Назарова И., Веденина О.А.

Российский государственный профессионально-педагогический университет
г. Екатеринбург, Россия

ТЕХНОЛОГИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО МОНИТОРИНГА УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО- ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВУЗА

Аннотация. Данная статья направлена на раскрытие понятия педагогического мониторинга и на анализ методов, используемых в процессе указанного мониторинга. Особое внимание в статье уделяется методам, применяемым для мониторинга физического здоровья студентов в образовательном процессе высшего учебного заведения.

Ключевые слова: мониторинг, здоровье, студенты

Социально-экономические изменения в российском обществе оказывают влияние на требования, предъявляемые к современному вузу. В настоящее время перед высшим учебным заведением стоит задача подготовки выпускника не только обладающего высоким культурным уровнем и профессиональной компетентностью, но и хорошим здоровьем. В этих условиях проблема построения учебного процесса на принципах здоровьесформирования имеет огромное значение, так как обеспечивает установление гармонии между обучением и здоровьем будущего специалиста. Следовательно, возрастает роль физического воспитания в вузах, а это означает необходимость следить за качеством проведения занятий физической культуры, в том числе и за физическим здоровьем студентов. Одним из способов, помогающих решить данную задачу, является мониторинг, тем более что в последние годы мониторинговая деятельность как вид деятельности перестала быть прерогативой технических сфер и активно внедряется в педагогическую сферу.

Для начала необходимо разобраться, что же собой представляет «педагогический мониторинг».

Одним из наиболее общих определений педагогического мониторинга является определение, предложенное А.Н. Майоровым. По его

мнению, мониторинг в образовании – это «система сбора, обработки, хранения и распространения информации об образовательной системе или отдельных ее элементах, ориентированная на информационное обеспечение управления, позволяющая судить о состоянии объекта в любой момент времени и дающая прогноз его развития» [1, с. 85].

К числу основных методов, которые можно эффективно использовать в процессе разработки технологий педагогического мониторинга, относят следующие эмпирические и теоретические методы:

- наблюдение;
- опрос (интервью, анкетирование);
- беседа;
- естественный и диагностический эксперименты;
- моделирование [3, с. 266].

Алгоритм педагогического мониторинга должен состоять из двух периодов.

Первый период - опытно-поисковый. Основной его целью является теоретическое обоснование, практическая реализация и доказательство педагогической значимости или эффективности основных мониторинговых процедур. Опытно-поисковый компонент, как правило, включает следующие этапы: подготовительный, адаптационный, исходно-диагностический, содержательно-технологический, итогово-диагностический.

Второй период - конструктивно-организационный. Цель этого периода обеспечить реализацию педагогически значимых и эффективных мониторинговых процедур в практике образовательной деятельности вуза.

Он состоит из следующих этапов:

- нормативного;
- организационного;
- научно-методического.

В ходе нормативного этапа разрабатываются положения и инструкции по реализации технологии педагогического мониторинга в образовательном процессе [3, с. 267].

Итак, для мониторинга физического здоровья студентов в образовательном процессе ВУЗа, на наш взгляд, будет наиболее эффективным использование следующих методов: наблюдение, опрос и диагностический эксперимент.

Анкетирование отражает самооценку студентом своего самочувствия, что является одним из важных критериев оценки его физического состояния. При анкетировании студентам могут быть заданы следующие вопросы с вариантами ответов:

1. Оцените качество еды, которую вы употребляете:

А) разнообразная пища, не являющаяся фастфудом, содержит сбалансированное количество калорий;

Б) разнообразная пища, иногда фастфуд, содержит количество калорий в норме;

В) однообразная пища, фастфуд, меньшее или большее количество калорий, чем необходимо.

2. Оцените количество еды, которую вы получаете в течение дня:

А) достаточное количество, нормальное самочувствие до и после еды;

Б) меньше необходимого, присутствует чувство голода;

В) больше необходимого, случаются переедания.

3. Оцените продолжительность сна ночью:

А) 6-9 часов;

Б) более 9 часов;

В) менее 6 часов.

4. Как часто вы занимаетесь физической культурой:

А) от 3 раз в неделю;

Б) 1-2 раза в неделю;

В) не занимаюсь совсем.

5. Как часто вы употребляете алкоголь или курите:

А) никогда;

Б) несколько раз в месяц;

В) чаще одного раза в месяц

6. Сколько раз вы болели за последний семестр:

А) 0-1 раз;

Б) 2 раза;

В) 3 и более раз.

7. Насколько соответствует ваш рост и вес норме:

- А) соответствует полностью;
- Б) небольшие отклонения от нормы;
- В) не соответствует.

8. Как изменилось ваше физическое состояние после последнего опроса:

- А) улучшилось;
- Б) не изменилось;
- В) ухудшилось.

9. Как вы оцениваете объем нагрузки на уроках физической культуры:

- А) оптимальная нагрузка;
- Б) меньше возможного;
- В) больше возможного.

10. Как в целом вы бы могли оценить ваше физическое состояние на данный момент:

- А) хорошо себя чувствую;
- Б) нормально себя чувствую, но периодически что-нибудь беспокоит;
- В) плохо себя чувствую.

Педагогом разрабатывается шкала оценивания ответов по данной анкете, и за ответы начисляются баллы, к примеру: за ответ А) – 3 балла, Б) – 2 балла, В) – 1 балл.

Данный опрос целесообразно проводить 1 раз в конце каждого семестра, так можно оценить физическое состояние студентов после завершения учебной нагрузки, и, при необходимости, в следующем семестре скорректировать учебную программу.

Следующий метод мониторинга – наблюдение – может заключаться в оценке преподавателем следующих фактов:

1. все ли упражнения выполняет студент;
2. в заданном ли темпе выполняются упражнения;
3. не выглядит ли студент уставшим в течение занятия
4. нет ли жалоб на здоровье в течение занятия.

Метод эксперимента может заключаться в использовании различных методик измерения, например:

1. Определение физической работоспособности при помощи пробы Руффье;
2. Определение уровня физического состояния по Е.А. Пироговой;
3. Оценка уровня физического состояния по С.А. Душанину;
4. Показатели уровня личностной тревожности Спилбергера-Ханина;
5. 12-минутный тест по Куперу.

Данный список методов не является исчерпывающим.

Анализ показателей, которые будут выявлены в результате мониторинга, позволит внести необходимые коррективы в организацию здоровьесберегающей деятельности по улучшению общего состояния физического здоровья, повышению физической активности, физической подготовленности и работоспособности будущих специалистов.

Библиографический список

1. Майоров А.Н. Мониторинг в образовании. Книга 1. СПб.: Изд-во «Образование – культура», 1998. 344 с.
2. Карпова Г.А., Силина С.Н. Педагогический потенциал психолого-педагогического мониторинга в образовательном учреждении // Психолого-педагогические проблемы социализации личности. – Шадринск: Изд-во Шадринского пединститута, 1997. С. 197-201.
3. Коваленко И.В. Педагогический мониторинг как средство управления качеством образования // Известия Тульского государственного университета. Гуманитарные науки, 2012. С. 262-271.
4. Мельникова О.А., Шевелева И.Н. Мониторинг показателей здоровья, адаптации, работоспособности у студентов в образовательном процессе по физическому воспитанию // Вестник Нижневартовского государственного университета, 2017. С. 99-105.