

6. Гендина, Н.И. Формирование информационной культуры личности: теоретическое обоснование и моделирование содержания учебной дисциплины / Н.И. Гендина, Н.И. Колкова, Г.А. Стародубова, Ю.В. Уленко. – М., Межрегиональный центр библиотечного сотрудничества. 2006. – 512 с.

7. Гейн, А.Г. Концепция формирования информационной культуры у учащихся общеобразовательных учреждений / А.Г. Гейн. – М.: Школьная библиотека, 2007, № 5. – С. 31–34.

8. Грачева, А.П. Методика обучения информатике в условиях формирования здоровьесберегающей среды школы: автореф. дис. ... канд. пед. наук / А.П. Грачева. – М.: ИСиМО РАО, 2007. – 23 с.

9. Грачева, А.П. Формирование адекватного отношения к информации как фактор здоровьесбережения школьников при обучении информатике / А.П. Грачева // Вестник МГПУ. Серия информатика и информатизация образования. – М.: МГПУ, 2006, № 2 (7). – С. 48–52.

Михнева А.Г.

Приднестровский государственный университет им. Т.Г.Шевченко,
Тирасполь, Молдова

СПОСОБЫ СОХРАНЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ НА УЧЕБНОМ ЗАНЯТИИ В ВУЗЕ

Аннотация. В статье рассматриваются способы сохранения здоровья студентов на учебном занятии в вузе, с теоретических позиций разных авторов и как этот опыт применяется в вузах. Автор предлагает придерживаться комплексного подхода организации здоровьесберегающего образовательного процесса, согласно которого, на учебном занятии, сохраняются три компонента здоровья: физический, психический и социальный.

Ключевые слова: здоровьесбережение, студенты, учебное занятие в вузе.

Mihneva A.G.

The pridnestrovian State University. T.G. Shevchenko,
Tiraspol, Moldova

HOW TO SAVE THE HEALTH OF STUDENTS AT A TRAINING SESSION AT THE UNIVERSITY

Abstract. This article discusses ways to maintain the health of students at a training session at the University, with the theoretical positions of different authors and how this experience is applied in higher education. The author proposes an integrated approach the health-saving educational process, according to which, at a training session, are the three components of health: physical, mental and social.

Keywords: zdorov'esbereženie, students, training at the University.

На сегодняшний день в организации обучения на учебном занятии в вузе наблюдаются противоречия. С одной стороны, учебное занятие

направлено на развитие когнитивной сферы студентов. Из года в год учебная программа усложняется, требуя напряженной умственной деятельности студентов, что в результате, наносит вред их здоровью. С другой стороны, вуз ставит перед собой задачу подготовки конкурентноспособного, здорового специалиста. В таких условиях актуализируется задача поиска способов обеспечения здоровья студентов на учебном занятии.

Мы попытались проанализировать существующие подходы сохранения здоровья студентов на учебном занятии и позитивный опыт вузов в данном вопросе.

Согласно точке зрения В.Н. Ирхина, И.В. Ирхиной, относительно сохранения здоровья на учебном занятии, существуют следующие научные подходы: гигиенический, психологический, психофизиологический, технологический, комплексный [1].

Большее внимание уделяется *гигиеническому подходу*. В условиях учебного занятия авторы предлагают учитывать требования и нормы к организации предметно – пространственной среды (Г.А. Калачев), динамику умственной работоспособности студентов на учебном занятии (С.М. Громбах, В.Н. Ирхин, И.В. Ирхина), регулировать организацию образовательного процесса (Э.Н. Вайнер). Элементы гигиенического подхода применены в образовательном процессе некоторых вузов, например, в Ивановском ГУ, в Тывинском ГУ, в Бел ГУ, в Кем ГУ и др. В основном, в этих вузах действует программа «Здоровье», согласно которой создаются условия студентам, отвечающих санитарно – гигиеническим требованиям, вводятся здоровьесберегающие технологии в учебный процесс, оптимально распределяется учебная нагрузка. В некоторых вузах, вопросы гигиенического воспитания, включены в программы обучения по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» на всех факультетах; для студентов по направлению «Физическая культура», дополнительно, на таких дисциплинах как «Валеология», «Гигиена», и «Нетрадиционные методы оздоровления».

В рамках *психологического подхода* на учебном занятии предлагается учитывать особенности сенсорного восприятия каждого учащегося (аудиала, визуала и кинестетика) [4]. А.Г. Маджуга предлагает обучить педагогов сано-генному поведению, которое рассматривается как способ активности специалиста по сохранению собственного здоровья [2]. Данный подход, используется в Кем ГУ, Томском политехническом университете, в РГИИС г. Москва и др.

Сторонники *психофизиологического подхода* предлагают различить студентов с право – или левополушарной активностью головного мозга (В.

В. Ильюшенко, Т. А. Берсенёва), использовать гендерный подход (Л.И. Столярчук, С.А. Коробкова и др.), дифференцировать учебный процесс в соответствии с темпераментом студента и стилем его учения (Бетти Лу Ливер, Д. Кирси и др). Психофизиологический подход широко применяется в Крымском государственном гуманитарном институте, г. Ялта, в Волгоградском медицинском университете, в Санкт – Петербургском государственном университете сервиса и экономики и др.

Другой подход, *технологический*, достаточно широко сегодня применяется в образовательном процессе, под видом «здоровьесберегающих технологий обучения». К ним относят, например, технологию личностно – ориентированного развивающего обучения И.С. Якиманской. В этой же категории находятся гуманно – личностные технологии, технологии сотрудничества и технологии свободного воспитания. В Стерлитамакской государственной педагогической академии им. З. Бишевой используют различные технологии: окотерапию, музыкотерапию, слухотерапию, хагтерапию, изотерапию, пнеумотерапию, кинестезиотерапию и др.

Изучая зарубежный опыт вузов, встречаем технологию "дифференциации обучения по интересам", метод Дальтон – плана, так называемую батовскую" систему, которые применяются в США [3]. Опыт США показывает возможность индивидуально – ориентированного обучения – без поточно – групповой формы обучения. Такой опыт отрабатывается сегодня в России, в рамках широкого эксперимента, однако, полностью отказаться от студенческих учебных групп пока не решаются.

Идеи *комплексного подхода* (интегративный, междисциплинарный) в организации учебного занятия придерживаются Н.В. Бордовская, Л.И. Гриценко, А.А. Вербицкий, О.Г. Ларионова, Ю.Г. Фокин, А.И. Уман и др. Анализ опыта работы вузов, показывает, что например, междисциплинарный подход применяется в Томском государственном педагогическом университете, в Анапском филиале Российского государственного социального университета (РГСУ) и др.

Мы также склоняемся к комплексному подходу организации здоровьесберегающего образовательного процесса на учебном занятии в вузе. Мы предлагаем сохранять здоровье студентов на учебном занятии с позиции его трех компонентов: физический, психический и социальный.

В силу того, что умения и навыки саморегуляции собственного здоровья у студентов пока сформированы слабо, в рамках учебного занятия, необходимо управленческое воздействие преподавателя. Можно, доброже-

лательными советами, стимулировать активность студентов, направленную на сохранение собственного здоровья. Безусловно, преподавателю для того чтобы применить здоровьесберегающий подход на учебном занятии необходимы дополнительные знания. Поэтому эта деятельность может осуществляться только с помощью специалистов: медиков, для сохранения физического здоровья студентов; психологов, которые помогут разобраться с психическим здоровьем студентов; валеологов и конечно же кураторов, которые знают особенности студентов и ситуацию в группе.

Сохранение физического здоровья студентов, в рамках учебного занятия, возможно с помощью технологии коллективного способа обучения, использования кинезиологических методов, физкультминуток и др. Данные способы повышают двигательную активность студентов на учебном занятии, препятствуют развитию гиподинамии, предотвращают развитие позотонического утомления и активизируют деятельность сердечно – сосудистой системы, насыщая мозг и весь организм кислородом.

Сохранение психического здоровья студентов может осуществиться созданием ситуации успеха, доброжелательного психологического климата на учебном занятии. Использование технологий модульного, разноуровневого обучения позволяет студентам работать в индивидуальном темпе, самостоятельно распределяя свои силы и время. Эти технологии снижают чувство тревожности студента на учебном занятии, повышают мотивацию к учению. Сохранение социального здоровья предполагает формирование социально адаптированной личности студента, поэтому на учебном занятии необходимо организовать конструктивное взаимодействие со студентами, создать ситуацию нравственного выбора, взаимопомощи и др.

Таким образом, вопрос здоровьесбережения студентов на учебном занятии должен рассматриваться целостно, с точки зрения многокомпонентного понятия «здоровье».

Литература

1. Ирхин В.Н / Ирхина И.В., Жернакова Н.И. Педагогическая система сохранения здоровья студентов вуза. – Белгород: ИПЦ «Политерра», 2009. – 202 с.
2. Маджуга А. Г. Здоровьесберегающее образование как базовый концепт в структуре профессионально – прикладной подготовки будущего учителя / А. Г. Маджуга // Высшее образование сегодня. – 2009. - № 8. – С. 86 – 90.
3. Сидоров С.В. *Дидактика – теория обучения [Электронный ресурс]* // Сидоров С.В. *Сайт педагога-исследователя.* – Режим доступа: <http://si-sv.com/publ/14-1-0-99> (дата обращения: 13.12.2013).

4. Сиротюк А.Л. Модальностные характеристики учащихся как основа формирования учебной мотивации // Народное образование. – 2006. - №1. – С. 30 – 33.

Мужчинина Н.Н.
ABC Adult School, Серритос,
Лос-Анжелес, Соединенные штаты Америки

ПРОБЛЕМА ИЗБЫТОЧНОГО ВЕСА ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ В США: ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ГОСУДАРСТВА И ШКОЛЫ

Аннотация. В статье рассмотрено актуальное состояние проблемы избыточного веса среди детей и подростков в США, факторы, оказывающие влияние на изменение веса детей и подростков. Так же представлены роль школы в данной проблеме и описаны пути взаимодействия государства, школы и общественных организаций.

Ключевые слова: дети, подростки, избыточный вес, ожирение, фаст-фуд, здоровое питание, питание в школе, США, государство.

Muzhchinina N.N.
ABC Adult School, Serritos,
Los-Angeles, United States of America

OVERWEIGHT ISSUE AMONG CHILDREN AND ADOLESCENTS IN USA: INTERACTION BETWEEN THE STATE AND SCHOOL

Abstract. The article discusses the current state of the problem of overweight among children and adolescents in the United States, the factors influencing the change in the weight of children and adolescents. Well as representing the school's role in this issue and described the way of interaction between government, schools and community organizations.

Keywords: children, adolescents, overweight, fast-food, healthy food, school nutrition, USA, government.

Проблема избыточного веса у детей и подростков - это проблема, ставшая особо актуальной в 21 веке для большинства развитых стран, а в последнее время и для ряда развивающихся стран. Более чем 25% детей Австралии, Чили, Великобритании и Соединенных Штатов Америки имеют избыточный вес. Данный показатель в два раза выше, чем показатели середины 70-х годов прошлого века, когда проблема избыточного веса только начинала принимать форму эпидемии [3].

Согласно ежегодному статистическому отчету американской ассоциации «American Heart Association» на конец 2013 года в США 23,9 миллионов детей в возрасте от 2 до 19 лет имеют избыточный вес или ожирение;