

- уверенность в себе и в своих знаниях, которую студенту помогает выработать вуз посредством совершенствования профессиональных, коммуникативных и концептуальных навыков;
- стрессоустойчивость, как залог эффективной работы;
- системное мышление, которое дает возможность анализа деятельности и принятия правильного решения;
- здоровье, как фундамент человеческого развития и успеха (в данном случае – выпускника вуза).

Список литературы

1. Зимняя И.А. Педагогическая психология: учебник для вузов. М.: Логос, 2003. 384 с.
2. Ильязова М.Д. Модель выпускника вуза в рамках компетентностного подхода к целям и результатам ВПО // Современные наукоемкие технологии. 2006. № 3. 77-78 с.
3. Комиссарова Т.С. Формирование системного мышления и ответственность менеджеров за принятие и реализацию управленческих решений на предприятиях природопользования // Интерэкспо Гео-Сибирь. 2013. № 2. 2 с.
4. Коновалова В. Кадровик. Кадровый менеджмент. 2010. 11 с.
5. Ли Канг Хи. Социально-психологические технологии формирования стрессоустойчивости человека.: Автореф. дис. канд. психол. наук. – М.: РГСУ, 2005. 26 с.
6. Сайт <http://psyznaiyka.net/> URL: <http://psyznaiyka.net/view-karakter.html?id=aktivnost> (дата обращения: 06.03.1015).

РОЛЬ КЛАССНОГО РУКОВОДИТЕЛЯ В ПРОПАГАНДЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СРЕДИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Блиндер Н.Н.

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Кузнецкий многопрофильный колледж, г. Кузнецк, Россия

Воспитание детей происходит у нас с самого рождения, начиная с семьи, затем дошкольных учреждений, продолжается в школе и в других учебных заведениях, где ребенок обучается. В каждой семье, желающей вырастить

здорового ребенка, необходимо заботиться о правильном физическом развитии, причем взрослые должны вести здоровый образ жизни, воспитывая ребенка на собственном примере.

Физическая культура она включает в себя не только занятия физкультурой, но и закаливание, и соблюдение режима дня, и рациональное питание. Конечно при современной жизни и постоянной занятости родителей, мало кто может похвастаться правильным физическим воспитанием своего ребенка. И вот наступает момент, когда подросток, закончив 9 классов, идет учиться в другие учебные заведения.

Значительная часть дня подростка связана с учебой, поэтому педагоги тоже несут ответственность за психическое и физическое здоровье детей. Что же мы видим? Из 100% подростков, пришедших получить образование, лишь 40-50%, иногда и меньше, физически развиты. Мы знаем, что физическое и духовно-нравственное воспитание населения определяет уровень цивилизации государства, является индикатором устойчивого развития нации, поэтому образовательное учреждение на современном этапе развития общества должно стать важнейшим звеном в формировании и укреплении здоровья учащихся.

Термин «здоровьесбережение», включает в себя все мероприятия, направленные на профилактику болезней и улучшение здоровья подростков. Поэтому мы с вами должны приложить максимум усилий, чтобы время, которое отводится для обучения, и для занятий физической культурой, не пропало даром. Что для этого должны делать?

В процессе обучения при выполнении задач здоровьесбережения классный руководитель является главным лицом, наставником для студентов. Посредством своих действий, бесед, мероприятий, он учит ребят здоровому образу жизни. Важно помнить о том, что наши усилия в физическом воспитании подростка конечной своей целью должны иметь решение не только спортивных, но и воспитательных задач. Здоровьесберегающие технологии реализуются на основе лично-ориентированного подхода. Они относятся к тем факторам, благодаря которым студенты находят друг с другом общий язык,

учатся общаться. Педагоги должны индивидуально походить к каждому студенту, учитывая его особенности, тогда у учащихся возникнет больше положительных эмоций, которые играют немаловажную роль для здоровья.

Являясь классным руководителем, надо создавать в группе условия для эмоциональной увлекательной насыщенной деятельности, учитывать темперамент каждого подростка. Проводить наряду со спортивными мероприятиями, такими как «А ну-ка, парни», «Веселые старты», где студенты показывают свою физическую подготовку, учатся сопереживать и работать в команде, мероприятия воспитательного характера. Надо рассказывать на классных часах о вредных для здоровья привычках, таких, как курение, употребление алкогольных напитков, энергетических напитков, курительных смесей, наркотиков. Подростки должны знать, что даже от употребления обычной сладкой газировки, если пить ее регулярно, начинается ускоренное старение клеток и укорачивается жизнь.

Мы уже отметили, что здоровье, это не только физически развитое тело, но и духовно богатая душа. Для так называемого «здоровья души», надо воспитывать у студентов доброту, отзывчивость, умение сопереживать, умение дружить, жить и работать в коллективе. Надо стараться видеть в учащихся, как можно больше хороших качеств, стараться отметить их и развить.

Воспитание происходит только в условиях духовной общности. Любовь воспитывается любовью. Личность воспитывается личностью. Радость – радостью, доброта – добротой, честность – честностью, благородство – благородством. Обучение подчинено тем же принципам, что и воспитание.

Обучение и воспитание – это две стороны единого процесса жизнетворчества. Чем больше студенты будут принимать участие в культурно-воспитательных мероприятиях, тем больше шансов достучаться до их душ и тем самым увеличить эмоциональную взаимосвязь друг с другом и с классным руководителем, что приводит в возникновению положительного климата в группе.

Кроме того, для лучшего восприятия материала, педагоги должны разнообразить свои занятия, переключая внимание студентов со слухового восприятия на зрительное, т.к. однообразие утомляет и мешает полному восприятию материала.

В подростковом возрасте 15-17 лет формируется физический потенциал молодого человека, и мы с вами должны приложить максимум усилий. Чтобы не упустить этот момент в жизни подростка. Кроме занятий физкультурой, надо привлекать учащихся к занятиям в спортивных секциях, коллективных играх, ходить с ними в туристические походы. Только таким образом можно воспитать здоровое поколение.

Кроме всего прочего родителям надо разъяснять, как лучше общаться с детьми, какие выбирать методы общения, не жесткое авторитарное воспитание, которое приводит к раздражительности, нервозности, тем самым мешая контакту с подростком, пониманию друг друга, разрушая нервную систему подростка, а уважительное доверительное отношение, способствующее сближению. Воспитать ребенка здоровым можно только в семье с благоприятным психологическим климатом.

Таким образом, мы можем сказать, что важнейшую роль в сохранении и укреплении здоровья играет слаженное взаимодействие педагогов, родителей и врачей.

Целью здоровьесберегающей педагогики является здоровьесберегающее пространство с использованием здоровьесберегающих технологий. Поэтому педагог должен нести ответственность не только за результаты обучения, но и за нравственное и физическое здоровье учащихся, чтобы получить здоровую гармонически развитую личность.

Прежде всего, он должен быть примером для своих воспитанников в вопросах здоровьесбережения. Только тогда, когда здоровый образ жизни – это норма жизни педагога, ученики поверят и будут принимать педагогику здоровьесбережения должным образом.

Есть правила лечебной педагогики для педагогов:

1. Не навреди здоровью ребенка.
2. Учащийся личность, отнесись к нему с глубоким уважением.
3. Научись и умеи видеть душу в глазах ребенка.
4. Никогда не высмеивай, не злись и не кричи.
5. Будь терпелив, в меру требователен (но не строг!) вежлив и снисходителен в обращении с учащимися.
6. Постоянно повышай самооценку подростка, будь всегда правдив.
7. Добивайся доверия учащихся, береги его как зеницу ока.
8. Умей беречь здоровье учащихся и свое. Твое отличное здоровье – добрый наглядный пример для них.
9. Будь щедр на похвалы и откажись от наказаний.

И правила лечебной педагогики для студентов:

1. Береги свое здоровье, оно не только твое богатство, оно достояние общества.
2. Ты способный и сильный, будь уверен в своих силах и способностях.
3. Соединяй работу головы с работой рук. Помни! Твой ум должен быть и на кончиках пальцев.
4. Учись самостоятельно мыслить. Тренируй память, обогащай душу.
5. Постоянно ищи практическое применение своих знаний. Проникай в суть явлений, осмысливай их.
6. Развивай умение слышать, видеть, впитывать и благодарно хранить в душе и в сердце все доброе, прекрасное, что дают тебе учителя и родители.
7. Учись и умеи дружить! Знаешь сам – научи друга. Свято дорожи дружбой.
8. Возьми себе за правило ни дня без художественной литературы. Слово, оно тоже лечит.

Так давайте же пойдем, что воспитывая, мы будем оздоравливать, а оздоравливая, воспитывать.