

2. Зеер Э. Ф. Методологические ориентиры развития транспрофессионализма педагогов профессионального образования / Э. Ф. Зеер, Э. Э. Сыманюк // Образование и наука. 2017. № 19 (8). С. 9–28.
3. Кислов А. Г. От опережающего к транспрофессиональному образованию / А. Г. Кислов // Образование и наука. 2018. Том 20. № 1. С. 54–74.
4. Константинов Г. В. Университеты, общество знания и парадоксы образования / Г. В. Константинов, С. Р. Филонович // Вопросы образования. 2005. № 4. С. 106–125.
5. Никулина М. А. Полипрофессионализм как тенденция развития современной социальной работы [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://docplayer.ru/67363402-Poliprofessionalizm-kak-tendenciya-razvitiya-sovremennoy-socialnoy-raboty.html>.
6. Социология. Энциклопедия. [Электронный ресурс]. Режим доступа: https://sociology_encyclopedia.academic.ru/858/.
7. Ялалов Ф. Г. Профессиональная многомерность / Ф. Г. Ялалов. Казань : Центр инновационных технологий, 2013. 180 с.
8. Harden R. M. Effective multiprofessional education: A three dimensional perspective / R. M. Harden // Medical Teacher. 1998. № 20. P. 409–416.
9. Horsburgh M. Multiprofessional learning: the attitudes of medical, nursing and pharmacy students to shared learning / M. Horsburgh, R. Ladmin, E. Williamson // Blackwell Science Ltd Medical education. 2001. № 35 (9). P. 876–883.
10. Sorokin P. A. Social and Cultural Mo-bility [Электронный ресурс] / P. A. Sorokin. Режим доступа: <http://goo.gl/fZ4JsT>.

УДК [377.8:377.034]+[377.138.8:61]

Н. Л. Голубева
N. L. Golubeva
ГБПОУ СО «Алапаевский
профессионально-педагогический колледж», Алапаевск
Alapaevsk vocational pedagogical college, Alapaevsk
golub-nelli@mail.ru

РОЛЬ ЛАБОРАТОРНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИОЛОГИИ В СТАНОВЛЕНИИ ВНУТРЕННЕЙ ПРАВСТВЕННОЙ ПОЗИЦИИ СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ

THE FORMATION OF HEALTHY WEY OF LIFE'S VIEWS THROUGH THE PRACTICAL STUDIES OF OWN PHYSICAL ABILITY AND HEALTH RESOURCES

Аннотация. В статье рассматривается проблема формирования такой нравственной категории, как ценностное отношение к здоровью: своему и будущих воспитанников – студентов, обучающихся на педагогических специальностях. Автор делится опытом формирования внутренней нравственной позиции у студентов по сохранению и бережливому отношению к своему здоровью и здоровью будущих воспитанников на лабораторных занятиях по дисциплинам медико-биологической направленности.

Abstract. The author presents her experience of the formation of students' views et healthy way of life during the medical – biological disciplines classes.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, ресурсы здоровья, коррекция.

Key words: healthy way of life, health resources, correction.

Самообразование и самовоспитание – это такая нравственная категория, которая требует от человека постоянного труда над самим собой, присутствия развитой силы воли. Человеку свойственно лениться, и, борьба с

собственной стагнацией в развитии требует ежедневного усилия над собой. Наша задача, задача педагогов, воспитывающих будущих учителей, тренеров – заложить основы, развивать желание развиваться [2]. В арсенале педагогов достаточно много технологий и методов, способствующих решению этой задачи. Природа позаботилась о человеке, его ресурсах здоровья, снабдив от рождения способностью к саморегуляции и поддержанию жизни. Дальше всё будет зависеть от того, как человек распорядится этим природным даром и конечно от того, в каких условиях будет им распоряжаться, то есть от образа жизни.

В колледже на специальностях педагогического профиля реализуются дисциплины медико-биологической направленности: «Основы здорового образа жизни», «Основы медицинских знаний», «Анатомия» и «Физиология» в рамках основных профессиональных образовательных программ «Физическая культура» и «Профессиональное обучение». В процессе своей работы постоянно обращаю внимание студентов на то, что педагог должен быть носителем, транслятором системы общечеловеческих ценностей, в частности здорового образа жизни. Мир живёт в эпоху больших скоростей, и система ценностей меняется очень быстро. Золото, нефть падают или резко растут в цене на мировом рынке, и только один показатель стабильно держится на самой верхней точке всемирной системы ценностей – благополучие здорового человека.

Для того чтобы выпускник сам стал носителем культуры здорового образа жизни, соответствовал ей в жизни, надо, чтобы знания о составляющих здоровья, об аспектах здорового образа жизни стали его собственными [1; 3]. Надо сделать так, чтобы информация о явлениях, событиях, закономерностях стали его приобретением, достоянием. Особенностью реализации основных профессиональных образовательных программ педагогического профиля является то, что всё это может быть достигнуто, по нашему мнению, на практических и лабораторных занятиях по исследованию собственного здоровья и его ресурсов. По специальности «Физическая культура» в моих дисциплинах практико-ориентированность учебной нагрузки составляет до восьмидесяти процентов. Проведение лабораторных и практических занятий необходимо для лучшего понимания, более глубокого осмысления и прочного усвоения материала, даваемого в теоретическом курсе.

Особенностью моих занятий является то, что проведение практических работ не требует специального, дорогостоящего оборудования. В то же время с помощью простых по выполнению, общедоступных методик можно получить важную практическую информацию об основных показателях организма. Когда мы говорим об абстрактных понятиях: адаптация, реабилитация, стрессоустойчивость и тому подобное, в основном эта информация проходит бесследно, мимо. Но когда студенты с помощью простейших средств: таза с холодной водой и секундомера могут доказать сами себе на опыте, что тренированные люди легче, без особых потрясений организма выносят какие-либо негативные воздействия окружающей среды, то эти понятия из разряда абстрактных переходят в разряд доступных их пониманию, осяза-

емых, ощущаемых. В преподавании своих дисциплин я стараюсь определённый объём теоретического материала закрепить соответствующим лабораторным и практическим занятием. Почти по всем темам в методической литературе можно найти нужные рекомендации к лабораторным и практическим занятиям.



На фотографиях можно увидеть фрагменты практических и лабораторных работ, осуществляемых студентами. Все задания и упражнения направлены на исследование собственного физического состояния и своих ресурсов здоровья. Это делается сознательно. Только с самоисследования и самопознания можно начинать формировать взгляды ЗОЖ. В каждой группе есть студенты, активно занимающиеся спортом, внимательно относящиеся к своему здоровью – 2 раза в году принимают курс оздоровительных процедур. Также есть студенты, ведущие диаметрально противоположный, вредный их здоровью образ жизни. Количество студентов ведущих «положительный» и «отрицательный» образ жизни примерно одинаково. Исследование студентами собственного физического состояния и своих ресурсов здоровья, ведущих разный образ жизни, является доказательством постулатов здорового образа жизни.

Разнополярность показателей здоровья студентов этих категорий после различных экспериментов убеждает даже самых скептически настроенных будущих педагогов. Исходя из проведённых практических работ, некоторые студенты смогли составить индивидуальный план тренировок и соотносить свои энергозатраты с суточным пищевым рационом, то есть откорректировать питание. Таким образом, если сформируются те или иные взгляды и убеждения практическим методом у моих студентов, то в будущем молодой педагог сумеет донести свою нравственную позицию до своих учеников и воспитанников.

Список литературы

1. *Третьякова Н. В.* Процессный подход к управлению качеством здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения: монография / Н. В. Третьякова; науч. ред. В. А. Федоров. Екатеринбург: Изд-во Рос. гос. проф.-пед. ун-та, 2018. 166 с.
2. *Югова Е. А.* Педагогическая репликация как механизм трансформации знаний о здоровом образе жизни в личностные смыслы / Е. А. Югова // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2016. № 1 (131). С. 302-306.
3. *Югова Е. А.* Критерии и показатели оценки здоровьесберегающей компетентности студентов / Э. Ф. Зеер, Е. А. Югова // Педагогическое образование в России. 2014. № 10. С. 78-82.