

## Список литературы

1. Артемьева Л. О. 2009. Здоровьесберегающие технологии комплексного сопровождения детей, оставшихся без попечения родителей // Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе: проблемы и перспективы / Под ред. Л. О. Артемьевой. – Пенза: АНОО Приволжский Дом знаний.
2. Борозенцева Л. А. 2008. Здоровьесберегающие технологии в условиях современной российской образовательной системы // Высшее образование: опыт, проблемы, перспективы / Под ред. А. П. Гаевой, С. Н. Жирякова, В. М. Полякова. – Белгород: ГОУ ВПО Белгородский государственный технологический университет им. Шухова В. Г.
3. Борщёва И. В. 2007. Психологические проблемы здоровьесбережения студентов СГА // Здоровьесберегающие образовательные технологии: материалы междисциплинарной научно-практической конференции / Отв. ред. Е. В. Усова. – М.: СГА.
4. Гримблант С. О., Зайцев В. П., Крамской С. И. 2005. Здоровьесберегающие технологии в подготовке специалистов. – Харьков: Коллогиум.
5. Жарова А. В. 2006. Формирование здоровья студентов вузов. – Красноярск: СибГУ.
6. Медик В. А., Осипов А. М. 2003. Университетское студенчество: образ жизни и здоровье. – М.: Логос.
7. Смирнов Н. К. 2006. Здоровьесберегающие технологии и психологическое здоровье. – М.: Аркти.
8. Степанова Г. А., Булатова Г. А., Гимазов Р. М. 2006. Здоровьесберегающие основы образовательного процесса учащихся и студентов. – Сургут: РИО СурГПУ.
9. Шахова А. В., Чельшева Т. В., Хасанова Н. И. 2008. Здоровьесберегающий потенциал образования. – Майкоп: ООО Аякс.

## **ПРИНЦИПЫ СТАНОВЛЕНИЯ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ**

**Подоксенова О.В, Ханевская Г.В.**

Российский государственный профессионально-педагогический университет,  
г. Екатеринбург, Россия

В условиях современного индустриального общества по-настоящему здоровым может быть только тот человек, который обладает определенным уровнем культуры здоровья. На наш взгляд, только в этом случае он может успешно управлять своим поведением, психическим состоянием, осуществлять

профилактику возможных заболеваний, оптимально планировать режим труда и отдыха, поддерживать жизненный тонус, сохранять хорошую физическую форму, уметь рационально организовать свой досуг, противостоять вредным привычкам, снижать воздействие на организм неблагоприятных внешних факторов. Личности современного молодого человека, которая определяет степень жизнеспособности, устойчивости организма, есть возможность самореализации и самосовершенствования индивида в различных жизненных направлениях (социальном, профессиональном и т.д.).

При разработке проблемы становления культуры здоровья молодого человека, мы сталкиваемся с необходимостью разработки новых инновационных подходов в условиях образовательного процесса в современном вузе. В частности, перед нами возникает исследовательская задача формирования основных компонентов культуры здоровья студентов, воспитания у них отношения к своему здоровью как к высшей духовной, психической и физической ценности. В качестве обобщенной основы решения этой проблемы, как нам представляется, должен быть использован культурологический подход, который является системообразующим, объединяющим все прочие подходы в методологическом плане. Культурологический подход обеспечивает рассмотрение культуры здоровья на широком общекультурном фоне образовательного социума, предполагая взаимосвязь всех компонентов культуры личности, обеспечивая полноценный процесс развития ее интеллектуальной, нравственной, психической, физической, эстетической и других сторон развития на основе освоения ценностей культуры. Кроме того, культурологический подход является приоритетным в понимании индивидуального здоровья человека как интегрального состояния его целостного организма, отражающего уровень культуры отношений к себе и окружающему миру во всем многообразии его проявлений (Орехова Т. Ф.).

Мы считаем целесообразным в качестве сопутствующего культурологическому подходу в решении рассматриваемой проблемы

использовать гуманно ориентированный подход, который вытекает из положений теории гуманно ориентированного (лично ориентированного) образования (Амонашвили Ш.А., Бондаревская Е.В., Сериков В.В., Якиманская И.С. и др.).

Процесс становления культуры здоровья студентов во многом, на наш взгляд, определяется уровнем сформированности у будущего специалиста системы гуманистических ценностей и ориентации. Таким образом, в современной системе воспитания студента мы должны руководствоваться и аксиологическим подходом, который неразрывно связан с двумя вышеназванными. Кроме того, в нашем исследовании была поставлена задача разработки и обоснования основных принципов становления культуры здоровья студентов в условиях физического воспитания в вузе. Принципы в педагогике выступают как исходное положение.

Традиционно все многообразие принципов физической культуры, отражающее закономерности обучения, воспитания и развития, классифицируются на три основных группы общих социальных, обще методических и специфических принципов физического воспитания. Мы попытались из всего известного перечня принципов выделить основные, реализация которых позволит сделать процесс становления культуры здоровья студентов достаточно эффективным.

Системообразующим принципом является принцип аксиологизации физического воспитания, предполагающий приобщение студентов к ценностям физической культуры и здорового образа жизни в процессе их физического воспитания в вузе.

Принцип оздоровительной направленности занятий физической культурой отражает социальную заинтересованность и потребность в сохранении и укреплении здоровья граждан – главной ценности любого общества.

Принцип вариативности и многообразия средств физического воспитания непрерывно связан с принципом индивидуализации и дифференциации,

которые создают условия для проявления способностей человека в избранных им формах физкультурно-спортивной деятельности, организуемой с учетом состояния здоровья занимающихся, их ценностных ориентаций и физкультурных интересов, что предполагает дифференциацию учебных заданий и способов их выполнения согласно индивидуальным особенностям студентов.

Таким образом, возникает необходимость в использовании средств осуществления процесса формирования культуры здоровья, дающих возможность оперативного реагирования на те или иные непредвиденные ситуации с целью обеспечения решения образовательных задач и сохранения здоровья занимающихся. Поэтому становится нецелесообразным ограничиваться ранее спроектированными алгоритмами. Важно иметь в виду и такие ситуации, в которых возникает необходимость достраивания соответствующих технологий непосредственно по ходу процесса физического воспитания. В связи с этим, возникает необходимость реализации принципа антропосинергизма, что предполагает осуществление объединения деятельности каждого участника процесса физического воспитания с деятельностью партнеров, в результате которого возникает взаимодействие, а также с внешними условиями и факторами образовательного пространства.

В случае наличия разработанных педагогических технологий у занимающихся физической культурой в условиях вуза возникает возможность выбора, который осуществляется на основе принципа демократизма. Причем в рассматриваемые варианты имеет смысл закладывать лишь общий подход к реализации образовательного процесса, дальнейшее же его выстраивание предполагает непосредственно в ходе осуществления взаимодействий между педагогами физической культуры и воспитанниками на основе адаптации используемых средств к текущим проявлениям тех или иных особенностей занимающихся.

Последовательная реализация вышеназванных принципов в процессе физического воспитания в вузе предоставляет возможность достижения

гармоничного духовного, интеллектуального, эстетического и телесного развития и эффективного становления культуры здоровья и здорового образа жизни.

При этом важнейшей функцией системы физического воспитания в направлении культуры здоровья является стимулирование процесса самосовершенствования человека средствами физической культуры, когда студент на всех этапах образовательного процесса выступает как самоорганизующийся субъект учебной и здоровьесберегающей деятельности.

#### Список литературы

1. Абзалов Р.А. Физическое образование или образование по физической культуре / Р.А. Абзалов // Теория и практика физической культуры. —2002.- №3.-С. 25-26.
2. Абзалов Р.А. Теория физической культуры: (Курс лекций) / Р.А. Абзалов. Казань: Матбугат йорты, 2002. - 206 с.
3. Абзалов Р.А. Размышление о физкультурологии / Р.А. Абзалов // Теория и практика физической культуры. 1999. - № 8. — С. 11-13.
4. Августова Л.И. Психология здоровья: Учебник для вузов / Л.И. Августова, В.А. Ананьев, Д.Н. Давиденко, Г.С. Никифоров / Под ред. Г.С. Никифорова. СПб.; М.; Киев.: «Питер», 2003, 2006. - 606 с.

### **ФОРМИРОВАНИЕ ПОТРЕБНОСТИ В ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ У СТУДЕНТОВ УНИВЕРСИТЕТА**

**Полужктова Ж.А. , Ханевская Г.В.**

Российский государственный профессионально-педагогический университет,  
г. Екатеринбург, Россия

Смещение целей образования на рубеже веков связывают с изменением качества личности человека. Приоритетным становится формирование гармоничной, свободной и конкурентоспособной личности, что ведет к приобщению молодежи к фундаментальным культурным ценностям, среди которых особое место занимает физическая культура. В связи с этим важнейшим фактором является качество образования. Обновление и