

УДК 378.1

Сніжана РОЩІНА

м. Миколаїв

Roshchina11@gmail.com

ІННОВАЦІЙНІ ПІДХОДИ ЩОДО СТВОРЕННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧОГО ОСВІТНЬОГО ПРОСТОРУ ДЛЯ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОСТІ «СПОРТ» НУК ІМЕНІ АДМІРАЛА МАКАРОВА

У статті проаналізовані основні поняття здоров'язберігаючого середовища, визначено його сутність, розглянута проблема збереження та зміцнення здоров'я студентів, функції здоров'язберігаючого середовища, принципи та пріоритети здоров'язберігаючої діяльності

Ключові слова: біосоціальне здоров'я студента, здоровий спосіб життя, здоров'язберігаюче середовище, ВНЗ.

Формування нової ідеології та культури зміцнення здоров'я студентів постає як завдання, без вирішення якого суспільство може понести досить помітні й невідтворювані втрати людського потенціалу, що поза сумнівом, негативно позначиться на виробничій інфраструктурі, добробуті, якості життя та культурі. Аналіз цієї проблематики є актуальним і невідкладним завданням сучасної педагогічної думки і освітньої практики, тому що здоров'я належить до першочергових, непересічних цінностей людини. Збереження здоров'я, дотримання здорового способу життя вважається найбільш вагомою нормою загальної культури людини цивілізованого суспільства [3, 17].

Постановка проблеми – навантаження на студентську молодь збільшується, що призводить до фізичної та психічної хронічної втоми, а стресова ситуація є підґрунтям девіантної поведінки, тому, для формування здорового способу життя студентів ВНЗ є обов'язковим введення інноваційних напрямків навчання та відпочинку, фізичної та психічної реабілітації та ефективних здоров'язберігаючих технологій.

Мета – визначити основні закономірності моделювання соціально-педагогічних умов формування здоров'язберігаючого освітнього середовища вищого навчального закладу

Завдання:

1. Визначити сутність і значення понять «біосоціальне здоров'я студента», «здоров'язберігаюче середовище» у вищому навчальному закладі;
2. З'ясувати основні структурні компоненти здоров'язберігаючих технологій;
3. Досвід роботи НУК імені адмірала Макарова щодо формування здоров'язберігаючого освітнього середовища.

Проблема біосоціологічного здоров'я студентів залишається однією з найбільш актуальних проблем для держави. Про це свідчать закони та постанови, прийняті урядом: «Про затвердження Загальнодержавної програми «Здоров'я – 2020: український вимір», «Основи законодавства України про охорону здоров'я», Концепція загальнодержавної цільової соціальної програми «Здоров'я нації», Державна програма «Репродуктивне здоров'я нації на 2006–2015 рр.». У всіх цих документах наголошується на необхідність збереження та зміцнення здоров'я молоді.

Аналіз дослідження проблеми формування здоров'я на початку XXI століття засвідчує, що досить ґрунтовно вона вивчалася у педагогічній, медичній, культурологічній літературі. Сутність здоров'язберігаючих та здоров'яформуючих технологій виявлена в дослідженнях А. Мандюка [5]. Аналіз класифікацій існуючих здоров'язберігаючих технологій надано О. Ващенко [2]. Здоровий спосіб життя як комплекс оздоровчих заходів, спрямованих на зміцнення здоров'я людини, підвищення його працездатності, продовження творчого довголіття розглянуті в роботах Д. Сомова [7]. Ґрунтовними є наукові роботи Л. Дудорова, який зазначає, що навчально-виховний процес у ВНЗ, стосовно формування ЗСЖ у майбутніх фахівців, не має певної системи і наукового обґрунтування. Заходи, спрямовані на його формування, носять спонтанний, епізодичний, ситуативний характер. Обов'язкові навчальні заняття з фізичного виховання не орієнтують студентів на самовизначення в ЗСЖ, цілі занять часто не усвідомлюються студентами, мотивація на регулярні фізкультурно-оздоровчі заходи практично відсут-

ня. В освітньо-виховній роботі питання взаємозв'язку ЗСЖ з подальшою професійною діяльністю практично не розглядаються і не вирішуються. У двох третин опитаних студентів виявлено практично повну відсутність системи теоретичних знань і практичних вмінь з основ ЗСЖ. Зміст позаурочної фізкультурно-спортивної діяльності майбутніх фахівців не відповідає колективним і індивідуальним інтересам і запитам студентів, не враховуються їхні соціально-психологічні і типологічні особливості. Участь студентів у багатьох спортивно-масових заходах нерідко носить примусовий характер, що також не сприяє підвищенню мотивації в майбутніх фахівців до занять фізичними вправами [4, 17].

Основними структурними компонентами здоров'язберігаючих технологій є:

- аксіологічний – проявляється в усвідомленні студентами вищої цінності здоров'я, переконаності в необхідності вести здоровий спосіб життя;
- гносеологічний – пов'язаний із придбанням необхідних для збереження знань і умінь, пов'язаних з інтересом до питань власного здоров'я, до вивчення літератури по цій темі та різних методик оздоровлення і зміцнення організму;
- власне здоров'язберігаючий – включає в себе систему цінностей і установок, які формують потребу в підвищенні рухової активності, попередженні гіподинамії і придбанні гігієнічних навичок. Особлива роль відводиться фізкультурно-оздоровчій діяльності, дотримання режиму дня, якості харчування, чергуванню праці та відпочинку, що сприяє попередженню виникнення шкідливих звичок і різних захворювань;
- емоційно-вольовий – включає в себе прояв емоційних і вольових психологічних механізмів, які закріплюють бажання вести здоровий спосіб життя.

Розглянемо класифікацію здоров'язберігаючих технологій за Н. К. Смірновим [8, 78]:

1. Медико-гігієнічні технології. Це спільна діяльність адміністрації ВНЗ, викладачів і медичних працівників (щеплення, профілактика захворювань консультація та невідкладна допомога, профілактичні заходи напередодні епідемій).
2. Фізкультурно-оздоровчі технології, які спрямовані на фізичний розвиток студентів.

3. Екологічні здоров'язберігаючі технології. Вони спрямовані на створення гармонійних з природою умов життя і діяльності студентів.
4. Технології забезпечення безпеки життєдіяльності. Їх реалізують фахівці з охорони праці, захисту в надзвичайних ситуаціях, архітектори, будівельники навчальних корпусів, інженерно технічні служби, пожежні інспекції.
5. Здоров'язберігаючі освітні технології, які діляться на п'ять підгруп:
 - організаційно-педагогічні технології – визначають структуру навчального процесу, сприяють запобіганню стану перевтоми, гіподинамії та інше;
 - психолого-педагогічні технології – пов'язані з безпосередньою роботою на заняттях з фізичної виховання;
 - навчально-виховні технології – включають в себе програми, які навчають студентів піклуватися про своє здоров'я, вести правильний спосіб життя, відмовлятися від шкідливих звичок (кураторські години);
 - соціально-адаптивні та особистісно-розвиваючі технології – це формування і зміцнення психологічного здоров'я студентів, підвищення ресурсів психологічної адаптації особистості (соціально-психологічні тренінги, програми соціальної і родинної педагогіки);
 - лікувально-оздоровчі технології – включають самостійні медико-біологічні галузі знань: лікувальну педагогіку і лікувальну фізкультуру.

Всі перераховані вище здоров'язберігаючих технології необхідно використовувати системно і в комплексі, але реальність така, що про єдину базову модель роботи по збереженню та зміцненню здоров'я студентів у ВНЗ України на сьогоднішній момент можна говорити тільки поверхово. На справді кожний український ВНЗ реалізує свою власну здоров'язберігаючу політику і, на жаль, не завжди добросовісну і вдалу. Турбота про самопочуття студентської молоді частіш за все залежить від рейтингу ВНЗ, обсягу його фінансування і від того, наскільки уважна до цієї проблеми адміністрація конкретного навчального закладу.

Сучасний соціум вимагає від випускника вузу готовності вступити в активну громадську діяльність здоровою і повноцінною особистістю, яка має високий резерв здоров'я, стресо-

стійкості. Але сучасна соціально економічна ситуація, падіння рівня життя і несприятливі екологічні умови позначаються не тільки на фізичному, а й на психічному здоров'ї молоді. В зв'язку з цим бачиться необхідним **пошук інноваційних технологій** збереження психічного здоров'я сучасних студентів. За даними деяких соціально-психологічних досліджень, близько 90% першокурсників відзначають труднощі в навчальній діяльності (погіршення пам'яті, тривожність, невмотивовані страхи). Особлива проблема – хвороби соціального характеру: алкоголізм, наркоманія, токсикоманія, куріння, туберкульоз, суїциди тощо.

Аналіз документів показав, що в НУК імені адмірала Макарова використовують шість видів здоров'язберігаючих технологій:

1. Фізкультурно-спортивні заходи (заняття з фізичного виховання, СПВ, секції, лікувальна фізкультура);
2. Просвітницько-педагогічна діяльність (валеологія, ОБЖ, бесіди, консультації з проблем здоров'я);
3. Психологічне знання і психологічні методики (консультації психолога, тренінги, кабінети релаксації);
4. Медико-гігієнічна діяльність (медогляди, диспансеризація, моніторинг);
5. Рекреаційні заходи і рекреаційна інфраструктура (бази і будинки відпочинку, пільгові путівки, методики по релаксації);
6. Технології забезпечення безпеки життєдіяльності (інженерно-технічні служби ВНЗ, громадянська оборона, протипожежне оснащення).

В якості конкретних інноваційних методів для вирішення завдань щодо розвитку психічного адаптаційного студентського ресурсу фахівцями НУК імені адмірала Макарова пропонуються наступні форми роботи: 1) індивідуальне консультування спеціаліста психолога або психотерапевта; 2) навчальні тренінги за напрямками: саморегуляція, впевненість перед екзаменами, влаштування на роботу, управління почуттями, соціальна активність, стратегія поведінки в конфліктах; 3) організація служби дистанційного психологічного консультування студентів через інтернет; 4) комплексна комп'ютерна психодіагностика індивідуально-психологічних властивостей і особливостей особистості; рівня розвитку когнітивної, мотиваційної, емоційно-вольової, комунікативної, діяль-

нісної сфер і ступеня дезадаптації студента; 5) проведення психокорекційних, психопрофілактичних, психореабілітаційних заходів (профілактика емоційних порушень і девіантної поведінки); 6) організація кабінетів релаксації (ароматерапія, фітотерапія, музична терапія).

Отже, у статті розглянуті питання щодо здоров'язберігаючих технологій під час професійної підготовки сучасного висококваліфікованого фахівця галузі фізична культура і спорт. Це складна динамічна система, елементи якої об'єднані конкретною дидактичною метою, яка передбачає об'єднання таких параметрів як: «національне виховання», «професійна підготовка», «ціннісне ставлення до власного здоров'я», «фізкультурно-оздоровча робота». Встановлено, що значний вплив на біосоціальне здоров'я студентів здійснюється за рахунок новітніх технологій, а саме: організації центру або служб психологічної реабілітації у ВНЗ, утвердження нового стилю спілкування викладача та студента, запровадження нових методик організації навчально-виховного процесу.

Список використаних джерел

1. Бельх С. И. Формирование здорового образа жизни в учебном процессе по физическому воспитанию / С. И. Бельх, А. Г. Рыбковский // Опыт и современные технологии в развитии оздоровительной физической культуры, спортивных игр и туризма: матер. междунар. науч.-практ. конф. – Мн.: БГУФК, 2009. – С. 44–46.
2. Ващенко О. Готовність вчителя до використання здоров'язбережувальних технологій у навчально-виховному процесі / О. Ващенко, С. Свириденко // Здоров'я та фізична культура. – 2006. – № 8. – С. 1–6.
3. Гладошук О. Г. Педагогічні умови вдосконалення культури зміцнення здоров'я студентів в системі фізичного виховання у вищому навчальному закладі: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: спец. 13.00.02 «Теорія та методика навчання» / О. Г. Гладошук. – К., 2008. – 23 с.
4. Дудорова Л. Ю. Педагогічні умови формування потреби в здоровому способі життя майбутніх учителів у процесі фізичного виховання: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: спец. 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти» / Л. Ю. Дудорова. – Вінниця, 2009. – 24 с.
5. Мандюк А. Б. Цінності здорового способу життя в традиційній народній культурі українців / А. Б. Мандюк, Ю. В. Петришин // Спортивний вісник Придніпров'я: [наук.-теорет. журнал ДДІФК]. – Дніпропетровськ, 2006. – № 2. – С. 150–152.
6. Пристинський В.М. Формування духовно-тілесних цінностей фізичної культури – актуальна педагогічна й суспільно-соціальна проблема теорії та практики виховання студентської молоді / В. М. Пристинський // Духовність особистості: методологія, теорія і практика : [збірник наук. праць]; гол. ред. Г. П. Шевченко. – Вип. 5 (40). – Луганськ : вид-во СНУ ім. В. Даля, 2010. – С. 229–242.
7. Сомов Д. С. Теория и методология реализации здоровьесбережения в условиях современного ВУЗа:

- автореф. дис. ... д-ра пед. наук: спец. 13.00.01 «Общая педагогика, история педагогики и образования»/ Д. С. Сомов. – Ставрополь, 2007. – 42 с.
8. Смирнов Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе. – Москва : Аркти, 2005. – 320 с.
9. Pristinsky V. N. New capacity of cross-cultural infospace in forming knowledge base about healthy lifestyle / V. N. Pristinsky // Инновационные технологии в области физического воспитания, спорта, рекреации и валеологии: [электр. сбор-ник науч. работ IV межд. (Интернет) науч.-метод. конф.] – X. : Академия ВВ МВД Украины, 2010. – Вып. 4. – С. 95–99.

Sneghana ROSHCINA

Mykolaiv

INNOVATIVE APPROACHES TO CREATION HEALTH-EDUCATIONAL SPACE FOR STUDENTS MAJORING IN «SPORT» NUS ADMIRAL MAKAROV

The article highlights the current problems of analyzes the basic concepts of healthy environment, defined its essence, the problem of preservation and strengthening of health of students, the function of healthy environment, principles and priorities of healthy activities.

Modern society requires graduate readiness to engage in active social work healthy and complete person that has high reserve of health and stress. But modern social economic situation, falling living standards and adverse environmental conditions affect not only the physical but also the mental health of young people. In this connection seems necessary search for innovative technologies preservation of mental health today's students.

Consequently, the article questions about the Health-technologies in the training of modern highly specialist field of physical culture and sports. This is a complex dynamic system, which combined elements of specific didactic purpose, which involves combining such parameters as «national education», «training», «value attitude to their own health», «sports and recreation activities».

Key words: social health of students, healthy lifestyle, health environment, institute of higher.

Снежана РОЩІНА

г. Николаев

ИННОВАЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ К СОЗДАНИЮ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОСТРАНСТВА ДЛЯ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОСТИ «СПОРТ» НУК ИМЕНИ АДМИРАЛА МАКАРОВА

В статье проанализированы основные понятия здоровьесберегающей среды, определена его сущность, рассмотрена проблема сохранения и укрепления здоровья студентов, функции здоровьесберегающей среды, принципы и приоритеты здоровьесберегающей деятельности

Ключевые слова: биосоциальное здоровье студент, здоровый образ жизни, здоровьесберегающая среда, ВУЗ.

Стаття надійшла до редколегії 22.01.2017