здоровьесберегающей образовательной среде вуза: дисс. д-ра пед. наук. Тула. 2011. 433 с.

4. *Хуторской А. В.* Ключевые компетенции и образовательные стандарты // Интернет-журнал "Эйдос". 2002. URL: <http://eidos.ru/journal/2002/0423-1.htm> (дата обращения: 08.11.2017)

THE LITERATURE

1. *Anikeeva N. G.* Formation of health-preserving competence of students in vocational training in high school (on the material of the discipline "Physical culture"): автореф. дисс. ... канд. пед. наук. Tula. 2009. 25 p.

2. *Lukashin Ю. В.* Health-saving competence as a component of professional training of students of pedagogical universities // Integration of education. 2009. – №. 4. – P. 102-106.

3. *Mysina G. A.* The Creation of conditions to ensure the physical, mental and social well-being of students in health care educational environment of a higher school: дисс. д-ра пед. наук. Tula. 2011. 433 p.

4. *Khutorskoy A. V.* Key competences and educational standards // Internet magazine "Eidos". 2002. URL: <http://eidos.ru/journal/2002/0423-1.htm> (date accessed: 08.11.2017)