

ского до творческого), характеризующих степень сложности труда познавательного процесса.

Тестирование для оценки знаний учащихся необходимо проводить исходя из уровня соответствующей цели обучения. Если уровень ниже, тестирование осуществляется в процессе текущих проверок качества усвоения и служит для управления познавательной деятельностью студентов, сопровождается суждениями и указаниями на необходимость изменений в учебной работе, но не оценивается, поскольку цель обучения еще не достигнута. В качестве наглядного примера можно привести повторение пройденного материала на уроке. Характеристика качества подготовки студентов не исчерпывается уровнем усвоения учебных дисциплин. С этой целью часто приходится пользоваться другими дополнительными показателями: степенью абстракции, степенью мобильности, степенью осознанности. Необходимо на основе современной психолого-педагогической науки разработать методику их диагностического описания, выявления и измерения.

С учетом уровней усвоения учебного материала необходимо разработать тесты, соответствующие целям изучения предмета, по всем его учебным элементам. Они должны быть понятны и доступны каждому студенту. Тесты следует постоянно использовать в процессе обучения, так как в них в конкретной форме отражаются требования к знаниям студентов по изучаемому предмету.

Е. И. Глєова

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАНИИ: СОСТОЯНИЕ И ПРОБЛЕМЫ

Обучение в высшей школе предъявляет повышенные требования к здоровью студентов. Умственная деятельность требует напряжения сенсорного аппарата, внимания, памяти, активизации процессов мышления, характеризуется воздействием на эмоциональное состояние человека.

Согласно мнению специалистов, труд студентов имеет ряд специфических особенностей, присущих только этой форме умственной деятельности: восприятие и переработка разнообразной информации в условиях дефицита времени, частое возникновение нервно-психического напряжения, выполнение значительной части работы в вечернее и ночное время и др. Все это сказывается на состоянии психического и соматического здоровья молодых людей.

Отклонения в состоянии здоровья снижают возможности реализации молодыми людьми, вступающими в социально активный период жизни, важней-

ших социальных и биологических функций. В связи с этим сохранение здоровья подрастающего поколения является важной государственной задачей, так как от этого зависят трудовая и интеллектуальный потенциал страны, воспроизводство и здоровье будущих поколений [4].

Вопросы сохранения и укрепления здоровья обучающихся поднимаются специалистами различных областей: психологами, педагогами, медиками, социальными работниками, экологами, философами, культурологами и т. д.

Под здоровьесбережением понимается сохранение и укрепление здоровья личности в физическом, психическом и духовном плане. Имеется в виду не только поддержание на должном уровне статистических показателей здоровья, но и расширение резервных возможностей основных функциональных систем организма и его психического потенциала.

В связи с тем, что в последние годы наблюдается снижение показателей здоровья студентов, возникает необходимость в образовательных учреждениях организацию и управление образовательным процессом осуществлять с позиции сохранения здоровья обучающихся и продуктивности их обучения, используя здоровьесберегающие технологии. Эти технологии можно рассматривать как разновидность педагогических технологий, имеющих своей целью формирование физического, психического и нравственного здоровья учащихся и педагога, способствующих социально-педагогической адаптации в процессе обучения [7]. Результатом деятельности высшего образовательного учреждения должен стать не только уровень профессиональной подготовки выпускника, но и сохранение его физического, психического здоровья, формирование личностных ценностей сбережения собственного здоровья.

Здоровьесберегающие технологии имеют свои принципы, т. е. те основные идеи, правила, следование которым способствует сохранению здоровья и адаптации учащихся к образовательной среде. Среди принципов педагогики здоровьесбережения особое место занимают принципы природосообразности, валлеологичности, сотрудничества и культуросообразности.

Принцип природосообразности означает, что строить педагогический процесс надо с учетом природы воспитанника, т. е. его состояния здоровья, физического, психического, нравственного развития, возрастных и индивидуальных особенностей. В профессиональной школе необходимы условия для гибкого, оперативного реагирования образовательного процесса как системы в зависимости от физического и психического состояния здоровья обучающихся и установление режима работы образовательного учреждения, благотворно влияющего на сохранение здоровья и продуктивное обучение [7]. Очень важно опреде-

лить предел в учебе для каждого ученика, когда еще не возникают различные неблагоприятные явления (перенапряжение, стресс, чрезмерное утомление, соматическая астенизация и др.), т. е. необходимо найти индивидуальный оптимум учебной деятельности не опасный для здоровья [3].

Принцип валеологичности направлен на организацию в образовательном учреждении валеологического образования и воспитания обучающихся, учитывающего возрастные особенности и повышающего культуру личности в сфере здорового образа жизни. Принцип валеологичности реализуется через содержание образовательных программ и индивидуальное физическое, психическое, нравственное развитие обучающихся. Кроме того, реализация здоровьесберегающих технологий невозможна без создания валеологической учебной среды. Валеологические условия в образовательном учреждении предполагают наличие оптимального микроклимата (температуры, освещенности, влажности), соответствующего гигиеническим нормативам, условий для рационального питания, реализации потребности в двигательной активности и др. Необходимо валеологизировать всю систему образования. Это означает, что каждое занятие и любое мероприятие в учебном учреждении должны иметь оздоровительную направленность и оздоровительный эффект.

Принцип сотрудничества предполагает согласованную работу специалистов разных областей, а также педагога и учащегося. Постоянное взаимодействие специалистов (педагогов, психологов, медиков, экологов, социологов, философов, культурологов) дает возможность совместно прогнозировать, планировать, реализовывать педагогику здоровьесбережения, своевременно проводить диагностику и осуществлять коррекцию. Взаимоотношения между педагогом и учащимся должны носить конструктивный характер, строиться на основе взаимодействия и сотрудничества, что будет способствовать самореализации каждого индивида, формированию культуры здоровья и учащегося, и педагога. В качестве обязательных компонентов сотрудничества А. С. Белкин и Н. К. Жукова выделяют четкое осознание единства целей, четкое разграничение функций сотрудничающих сторон, взаимную помощь в реализации поставленных задач, взаимное делегирование полномочий [1].

Принцип культуросообразности предусматривает максимальное использование в педагогическом процессе культуры той среды, в которой находится конкретное учебное заведение, понимание того, что воспитание полноценной личности в физическом, психическом и духовно-нравственном плане и обучение здоровому образу жизни являются составной частью культуры общества.

Сегодня в образовательных учреждениях программы здоровьесбережения реализуются не в полной мере. Здесь можно выделить целый ряд проблем.

Главная проблема состоит в том, что большая часть общества сегодня проявляет валеологическую безграмотность и не готова к формированию социального и индивидуального здоровья. Учитывая то, что здравоохранение – это прежде всего ответственность людей за свое здоровье, повышение осведомленности и заинтересованности населения в вопросах здоровья становится жизненно важной задачей. В материалах отчета Всемирной организации здравоохранения указывается, что для решения этого вопроса необходима масштабная, интенсивная и непрерывная кампания, поощряющая здоровый образ жизни. Успех этой кампании немислим без объединения усилий различных социальных институтов, семьи, школы, вуза, медицинских учреждений, без усилий государства и международного сотрудничества [2].

Вторая проблема заключается в недостаточной подготовленности преподавательских кадров к осуществлению ими педагогической деятельности, направленной на поддержание и укрепление здоровья обучающихся. Решение поставленных задач по здоровьесбережению необходимо начинать с обучения преподавателей, так как именно они в педагогической валеологии играют главную социальную роль. Педагоги должны взять на себя обучение здоровью, формирование культуры здоровья, мотивации на здоровый образ жизни, вовлекать учащихся в процесс собственного здоровьестроительства. Для подготовки преподавателей к такой деятельности необходима организация семинаров по педагогической валеологии, включение вопросов по сохранению здоровья в программу повышения квалификации.

Третья важная проблема – это проблема мониторинга состояния здоровья обучаемых, его содержание, организация, технология проведения, принятия управленческих решений, осуществление коррекционного воздействия. Повышение качества здоровья подрастающего поколения возможно только при реализации мероприятий, основанных на изучении состояния здоровья и анализе динамики показателей здоровья и развития подростков. В основе системы мониторинга определяющее значение имеют данные профилактических медицинских осмотров, основной задачей которых является получение объективной и надежной информации о состоянии здоровья. В настоящее время отмечается низкая эффективность профилактических осмотров в учебных заведениях, что говорит о необходимости создания иной системы мониторинга.

На основе комплексного подхода к оценке состояния здоровья разрабатываются и внедряются медицинские компьютерные программы для контроля

за состоянием здоровья [5]. Большое внимание в этом направлении должно уделяться самостоятельной работе студентов – проведению на уроках валеологии самооценки состояния здоровья экспресс-методами. Нужно помнить, что правильно организованная самостоятельная работа студентов имеет огромное образовательное и воспитательное значение, повышает заинтересованность студентов в вопросах поддержания собственного здоровья.

Четвертая проблема заключается в отсутствии интеграции оздоровительной деятельности медицинских и педагогических работников. Врачи в большей степени занимаются лечебной работой и практически не уделяют времени профилактике и формированию у обучаемых личностных ориентаций и отношения к здоровью как к индивидуальной и общественной ценности. Воспитание позитивного для здоровья стиля поведения, вовлечение личности в процесс собственного здравостроительства являются задачами педагогов, которые чаще всего оказываются неготовыми к проведению такой деятельности [6]. Для эффективного решения проблемы необходимы создание в образовательных учреждениях центров охраны здоровья, организация целостной системы формирования здоровья личности.

Подводя итог вышесказанному, следует отметить, что реализация технологий здоровьесбережения требует системного подхода, интеграции усилий специалистов различного профиля, совместного разработки и внедрения здоровьесотворческой педагогики, включения личности в процесс собственного здравостроительства.

Библиографический список

1. *Белкин А. С., Жукова Н. К.* Виталенное образование: Голографический подход. Екатеринбург, 1999.
2. Глобальная политика индивидуального здоровья // *Экология и жизнь*. 2001. № 3.
3. *Голиков Н. А.* Валеологическая школа – полифункциональное образовательное учреждение // *Образование и наука*. 1999. № 1.
4. *Кучма В. Р. и др.* Проблемы формирования здорового образа жизни у учащихся в образовательных учреждениях // *Гигиена и санитария*. 2000. № 3.
5. *Ляхович А. В., Лозовская А. С.* Методика разработки обучающих компьютерных программ с тестированием знаний для молодежи по проблемам здорового образа жизни // *Профилактика заболеваний и укрепление здоровья*. 2001. № 4.
6. *Найн А. А., Сериков С. Г.* Проблема здоровья участников образовательного процесса // *Педагогика*. 1998. № 6.
7. *Резер Т. М.* Системный подход в организации здоровьесберегающих технологий в образовательных учреждениях // *Образование и наука*. 2002. № 1.