

Гаджиева М. М.
Костанайский педагогический колледж,
г. Костанай

ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВЬЮ СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОЛЛЕДЖА

Аннотация. Практика показывает, что обучающиеся колледжа уверены в своих физических и психических ресурсах, и в то же время, зная о ценности здоровья, не осознают необходимости обеспечивать мотивацию здорового поведения, не владеют навыками здорового стиля жизни, нуждаются в приобретении знаний и практического опыта в области укрепления здоровья. Под готовностью студентов педагогического колледжа к здоровьесбережению мы понимаем профессиональное свойство педагога, в котором выражается степень усвоения им социального опыта в аспекте здоровьесбережения, направленного на сохранение и укрепление своего собственного здоровья и здоровья участников образования и способности пользоваться этим опытом в профессиональной деятельности.

Ключевые слова: ценностное отношение, здоровье, здоровьесберегающие технологии, физическая культура

Gajiyeva M. M.
Kostanay pedagogical college
Kostanay

FEATURES OF FORMATION OF THE VALUABLE ATTITUDE TOWARDS HEALTH OF STUDENTS OF PEDAGOGICAL COLLEGE

Abstract. Practice shows that trained of college are sure of the physical and mental resources, and at the same time, knowing about health value, don't realize need to provide motivation of healthy behavior, don't own skills of healthy lifestyle, need acquisition of knowledge and practical experience in area of strengthening of health.

We understand that readiness of students of pedagogical college for a health-saving is a professional property of the teacher in which extent of assimilation by it of social experience in aspect of the health-saving directed on preservation and strengthening of own health and health of participants of education and ability to use this experience in professional activity is expressed.

Keywords: valuable relation, health, health-saving technologies, physical culture.

Социальные перемены, обусловившие необходимость принятия каждым членом общества ответственности за свою судьбу, приводят к постепенному утверждению в общественном сознании новой системы ценностных ориентации. Входящие в жизнь молодые люди, уже не связанные с прежними ценно-

стями, не в полной мере восприняли и ценности свободного демократического общества. В этой связи особое значение приобретает процесс ценностного самоопределения в колледже – формирование системы ценностных ориентации, имеющей гуманистическую направленность, которая особенно необходима для успешной реализации будущей профессиональной деятельности в системе «человек-человек». Особенно это касается профессии педагога.

Как показывает практика, большинство людей, особенно молодежь, студенты, ценность здоровья осознают только тогда, когда оно находится под серьезной угрозой или почти утрачено. На основании изучения специальной литературы видно, что студенты уверены в неисчерпаемости собственных физических и психических ресурсов, в то же время, зная о ценности здоровья в студенческий период, не осознают необходимости обеспечивать мотивацию здорового поведения, не владеют навыками здорового стиля жизни, нуждаются в приобретении знаний и практического опыта в области укрепления своего здоровья. Отечественными и зарубежными авторами подчеркивается высокая значимость представлений в жизни человека, их регулятивная функция по отношению к восприятию действительности и поведению (Г.В. Акопов, Б.Г. Ананьев, М.К. Андреева, С. Московичи, В.Н. Мясичев). Проблема ценностей очень тесно связана с учебно-воспитательным процессом, который в свою очередь является важнейшим средством познания ценностей.

Данные исследований обучающихся и в России, и в Казахстане показывают, что среди материальной ориентации исследователями были выделены ориентации на такие терминальные ценности, как личное здоровье (как стандартная, распространенная ценность, передающаяся из поколения в поколение), семья, материальное благополучие. Однако, выяснилось, что забота о собственном здоровье отнюдь не является приоритетной ориентацией студентов. Если в школе спортом занимались 75-80% опрошенных, то в профессиональном образовательном учреждении (в колледже) продолжили регулярные занятия только 10-15%. Ориентация студенчества на материальное благополучие вполне объяснима. Низкий уровень жизни с одной стороны, распространение западных ценностей, в основе которых лежат богатство и успех - с другой, способствуют формированию нового сознания современной молодежи. Меняются взгляды и в отношении средств достижения новых целей. Выявлено, что характер отношения к здоровью студентов парадоксален, то есть наблюдается несоответствие между потребностью человека в хорошем здоровье, с одной стороны, и его усилиями, направленными на его сохранение и укрепление.

Поэтому задача образовательных учреждений, в том числе и педагогического колледжа, заключается в формировании адекватной прогрессивным интересам нашего общества системы базисных ценностей у студентов. Как отмечалось выше, главная ценность с точки зрения человечности – это жизнь, при этом здоровье - это главная ценность жизни.

Как отмечает Л.М. Митина, проблему профессионального здоровья учителя по степени значимости следует рассматривать в контексте общей концепции охраны здоровья нации, так как именно от него в огромной степени зависит здоровье подрастающего поколения. Мы согласны с указанной позицией, при этом убеждены, что начинать ее решение необходимо с этапа профессиональной подготовки через создание условий для осознания будущими педагогами ценности здоровья и формирования у них здоровьесберегающих личностных и профессиональных установок.

Н. Е. Щуркова, отмечает, что вопрос о формировании ценностного отношения к здоровью решается успешно только в контексте всей системы гуманистического воспитания. Автор делает вывод, что призывы сохранять и укреплять здоровье обретают действенность лишь при наличии в образовательном учреждении хорошо организованной системы воспитания студентов и теряют всяческий смысл и обречены заведомо на поражение при отсутствии такового.

Главной составляющей отношения к собственному здоровью, является позиция самого человека, отношение к своему здоровью, направленное в положительную сторону. Чтобы сформировать у молодежи ценностное отношение к здоровью, необходимо их самих сделать творцами, созидателями, преобразователями, исследователями собственного здоровья.

В реализации этой цели важная роль отводится физической культуре как обязательной дисциплине общего гуманитарного и социально-экономического цикла образовательной программы в учебных заведениях.

Именно формирование ценностного отношения к здоровью студентов педагогического колледжа является одной из приоритетных задач в современной концепции физической культуры, основанной на принципах гуманистической педагогики и психологии. Согласно концепции основными элементами физической культуры и физического воспитания студенческой молодежи являются культура здоровья, двигательная культура и культура телосложения, а в качестве основных показателей личностной физической культуры выступают: отношение человека к своему здоровью, своему телу как ценности; характер этого отношения; уровень знаний об организме, фи-

зическом состоянии, средствах и методах оздоровления, средства, используемые для поддержания здоровья и умения по их применению, стремление оказать помощь другим людям в деятельности по оздоровлению и физическому совершенствованию.

Главная цель физического воспитания - формирование физической культуры личности. Для достижения поставленной цели необходимо решение воспитательных, образовательных, оздоровительных задач.

Общие задачи:

- воспитание потребности в здоровом образе жизни;
- приобретение основополагающих знаний и умений в области физической культуры;
- обеспечение достаточного уровня профессиональной готовности будущих специалистов, включающей физическую подготовленность;
- полноценное использование средств физической культуры для профилактики заболеваний, укрепления здоровья;
- овладение знаниями, умениями по самоконтролю и навыками самостоятельной оценки функционального состояния организма.

Предметное поле изучения данной дисциплины не ограничивается лишь достижением определенного уровня двигательной подготовленности, но охватывает общеобразовательные, интеллектуальные, методические аспекты физической культуры в контексте формирования основ здоровьесбережения: развитие ценностного отношения к здоровью, воспитание важнейших социальных качеств личности, повышение работоспособности, формирование потребности в двигательной активности, способности осуществлять самостоятельную физкультурно-оздоровительную деятельность.

При этом в соответствии со своими уставами, образовательные учреждения и их руководители обеспечивают высокий уровень проведения в режиме учебного дня ежедневных учебных и внеучебных занятий, создают условия для того, чтобы каждый обучающийся мог выполнять установленные нормативы, изучил основы гигиены и поддерживал свой организм в хорошем состоянии. В соответствии с законом Республики Казахстан «О физической культуре и спорте», физическое воспитание обучающихся колледжей, лицеев, студентов высших учебных заведений осуществляется в режиме учебного и продленного дня, во внеучебное время и самостоятельно в соответствии с учебными планами, комплексными государственными программами физического воспитания и санитарно-гигиеническими требованиями. Обязательные уроки физического воспитания проводятся: в профессиональ-

но-технических школах, колледжах, лицеях и высших учебных заведениях не менее 4-х часов в неделю в течение всего периода обучения.

Учащиеся и студенты с ослабленным здоровьем занимаются в специальных медицинских группах и группах лечебной физической культуры.

Главная цель занятий физической культурой и спортом - формирование физической культуры личности, подготовка к социально-профессиональной деятельности, сохранение и укрепление здоровья человека. "Здоровый человек встречает меньше преград на дороге, ведущей к счастью. Чтобы не оступись в пути, человек должен быть обучен". В педагогическом колледже решение этой задачи осуществляется через предусмотренные учебной программой занятия по физической культуре и внеучебную деятельность. Изменение парадигмы физического воспитания студентов педагогического колледжа предполагает формирование ценностных ориентаций на основе знаний в области физической культуры, приоритета образовательной направленности данного процесса. Именно активная познавательная деятельность позволит решить одну из главных функций физического воспитания — творческое применение знаний для развития и укрепления здоровья, работоспособности, самовоспитание и самосовершенствование на протяжении жизни. При профессиональной подготовке студентов педагогического колледжа большое внимание уделяется здоровому образу жизни самих студентов, ведь от этого в дальнейшем зависит здоровье их будущих воспитанников. Осваивая позитивные нормы и ценности ЗОЖ, студент может успешно саморазвиваться и самореализоваться в социуме как личность и как профессионал, а значит, станет современным, социально активным и способным влиять на формирование ценностного отношения у других.

Ценность здоровья в жизни человека выступает как ключевая категория, поскольку здоровье является необходимым условием не только развития и роста, но и выживания общества. Главная роль в этом принадлежит образовательным учреждениям, где формируется как индивидуальное здоровье личности, так и здоровье всего общества.

Таким образом, анализ педагогической литературы позволяет выделить ряд противоречий, существующих в реальной образовательно-воспитательной практике среднего профессионального образования. Это противоречия: между тем, что проблема сохранения и поддержания психологического здоровья студентов в процессе обучения является одной из важнейших задач системы образования, и тем, что в педагогическом колледже не создаются психолого-педагогические условия, способствующие его сохране-

нию и поддержанию; между необходимостью осуществления студентами здоровьесберегающей деятельности и слабой сформированностью у них интеллектуального, ценностного и практического опыта реализации такой деятельности в повседневной жизни.

В связи с этим, в системе профессионального педагогического образования особое место занимает проблема подготовки будущих учителей к осуществлению педагогического обеспечения сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения.

Авторы подчеркивают, что несмотря на то, что существует социальная востребованность в здоровом подрастающем поколении, реальное состояние учебно-методической и научной базы в сфере профессионально-педагогического образования не обеспечивает подготовку будущих учителей к здоровьесбережению учащихся. Исследования в этом направлении входят в новую стратегию современного педагогического образования - гуманного образования, призванного обеспечить готовность участников педагогического процесса к сохранению общечеловеческих ценностей.

И. В. Пичугина, отмечает, что, одним из наиболее значимых условий подготовки будущего учителя к осуществлению здоровьесбережения обучающихся является соответствующее содержание профессионально-педагогического образования. Содержание образования выступает как педагогическое средство развития готовности по осуществлению здоровьесбережения. Под готовностью студентов педагогического колледжа к здоровьесбережению мы понимаем профессиональное свойство педагога, в котором выражается степень усвоения им социального опыта в аспекте здоровьесбережения, направленного на сохранение и укрепление своего собственного здоровья и здоровья участников образования и способности пользоваться этим опытом в профессиональной деятельности.

Таким образом, на основании исследования мы пришли к выводу, что:

1. Проблема сохранения здоровья детей и подростков в настоящее время является весьма актуальной. Ее решение во многом зависит от воспитания потребности в здоровье как жизненно важной ценности, сознательном стремлении к ведению здорового образа жизни. Данное направление, на наш взгляд, должно стать ведущим, занимать значимое место в профессиональной подготовке будущих педагогов в педагогическом колледже. В реализации этой цели важная роль отводится физической культуре.

2. Сохранение здоровья актуально в студенческом возрасте, так как здоровье студентов определяется особенностями этого периода в их жизни,

формирование ценностного отношения к здоровью у студентов педагогического колледжа включает в себя:

- формирования здоровьесберегающих компетенций;
- уровень знания студентов;
- психологические составляющие развития ценностного отношения к здоровью студентов педагогического колледжа.

УДК 378.172

Глазко Т. А., Глазко А. Б., Суша З. Н., Лось Е. Е.
Минский государственный лингвистический университет, г. Минск
tamara_glaz@mail.ru

ИССЛЕДОВАНИЕ СТЕПЕНИ ПРОЯВЛЕНИЯ СИНДРОМА ВЕГЕТАТИВНОЙ ДИСФУНКЦИИ У СТУДЕНТОК СПЕЦИАЛЬНОГО УЧЕБНОГО ОТДЕЛЕНИЯ

Аннотация. Представлен материал исследования наличия и проявления вегетативной дисфункции у студенток первого курса специального учебного отделения, определены средства физической культуры для устранения функциональных расстройств, вызванных нарушением регуляции сосудистого тонуса.

Ключевые слова: вегетативная дисфункция, студенты, состояние здоровья, профиль артериального давления, средства физической культуры.

Glazko T. A., Glazko A. B., Susha Z. N., Los' E. E.
Minsk State Linguistic University, Minsk
tamara_glaz@mail.ru

STUDY DEGREE DEMONSTRATION OF AUTONOMIC DYSFUNCTION SYNDROME AMONG THE STUDENTS OF THE SPECIAL EDUCATIONAL DEPARTMENT

Annotation. Here we present the examination material of autonomic dysfunction syndrome demonstrated among the first-year students of the special educational department, determine the physical education means useful for elimination of functional disorders which are results of violation of the vascular tone regulation.

Keywords: autonomic dysfunction, students, health status, the profile of blood pressure, physical education means.