

Библиографический список

1. *Купер К.* Аэробика для хорошего настроения. – М., 1989. – 224 с.
2. *Лещук В.А., Мосткова Е.В.* Технология повышения личного здоровья / Под редакцией В.И. Покровского. – М.: Медицина, 1999. – 320 с.
3. *Ware J.E.* The status of health assessment 1994 // *Ann. Rev. Public Health.* – 1995. – Vol.16. – P.327 – 354.
4. *Kennedy E.T. et al.* The Healthy Eating Index: design and applications // *J. Amer. Diet. Assoc.* – 1995. – Vol.95. – P.1103 – 1108.

Сурнина О.Е., Мейерович А.Ю.
(РГПШУ, г. Екатеринбург)

ОБЩИЕ АСПЕКТЫ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО
СОПРОВОЖДЕНИЯ ЗДОРОВЬЕФОРМИРОВАНИЯ В
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

Выдвижение проблемы здоровья в число приоритетных задач общественного развития обуславливает актуальность теоретической и практической её разработки.

В последнее время в системе образования России складывается особая культура поддержки и помощи ребенку в учебно-воспитательном процессе – психолого-педагогическое сопровождение. Поскольку одним из направлений развития российского образования провозглашено здоровьесбережение человека, то психолого-педагогическое сопровождение, как метод, детерминирующий данный процесс, является одним из условий оптимизации образовательных программ.

В определении понятия «здоровье» у представителей различных наук отсутствует единая точка зрения. Одни авторы рассматривают его как состояние, другие как динамический процесс. Последнее позволяет обеспечить процесс здоровьесформирования, основной целью которого является переход человека на более высокую ступень здоровья (В.В. Колбанов, 1998; Л.Г. Татарникова, 1995; А.Г. Щедрина, 1989).

Анализ научной литературы показал, что под здоровьесформированием исследователи понимают процесс создания гармоничной психосоматической системы (В.В. Колбанов, 2001; Г.К. Зайцев, 2001). По мнению В.И. Гувакова, феномен здоровьесформирования – это опосредованное становление бытия для субъекта (В.И. Гуваков, 1991).

В данной работе процесс здоровьесформирования понимается как процесс постоянного направления соматического и психического развития человека. Ос-

новой функцией данного процесса является становление и развитие субъекта здоровья в качестве субъекта деятельности. В образовательных учреждениях данный процесс представляется как помощь человеку в приобретении необходимой мотивации, основанной на индивидуальных потребностях и предоставлении свободы выбора.

Анализ психолого-педагогической литературы свидетельствует о том, что проблема психолого-педагогического сопровождения здоровьесформирования в отечественных образовательных учреждениях является малоизученной. В настоящее время осуществляются попытки внедрения в практику образования различных моделей психологической службы, занимающейся психолого-педагогическим сопровождением и ориентированных на конкретные или специфические условия. Сегодня обосновывается необходимость внедрения различных моделей, которые, как правило, представлены на уровне технологии для образования в целом или конкретных условий развития ребенка. Мы считаем, что система психолого-педагогического сопровождения здоровьесформирования может эффективно функционировать в том случае, если им занимается психологическая служба, созданная как подразделение образовательного учреждения.

В Концепции психолого-педагогического сопровождения, принятой министерством Образования России, подчеркивается необходимость сохранения и укрепления здоровья детей. В этой ситуации особую актуальность приобретает разработка и реализация модели психолого-педагогического сопровождения здоровьесформирования в образовательных учреждениях. При этом необходимо учитывать тот факт, что психолого-педагогическое сопровождение здоровьесформирования в образовательных учреждениях – развивающийся во времени процесс, в результате которого происходят качественные изменения человека. Этот процесс характеризуется как основополагающими преобразованиями в целом, так и проявлением новых свойств и характеристик воспитания и обучения.

При определении понятия «психолого-педагогическое сопровождение» мы придерживались подхода Н.С. Глуханюк, определяющей психолого-педагогическое сопровождение как специфическую психотехнологию. Автор рассматривает данное понятие как метод, обеспечивающий создание условий для принятия субъектом развития оптимальных решений в различных ситуациях жизненного выбора. При этом под субъектом развития понимается как развивающийся человек, так и образовательная среда. Ситуации жизненного выбора – это множественные проблемные ситуации, при разрешении которых субъект определяет для себя путь прогрессивного или регрессивного развития. Основанием для разработки средств и методов психолого-

педагогического сопровождения являются законы и механизмы формирования личности, закономерности её саморазвития в условиях специально-организованной среды.

Основными способами реализации модели сопровождения здоровьесформирования являются мониторинг состояния здоровья субъектов образовательного процесса как информационное обеспечение и валеологическое образование как поддерживающая среда.

Понятие «мониторинг» используют многие науки, раскрывая его специфику в конкретной области научного знания (Белкин А.С.; Строкова Т.А.; Миронова С.П., 2003), но до настоящего времени проблема организации комплексных мониторинговых обследований состояния здоровья участников образовательного процесса не рассматривалась. В доступных нам литературных источниках рассматривались мониторинговые исследования либо физического (Антропова М. В., Манке Г. Г., Кузнецова Л. М., Бородкина Г. В.), либо психического здоровья (Зелинская Д.И, Ключева Т.Н., Мышкина М.С., Пахальян В.Э.). Поскольку мы рассматриваем здоровье человека как комплексное образование, то представляется целесообразным организация комплексного обследования как психического, так и физического состояния здоровья субъектов образовательного процесса в режиме мониторинга. Под мониторингом состояния здоровья участников образовательного процесса понимается система мероприятий по непрерывному наблюдению, сбору, обработке, систематизации, хранению, последующему анализу, распространению в виде отчетов информации о состоянии здоровья участников образовательного процесса.

Под валеологическим образованием мы понимаем систему поиска путей и способов формирования индивидуального здоровья. Необходимо способствовать самостоятельной выработке убеждений обучающихся на основе обретаемых знаний и опыта. Благодаря убеждениям создается устойчивая мотивация здорового образа жизни и самоконтролируемая активность в создании своего здоровья. Целью валеологического образования является разработка технологий «первичного конструирования», формирования здоровья и расширения резервных возможностей организма. Необходимо отметить, что в наибольшей степени повышению уровня индивидуального здоровья способствует образ жизни, осознано выбранный, наиболее адекватный индивидуальной конституции. Необходимо отметить, что данная категория относится к области профессиональных интересов педагогов.

В перспективе планируется изучение показателей и методов здоровьесформирования в нормативном образовательном процессе, разработка программы исследования здоровьесформирования как целевой установки образо-

вания и возможности её реализации в современном образовательном учреждении.

Томилова С.В. (УГТУ–УПИ, г. Екатеринбург)

СОЦИАЛЬНО-ЭКОНОМИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ФИТНЕСА В ГОРОДЕ ЕКАТЕРИНБУРГЕ

Рыночные преобразования в нашей стране, современные социальные реалии, общество, ускоренный ритм жизни, повышенные психические нагрузки объективно требуют от современного человека способности активно развивать духовные и физические качества личности, значительных усилий по увеличению уровня здоровья, выдвигают идею самостоятельного, личностного, деятельного начала в его укреплении. Поэтому основным условием реализуемости и успеха личности в обществе, противостояния переменам, вызванным современным техническим прогрессом и малоподвижным образом жизни, является его здоровье, обязательное включение в свой повседневный образ жизни физических упражнений.

Уровень здоровья человека настолько же важен, как его специальная подготовка и профессиональные качества, так, например, низкий уровень здоровья населения и особенно женщин создает негативное давление на человеческую общность: увеличиваются прямые затраты общества на здравоохранение, просвещение, социальное страхование (А.М. Алексеев, В.Я. Алексеев, Е.В. Кузьмичева, 1986). В ряде исследований, посвященных проблеме физического воспитания учащихся, отмечено, что в целом по стране сложилась неблагоприятная ситуация с состоянием здоровья, как минимум наполовину, зависящим от образа жизни, то есть от поведения и привычек, молодежи практически по всем его составляющим (Ю.Н. Моргалев, 1996; О.Г. Чароян, 1996 и др.). Несмотря на достаточную разработку вопросов (В.И. Белов, 1996; Б.М. Генкин, 1997 и др.), посвященных социально-экономическим проблемам адаптации человека к воздействию неблагоприятных факторов среды, к различным производственным условиям, ряд важных разделов обоснования эффективного управления потенциалом здоровья в процессе занятий студентами фитнесом остается недостаточно разработанными. У физически более тренированных учащихся наблюдается повышение уровня физического развития и сопротивляемости организма. Наиболее приемлемым для нашего исследования является определение «здоровья», данное Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ): здоровье – это психофизическое состояние человека, которое характеризуется отсутствием патологи-