

Физкультурное образование рассматривается и как специализированный процесс обучения, воспитания и развития личности при направленном использовании ценностей физической культуры.

Цель физкультурного образования – формирование физической культуры личности и ее составляющих.

Объект физкультурного образования – компоненты физической культуры.

Предмет физкультурного образования – преобразование биосоциальной природы личности.

М. Б. Гуляева

*Реда*

## **СОХРАНЕНИЕ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ**

В последние годы стало широко употребляться словосочетание «психологическое сопровождение». Главная идея состоит в том, что взрослые должны не ограждать ребенка от трудностей и проблем, а создавать для него условия, помогающие ему осознанно и самостоятельно сделать выбор. Ведь сопровождать – значит идти рядом с кем-то, а не вместо кого-то. Ребенок может обратиться за помощью, но выполнять что-то за него никто не станет. Однако, чтобы ребенок мог совершить свой выбор, он должен обладать внутренним потенциалом, быть здоровым физически и психически.

Развивающийся человек, познавая и осваивая окружающий мир, но еще не обладая достаточным опытом, непременно будет сталкиваться с чем-то новым, неизвестным, неожиданным для себя. То, что для взрослого является привычным и естественным, для ребенка может быть трудным и сложным. Любая трудная ситуация приводит к нарушению деятельности, сложившихся отношений, порождает отрицательные эмоции и переживания, вызывает дискомфорт. Поэтому именно своевременная помощь взрослого может помочь ребенку в преодолении возникших трудностей, важно иметь совместное психолого-медико-педагогическое сопровождение ребенка в образовательном процессе.

На уровне любого образовательного учреждения проблема сохранения здоровья обучающихся может решаться только с помощью осуществления межотраслевой интеграции педагогики, психологии, медицины.

Психолого-педагогическая работа по предупреждению психических расстройств, стрессов, школьных неврозов, распространения наркомании и алкоголизма в образовательном учреждении будет иметь положительный результат при интегративном профессиональном взаимодействии педагога, медика, психолога. Всем специалистам, работающим с подрастающим поколением, необ-

ходимо помнить, что психическое нездоровье – это внутренний разлад, возникающий как следствие конфликта между индивидом и его окружением, это неспособность устанавливать конструктивные межличностные отношения.

Конечным результатом обучения должны стать не только уровень образованности выпускника, но и сохранение его физического и психического здоровья, развитие личности.

Психическое здоровье позволяет сделать процесс развития внутреннего мира человека гармоничным. Если человек находится в согласии с самим собой, себя принимает, понимает, любит, анализирует свои поступки, улучшаются его взаимодействия с окружающими людьми, а адаптация в социуме происходит легче и быстрее.

О. Б. Дворникова  
*Красноуфимск*

## **ФОРМИРОВАНИЕ ЗДРАВСТВЕННОЙ КОМПЕТЕНЦИИ СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОЛЛЕДЖА В ПРОЦЕССЕ УИРС**

Одним из приоритетных направлений на современном этапе развития науки в области физической культуры является разработка теоретико-методологических основ формирования физической культуры личности и здорового образа жизни. В этой связи актуальным становится воспитание культуры здоровья у будущих педагогов, формирование у них навыков и умений организовывать и проводить учебно-исследовательскую деятельность по проблемам здоровья, здорового образа жизни, применять полученные знания для решения задач здравотворчества. К сожалению, школьные учителя недостаточно компетентны в вопросах проведения научно-исследовательской работы. Один из путей преодоления этого видится во включении будущих специалистов в реальную научно-образовательную практику, а также в формировании системно упорядоченных комплексов междисциплинарных знаний, тесно связанных с теоретическими, методическими, организационными основами здорового образа жизни. Но насколько выпускники колледжа готовы к решению данной проблемы?

Нами были опрошены выпускники последних трех лет (1998 г. – 50 чел., 1999 г. – 50 чел., 2000 г. – 80 чел.). Выяснилось, что большую часть знаний о здоровье, методах его сохранения и укрепления студенты получают при изучении дисциплин медико-биологического (65% студентов физкультурного отделения, 75% студентов отделения учителей основной школы, отделения начальных классов) и предметного (25% студентов физкультурного отделения) блоков, на занятиях физической культурой (15% студентов отделения учителей