

УДК 378. 147:37.061:796

Н.В. Одинцов

СОЗДАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ ВЫСШИХ ТЕХНИЧЕСКИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ МЕТОДАМИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА

Статья посвящена проблеме создания образовательной среды для формирования здорового образа жизни студентов технических высших учебных заведений методами, приёмами физического воспитания и спорта.

Ключевые слова: учебное пространство, здоровый образ жизни, приёмы, методы физического воспитания и спорта.

Статтю присвячено проблемі створення освітнього середовища з метою формування здорового способу життя студентів технічних вищих навчальних закладів методами, прийомами фізичного виховання та спорту.

Ключові слова: навчальний простір, здоровий спосіб життя, прийоми, методи фізичного виховання та спорту.

The article is about problem of educational environment for forming healthy way of life of students of technical higher educational establishments by methods of physical education and sports.

Key words: educational spase, healthy way of life, methods, methods of physical education and sports.

Постановка проблемы. Современная наука доказывает, что проблемы здоровья и оздоровления населения вообще и студенческой молодёжи в частности, выходят за рамки здравоохранения. Получены новые научные материалы о негативных тенденциях в здоровье подрастающего поколения, связанные с особенностями системы образования и социальными условиями. Поэтому долю ответственности за ситуацию, сложившуюся со здоровьем детей, подростков, студенческой молодёжи, берёт на себя система образования.

Оздоровление молодёжи предполагает осознание огромной роли образования в утверждении самооценности личности, приоритета общечеловеческих ценностей. В этой связи среди многочисленных проблем современной педагогической науки особую актуальность приобретает проблема формирования здорового способа жизни современной молодёжи. Что касается студентов, то в рамках вузовской педагогики стоит задача создания и разработки образова-

тельной среды в процессе преподавания каждой дисциплины, в том числе и физического воспитания. Общеизвестно, что занятия физической культурой является превентивным средством поддержания и укрепления здоровья, профилактики различных вредных привычек и склонностей.

Анализ актуальных исследований. Работы А. Волошина, А. Бурова, В. Горашука, С. Кириленко, С. Страшко, А. Дубочай, Ю. Бойчука свидетельствуют, что состояние здоровья украинской молодёжи, студенчества нельзя признать удовлетворительным. Без сомнения, являясь частью общества, студенты в полной мере испытывают воздействие различных неблагоприятных факторов, связанных с современной социальной ситуацией в стране. Это и экономические трудности, усугублённые повышенными запросами, характерными для этого возраста и связанные с ними ухудшение качества питания, условий жизни, требующие дополнительного заработка. Необходимо признать, что студенты испытывают в современных условиях и влияние высокой интенсификации учебного процесса. Влияние оказывают и особенности условий учёбы студентов технических высших учебных заведений: специфика изучаемых предметов (обладают технические дисциплины), перегрузка математическими расчётами, формулами, выводами, использование компьютера и другой техники. Работа в мастерских и лабораториях со специфическим климатом, наличие вибраций, механических колебаний высокого и низкого диапазона, электрических и магнитных излучений, недостаточного освещения. При всём этом рост учебных нагрузок происходит на фоне девальвации значения физической культуры в жизни молодёжи и свёртывания профилактического направления в плане содействия здоровому образу жизни.

Особенно негативное влияние на здоровье студентов оказывают вредные привычки. Статистические исследования доказывают [1], что среди первокурсников курит 30% студентов, на четвертом курсе курит уже 45%. При этом только 50% студентов осведомлены о неблагоприятном воздействии табакокурения на здоровье. Употребляет алкоголь с различной частотой 78% студентов. При этом большая часть опрошенных уверена в абсолютной безвредности пива, занимающего первое место в структуре видов употребляемых студентами алкогольных напитков. А ведь это далеко не так.

Интересно, что в качестве основных причин курения и употребления алкогольных напитков во время учебы в вузе студенты называют не «получение удовольствия» и даже не «привычку», а «об-

легчение общения». Это же касается и всё более популярных среди молодежи энергетических напитков. Они появились на поточном рынке относительно недавно (хотя их составляющие давно используются для стимуляции нервной системы) и их полюбили все, кто ведёт активный образ жизни, и хотят поддерживать свое тело и душу в бодром состоянии. Стимуляторы, которые входят в состав энергетических напитков влияют очень сильно на молодой организм и приостанавливают тонкий баланс мозга. Сказанное выше подтверждается и нашими исследованиями [2].

Однако при соответствующих условиях, разъяснительной работе, создании соответствующей образовательной среды подавляющее большинство студентов могут легко расстаться с пагубными для здоровья воздействиями.

Цель статьи — раскрыть проблему создания образовательной среды для формирования здорового образа жизни студентов технических высших учебных заведений методами, приёмами физического воспитания и спорта.

Изложение основного материала. Обучающая среда — очень важное звено педагогического процесса, ибо в ней могут быть решены сложнейшие задачи, в том числе и формирование здорового образа жизни студентов.

По определению В. Быкова, образовательная среда — это искусственно построенная система, структура, составляющие которой содействуют достижению целей учебно-воспитательного процесса [3]. Структура образовательной среды определяет его внутреннюю организацию, взаимосвязь и взаимозависимость между составляющими элементами. Элементы образовательной среды выступают с одной стороны, как его атрибуты или аспекты рассмотрения, которые определяют содержательную и материальную наполненность среды, а с другой — как ресурсы среды, которые включаются в деятельность учащихся учебно-воспитательного процесса, приобретая при этом определения методов обучения. К обучающей среде относится система методов обучения, которая может использоваться участниками учебно-воспитательного процесса на протяжении обучения. Важной при этом является технологическая составляющая, которую образуют модели технологий обучения, которые отображают избранные в каждом конкретном случае методы обучения и воспитания, дидактические стратегии, базовые технологии организации взаимодействия существенных составляющих педагогической системы.

М. Полани в работе «Личностное знание» утверждает, что какие-либо знания всегда имеют индивидуальный характер. Поэтому образовательная среда каждого индивидуума имеет индивидуальный характер и часто есть индивидуальным пространством познания и развития. Педагогическая среда должна обеспечить максимально эффективное развитие всех свойств интеллекта [4].

О. Романовский считает, что образовательная среда – это совокупность материальных, духовных и эмоционально-психологических условий, в которых происходит учебно-воспитательный процесс, а также причин, которые могут как содействовать, так и препятствовать достижению запланированных результатов [5].

Учитывая вышеизложенное нами разработана модель создания образовательной среды для формирования здорового способа жизни студентами технических высших учебных заведений (рис. 1).

Приведенная модель свидетельствует, насколько широк спектр методов, приёмов, направлений, способствующих формированию здорового способа жизни у студентов высших технических учебных заведений.

Каждое из приведенных в модели направлений включает большую работу. Так, информационные сообщения на занятиях по физическому воспитанию предусматривают мини-лекции на темы: «Здоровый способ жизни – иллюзия или реальность?», «Что выбрать курение или здоровье?», «А это тоже алкоголь!» (проблема пива, энергетических напитков), «Наркомания – жизнь в долг», «СПИД – знак беды» и др.

На таких лекциях можно останавливаться на примерах способа жизни и деятельности выдающихся земляков-спортсменов Л. Латыниной (спортивная гимнастика), С. Чухрая, С. Пострехина (гребля на байдарках и каноэ), А. Береш (спортивная гимнастика), Ю. Никитина (прыжки на батуте) и др.

Большое значение имеет в этой важной воспитательной работе рекомендация специальной литературы. С этой целью нами подготовлено библиографическое пособие «Библиография по формированию здорового образа жизни при занятиях физической культурой и спортом» (более 300 наименований). Примеры таких произведений: Веденева И.В. Будь молодой и привлекательной – М.: Молодая гвардия, 1986. – 127 с.; Иванова О.А. Формула красоты. – М.: Сов. спорт, 1990. – 40 с. и др.

Здесь же приводятся и литературные источники о спортсменах-олимпийцах: Дарахвадидзе Ю.А. Звездный час чемпионов. – М.: Зна-

ние, 1979. – 64 с.; Сузір'я дужих. Нариси про видатних спортсменів (Упорядник Гальперін Ф.Я.). – К.: Веселка, 1983. – 127 с.

На таких мероприятиях обсуждаются и Законы Украины относительно курения, СПИДа, о наркотических средствах и т. п.



Рис. 1. Модель формирования здорового способа жизни студентов высших технических учебных заведений

Для пропаганды здорового способа жизни на сайте кафедры физического воспитания университета размещаются специальные материалы. Студенты могут получать соответствующую информацию (комплексы утренней гимнастики, рекомендации по закаливанию, моржеванию, составлению нагрузок, нормативных тестов, оценок и др.).

Важным является участие студентов в работе спортивных секций (волейбол, баскетбол, плавание, настольный теннис, шахматы, футбол и др.).

Всё это и представляет обучающую среду, способствующую отвлекать студентов от «влияния улицы», социальных пороков, создавать им занятость, спланированную здоровую жизнь.

Выводы и перспективы дальнейших исследований. Осуществляемая на практике учебного процесса нашего учебного заведения образовательная среда для формирования здорового способа жизни студентов методами физического воспитания и спорта, привела к положительным результатам: по данным медицинского пункта и опроса студентов количество курящих уменьшилось на 23%, принимающих алкогольные напитки – на 27%, повысилось посещение занятий по физическому воспитанию, улучшилось общее состояние здоровья студентов.

ЛИТЕРАТУРА

1. Дьячкова Е.С., Хватова М.В. Влияние образовательной среды на психологическое здоровье студентов разных специальностей в процессе обучения / Психологическая наука и образование, 2006. – №3.
2. Одинцов М.В., Земляков В.Є. Фактори формування культури здоров'я студентів вищих технічних навчальних закладів засобами фізичного виховання. Матеріали міжнародної наук.-практ. конференції «Актуальные вопросы высшего профессионального образования» – Донецк, ДГИЗФВС, 2008. – С. 13 – 17.
3. Биков В.Ю. Теоретико-методологічні засади створення і розвитку сучасних засобів та технології навчання // Розвиток педагогічної і психологічної наук в Україні 1992 – 2002. Зб. наук. праць до 10-річчя АПН України / Акад. педагогічних наук України. – Частина 2. – Харків : «ОВС», 2002. – С. 182 – 200.
4. Полани М. Личностное знание. – М. : Прогресс, 1985. – 344 с.
5. Романовський О.Г. Освітнє середовище як важлива передумова формування гуманітарно-технічної еліти // Педагогіка і психологія, 2003. – №3. – С. 98 – 100.