

## **О ПРОЦЕССЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ ВУЗА**

Педагогика здоровьесбережения представляет собой, во-первых, педагогическую систему, основанную на разумном приоритете ценности здоровья, который необходимо воспитать у учащихся и реализовать при проведении учебно-воспитательного процесса; во-вторых, образовательную систему, провозглашающую приоритет культуры здоровья и технологически обеспечивающую его реализацию при организации обучения, в учебно-воспитательной работе и при содержании учебных программ для педагогов и учащихся; в-третьих область медико-психолого-педагогических знаний о построении образовательного процесса и содержании учебно-воспитательных программ с учетом интереса здоровья учащихся и педагогов [1, с. 258].

Отличительными чертами педагогики оздоровления являются следующие:

- 1) представление о здоровой личности, которая является не только идеальным эталоном, но и практически достижимой нормой развития;
- 2) здоровый человек рассматривается в качестве целостного телесно-духовного организма;
- 3) оздоровление трактуется не как совокупность лечебно-профилактических мер, а как форма развития, расширения психофизиологических возможностей;
- 4) ключевым системообразующим средством оздоровительно-развивающей работы является индивидуально-дифференцированный подход [2, с. 7].

Педагогика здоровьесбережения изучает вопросы обучения и воспитания и развития, связанные с формированием прочной жизненной установки на здоровье, здоровый образ жизни. Процесс обучения связан с формированием системы научных представлений о здоровье, здоровьесбережении, валеологической грамотности и компетентности; овладение умениями и навыками сохранения и совершенствования личного здоровья. В свою очередь, процесс воспитания связан с формированием ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни, валеологической культуры как неотъемлемой части общей и

профессиональной культуры личности. Развитие здоровой, творческой личности является результатом полноценного, многокомпонентного содержания образования.

Оздоровление всей системы образования означает, что каждое занятие и любое мероприятие в учебном учреждении должно иметь валеологическую направленность и оздоровительный эффект, препятствовать развитию переутомления, не ухудшать здоровье, а способствовать его развитию. Таким образом, необходимо, чтобы вопросы здоровья являлись той сквозной нитью, которая пронизывала бы всю образовательную систему, и основополагающим фактором при формировании образовательной среды. На самом деле, целый ряд гуманитарных, естественно-научных и математических дисциплин может играть определенную роль в формировании здоровьесознательной позиции.

Например, психология изучает закономерности психического развития человека, состояние психики в различных условиях жизнедеятельности, психологические аспекты обеспечения здоровья; экология обеспечивает научную основу рационального природопользования, исследует характер взаимоотношений «общество – человек – среда», разрабатывает оптимальные модели их построения, формирует знания об аспектах зависимости здоровья от окружающей среды; физическая культура определяет закономерности поддержания и совершенствования физического развития; социология выявляет социальные аспекты поддержания, укрепления и сохранения здоровья и факторов риска здоровья; политология определяет роль, стратегию и тактику государства в обеспечении и формировании здоровья своих граждан; экономика обосновывает экономические аспекты обеспечения здоровья и экономическую ценность здоровья в обеспечении благосостояния народа и безопасности государства; философия определяет закономерности развития природы и общества, формирование философского мировоззрения является существенным фактором в правильной оценке роли здоровья в жизни человека, культурология определяет цели и пути культуроведческой подготовки человека, существенной частью которой является культура здоровья, включая нравственное и духовное здоровье; история прослеживает исторические корни, преемственность путей, средств и методов поддержания здоровья в мире, регионе, этносе.

Процесс здоровьесбережения в образовательном пространстве вуза, направленный на гармоничное развитие личности студента, развитие как физици-

ческого, так и духовного, включает в себя следующие компоненты: целевой, содержательный, деятельностный и результативный.

Целевой компонент включает развитие интеллектуальной и эмоциональной сфер личности, улучшение показателей здоровья студента, что, в итоге, направлено на повышение работоспособности, а следовательно, и увеличение эффективности учебной деятельности.

В соответствии с поставленными целями гармоничного развития личности студента отбирается и оценивается с позиции здоровьесбережения содержание образования. Содержательный компонент определяет всю совокупность формируемых отношений, ценностных ориентаций, опыта деятельности и общения, знаний. Содержательный компонент здоровьесбережения в образовательном пространстве включает умственное воспитание, направленное на формирование культуры интеллектуального труда; физическое воспитание, направленное на развитие физических качеств личности, физическое развитие и совершенствование; психогигиеническое обучение и воспитание, имеющее целью формирование гармоничных отношений с собой и своим окружением; духовно-нравственное воспитание, формирующее систему смысложизненных ценностей, которые определяют содержание и направленность человеческого бытия; экологическое воспитание, направленное на осознание социально-нравственной обусловленности взаимоотношений людей между собой и природой; половое воспитание, имеющее целью сохранение и развитие репродуктивного здоровья. Изменение содержания обучения призвано способствовать персонализации (индивидуализации, дифференциации) с опорой на природные задатки и индивидуальные способности.

Можно выделить три блока содержания образования, в которых отражаются проблемы здоровья обучающихся: инвариативный, вариативно-специальный и вариативно-индивидуальный.

К инвариативному блоку относятся все аспекты перечисленного выше содержания, которые должны изучаться всеми студентами в одних и тех же объемах.

Вариативно-специальный блок включает такое содержание образования, которое изменяется в зависимости от специализации обучающихся. В этом блоке рассматриваются проблемы, связанные с обеспечением жизнеохранной функции, выявленные в содержании различных дисциплин: информатики, физкультуры, психологии и т.д. Очевидно, что вопросы, освещаемые в процессе

психолого-педагогической подготовки будущих педагогов информатики, будут отличаться от вопросов, рассматриваемых при подготовке, например, будущих педагогов физической культуры.

В вариативно-индивидуальном блоке отражены аспекты рассматриваемого содержания, которые связаны с учетом индивидуальных особенностей и образовательных потребностей студентов.

Третьим компонентом процесса здоровьесбережения является процессуальный компонент, который включает разработку и использование системы методов, средств и организационных форм вариативной и индивидуализированной деятельности; создание индивидуальной траектории здоровьесбережения в образовательном процессе с учетом индивидуальных особенностей студента, пола, возраста, предпочтений, интересов, склонностей, потребностей, мотивов и т.д. Важным является использование в образовательном процессе не только традиционных форм и методов обучения и воспитания, но и нетрадиционных. Например, метод эмпатии, метод смыслового видения, метод эвристического наблюдения, метод гипотез являются когнитивными методами обучения. В свою очередь, метод придумывания, метод образной картины, метод гиперболизации, метод агглютикации относятся к креативным методам обучения (А.В. Хуторской, 2004). Использование перечисленных методов облегчает процесс восприятия информации о различных аспектах здоровья, но делает его занимательным и непринужденным; развивает не только умственные, но и творческие способности личности, ее эмоциональную сферу; способствует созданию благоприятного психологического климата в учебной группе и доброжелательной атмосферы общения и сотрудничества.

Результативный компонент показывает результаты процесса здоровьесбережения, отражающие в единстве и целостности уровень личностных приобретений каждого студента, развитие его интеллектуальной и эмоциональной сфер, улучшение показателей здоровья.

#### *Библиографический список*

1. *Смирнов Н.К.* Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы. М.: АРКТИ, 2003.
2. *Чуха И.В., Пужаева Е.З., Соколова И.Ю.* Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе. М.: Илекса. Нар. образование, 2003.