

Задача высшего образования не только подготовить специалиста высокого уровня в своей профессии, но и сформировать у молодого поколения готовность к ведению здорового образа жизни, способность сохранять и укреплять свое здоровье целенаправленной физической активностью, использовать инновационные технологии в коррекции двигательного режима, в активном отдыхе, в профилактике возможных профессиональных заболеваний.

Библиографический список:

1. *Миронова, С.П.* Инновационные технологии в профессиональной подготовке бакалавров: монография / С.П. Миронова, Е.Б. Ольховская, Т.А. Сапегина. Екатеринбург, 2019, 171 с. Текст: непосредственный.

2. *Оганнисян, Л.А.* Инновационные процессы в образовании: учебное пособие / Л. А. Оганнисян, Н.Г. Александрова. Ростов-на-Дону-Таганрог. 2021. 123 с. Текст: непосредственный.

3. *Скулкова, И. Н.* Инновационные технологии в образовательном процессе по физическому воспитанию / И.Н. Скулкова, Р.А. Абдурахманов Текст: непосредственный // Киберленинка. 2020, № 4, С. 71-76.

УДК 373

Ощепкова А. А., Миронова С.П.

Oshchepkova A. A., Mironova S.P.

Российский государственный профессионально-педагогический университет,

г. Екатеринбург, Россия

Russian State Vocational Pedagogical Institute,

Yekaterinburg, Russia

[*alena.oshchepkova06@mail.ru*](mailto:alena.oshchepkova06@mail.ru)

[*nikanm@mail.ru*](mailto:nikanm@mail.ru)

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАНИИ: ПРОБЛЕМЫ ЭФФЕКТИВНОГО ПРИМЕНЕНИЯ

Аннотация. Представлена актуальность внедрения здоровьесберегающих технологий в педагогический процесс. Отображены причины ухудшения здоровья, негативные воздействия учебного процесса на состояние здоровья. Определены основные направления, средства и методы здоровьесберегающих технологий.

Ключевые слова: здоровье, здоровьесберегающие технологии, здоровьесберегающий процесс, педагогический процесс, эффективность применения, негативное воздействие, учебное заведение.

HEALTH-SAVING TECHNOLOGIES IN EDUCATION: PROBLEMS OF EFFECTIVE APPLICATION

Annotation. The relevance of introducing health-saving technologies into the pedagogical process is presented. The reasons for the deterioration of health, the negative impact of the educational process on the state of health are displayed. The main directions, means and methods of health-saving technologies are determined.

Keywords: health, health-saving technologies, health-saving process, pedagogical process, effectiveness of application, negative impact, educational institution.

Здоровье человека является в современном мире одним из самых приоритетных направлений. Проблема состояния здоровья отражается на всех сферах жизни людей. В современном обществе проблема сохранения и укрепления здоровья обучающихся является одной из наиболее важных, требующей принятия своевременных решений.

Эффективность образовательного процесса напрямую зависит от уровня здоровья, а по

данным М. Я. Виленского, в среднем по России у студентов за время обучения частота хронической патологии увеличивается с 49 % до 69 %, показатель общей патологии возрастает на 38 %, уровень здоровья школьников за время обучения в школе ухудшается в 4–5 раз.

Специалисты Национального медицинского исследовательского центра здоровья детей Министерства здравоохранения, которые исследовали здоровье детей с 1 по 11 классы, отметили, что распространённость функциональных отклонений у школьников возросла почти на 15 %, а хронические заболевания стали диагностироваться на 52,8 % чаще [1, 3].

Если в первом классе к абсолютно здоровым детям были отнесены 4,3 % наблюдаемых школьников, то к концу обучения таких не осталось (исследование проводилось с 2005 по 2015 год). Именно поэтому данная проблема имеет высокую степень актуальности [3].

Таким образом, статистика свидетельствует, что школы и другие учебные заведения слабо используют свой потенциал для сохранения здоровья, профилактического воздействия на обучающихся с целью укрепления их организма в целом, а следствием этого является отсутствия желания у детей и подростков заботиться о своём здоровье, изучать и контролировать его.

Образовательный процесс подвергает здоровье человека определённому риску. К основным причинам ухудшения здоровья относят [1, 2]:

- снижение физической активности учащихся из-за высокой нагрузки и большого количества материала для самостоятельного изучения;
- нерегулярное питание;
- несоблюдение физиологических и гигиенических требований к организации учебного процесса;
- недостаточная грамотность родителей и преподавателей в области здравоохранения, формирования здорового образа жизни;
- учебный стресс;
- нерациональная организация учебного процесса и т. п.

Следствием вышеперечисленных причин является негативное воздействие учебного процесса на здоровье школьника, студента. В процессе достаточно длительного периода обучения происходит формирование и становление личности обучающегося, но, к сожалению, в этот период такая важнейшая сфера жизни человека, как здоровье, может дойти до критически низкого уровня. Именно поэтому всем учебно-образовательным учреждениям необходимо принимать меры по снижению нагрузки на здоровье.

Учебным заведениям требуется такая организация образовательного пространства на всех уровнях, при котором качественное обучение, развитие, воспитание учащихся не сопровождается нанесением ущерба их здоровью.

Здоровьесберегающие технологии — это система мер по охране и укреплению здоровья, формированию культуры здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе, которая учитывает специфику данного процесса, важнейшие характеристики образовательной среды и особенности школьников.

Здоровьесберегающие технологии представляют собой перспективное направление образовательного процесса, выдвигающее такие цели, как получение, сохранение, применение знаний, умений и навыков о поддержании здоровья и здорового образа жизни.

Д. З. Шибкова выделяет три основных компонента здоровьесберегающего процесса обучения: физическое, психическое и социальное [4]:

- физическая направленность предполагает контроль двигательной активности обучающихся, соблюдение санитарно-гигиенических требований, повышение уровня

физических качеств и качественное функционирование внутренней составляющей организма.

- психическая сторона данного процесса включает в себя поддержание стабильности нервной системы обучающихся, качества эмоционального состояния, развитие высокой адаптивности в быстроменяющемся мире, способность контролировать своё поведение и планировать жизненный процесс.
- социальный компонент направлен на совершенствование взаимодействия обучающихся в образовательном коллективе, развитие навыков качественного общения, в ходе которого каждый субъект деятельности приобретает дополнительные знания и умения, а также на развитие мировоззрения, мышления и самопознания.

Рассмотрим средства, которые используются для достижения желаемых результатов в процессе реализации здоровьесберегающих технологий [1, 2, 3]:

- средства двигательной активности, предполагающие подвижные игры, эмоциональную разгрузку, самомассаж, лечебную физкультуру, физические упражнения и т.п.;

- оздоровительные силы природы, которые включают в себя солнечное излучение, влияние температуры воздуха и воды на организм человека;

- гигиенические средства, соответствующие санитарно-гигиеническим требованиям, следование режиму дня, соблюдение личной и общественной гигиены.

Важной составляющей системы являются методы здоровьесберегающих технологий, способствующие улучшению состояния здоровья. Выделяют два основных метода [2, 3]:

- общепедагогические методы, которые затрагивают все области педагогического процесса, обучения и воспитания;
- специфические методы, которые используются в конкретном педагогическом процессе;

К сожалению, можно выделить и существующие проблемы эффективного применения здоровьесберегающих технологий. Одной из них является проблема применения этих технологий в семье. Каждый родитель понимает важность воспитания детей с постоянным использованием средств физической культуры, но при этом меньше половины опрошенных родителей занимаются с ребенком физическими упражнениями. У 25 % детей почти полностью отсутствует активное времяпрепровождение с родителями из-за причины чрезмерной занятости последних. Подобные факты должны заставить задуматься родителей о качестве воспитания своего ребёнка, ведь именно семья способна в наибольшей степени оказывать влияние на становление личности ребёнка, поэтому внедрение здоровьесберегающих технологий в семье крайне необходимо.

В заключении можно отметить, что здоровьесберегающие технологии в современном мире обладает высокой актуальностью. С помощью внедрения данной системы в образовательных учреждениях и в семье можно избавиться от избытка негативных воздействий образовательного процесса на здоровье обучающихся, качественные знания о здоровье и возможность достижения высоких результатов в любой области.

Библиографический список:

1. *Безруких М. М.* Здоровьесберегающие технологии в общеобразовательной школе: методология анализа, формы, методы, опыт применения / под общ. ред. М. М. Безруких, В. Д. Сонькина. Москва: Триада-фарм, 2002. 117 с. Текст: непосредственный.

2. *Белоусова Н. А.* Технологии здоровьесберегающей и здоровьесформирующей деятельности образовательных организаций в условиях ФГОС: монография / Н. А. Белоусова, В. П. Мальцев. Москва, 2019. 234. Текст: непосредственный.

3. *Кожухова Н. Н.* Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. // Москва: Владос, 2003. 215с. Текст: непосредственный.

4. Третьякова Н. В. Качество здоровьесберегающей деятельности образовательных организаций: теория и технологии обеспечения: монография / Н. В. Третьякова, В. А. Федоров. Екатеринбург: Изд-во Рос. гос.проф.-пед. ун-та, 2014. 208 с. Текст: непосредственный.

УДК 371

Панкратов В. В.

*Российский государственный профессионально-педагогический университет
Екатеринбург, Россия
Russian State Vocational Pedagogical Institute,
Yekaterinburg, Russia
valera_pankratov2016@bk.ru*

ОСНОВНЫЕ ПРОБЛЕМЫ В ПРИМЕНЕНИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В СОВРЕМЕННОЙ СИСТЕМЕ ОБРАЗОВАНИЯ

Аннотация: В статье рассматриваются основные проблемы здоровьесберегающей деятельности в системе образования: низкий уровень профессиональной компетентности педагогических работников, научно-методической, материально-технической, информационной базы; неудовлетворительное использование здоровьесберегающего потенциала ряда образовательных программ; отсутствие механизма ведомственного и межведомственного сотрудничества, неразвитость нормативно-правовой базы. Ставятся неотложные задачи по решению этих проблем и определяются основные направления деятельности созданного координационного совета по вопросам здоровья обучающихся и педагогов в рамках современной системы образования.

Ключевые слова: здоровьесберегающие технологии, современная система образования.

THE MAIN PROBLEMS IN THE APPLICATION OF HEALTH-SAVING TECHNOLOGIES IN THE MODERN EDUCATION SYSTEM

Abstract. The article discusses the main problems of health-saving activities in the education system: low level of professional competence of teaching staff, scientific and methodological, material and technical, information base; unsatisfactory use of health-saving potential of a number of educational programs; lack of a mechanism of departmental and interdepartmental cooperation, underdevelopment of the regulatory framework. Urgent tasks are set to solve these problems and the main activities of the created coordinating council on the health of students and teachers within the framework of the modern education system are determined.

Keywords: health-saving technologies, modern education system.

В современном обществе проблема здоровья и ведения здорового образа жизни – является приоритетной задачей в сфере укрепления здоровья и гармоничного развития личности ребенка. В сфере образования педагог выступает главным звеном, способным повлиять на учеников в области здоровья и личностного развития. И одной из главных его задач выступает – ведение образовательной и воспитательной деятельности так, чтобы это не нанесло вреда здоровью учеников.

Так, здоровьесберегающие образовательные технологии включают все аспекты воздействия педагога на здоровье ребенка на разных уровнях — информационном, психологическом, биоэнергетическом.

Хочется отметить, В. А. Сухомлинский, советский педагог-новатор, утверждал, что «...забота о здоровье ребенка — это не просто комплекс санитарно-гигиенических норм и правил... и не свод требований к режиму, питанию, труду, отдыху. Это, прежде всего забота о гармонической полноте всех физических и духовных сил, и венцом этой гармонии является радость творчества».