

Гернега Ксения Сергеевна

преподаватель

ФГБОУ ВПО «Южно-Уральский государственный
университет» (НИУ)

г. Челябинск, Челябинская область

ГОТОВНОСТЬ СТУДЕНТОВ К ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЮ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ ВУЗА

***Аннотация:** проблема улучшения состояния здоровья молодого поколения была и остается одной из приоритетных и носит стратегический характер для любого государства. Современное общество требует от выпускника вуза готовности вступить в активную общественно полезную деятельность здоровой и полноценной личностью, имеющей высокий резерв здоровья, стрессоустойчивость, способность решать самые сложные социальные задачи.*

***Ключевые слова:** эффективное обучение, здоровьесбережение, учебно-воспитательный процесс, здоровый образ жизни.*

Концепция модернизации российского образования на период до 2010 года одной из стратегических задач определяет развитие высшей школы в качестве ведущего звена формирования интеллектуального, культурно-образовательного, профессионально-трудового потенциала общества. При определении приоритетов образовательной политики говорится об обучении в условиях, гарантирующих защиту прав личности обучающегося в образовательном процессе, его психологическую и физическую безопасность [3]. Решение проблемы формирования у студентов готовности к здоровьесбережению в образовательном процессе вуза требует раскрытия таких понятий, как «здоровье», «здоровьесбережение» и «готовность студентов к здоровьесбережению». Под готовностью студентов вуза к здоровьесбережению рассматривает сложное интегральное состояние личности, характеризующееся наличием знаний, умений и навыков, необходимых для осуществления здоровьесберегающей деятельности, способствующее саморазвитию, самообразованию, их адаптации в условиях изменяющейся внешней

среды и эффективному овладению профессиональными навыками в условиях целостного образовательного процесса вуза [2].

На наш взгляд, подготовка студентов к здоровьесберегающей деятельности представляет собой внешнюю деятельность по созданию внутренних, психологических условий, которые приводят личность к активному целенаправленному саморазвитию и самообразованию, к развитию личностной установки на сохранение своего здоровья и здоровьесбережение участников образовательного процесса на основе применения совокупности профессионально-педагогических знаний, общепедагогических умений и навыков. Важными факторами профессиональной подготовки студентов к здоровьесбережению являются: здоровьесберегающая направленность личности, ориентация образовательного процесса педагогического вуза на организацию здоровьесберегающей деятельности; гуманизация педагогического взаимодействия преподавателя и студента в образовательном процессе вуза. Предпосылками подготовки студентов к здоровьесберегающей деятельности являются профессиональная направленность личности, личный интерес студента к своему здоровью, гуманистический стиль педагогического общения. Мы считаем, что готовность студентов вуза к здоровьесбережению необходимо рассматривать с позиций системного, ценностного и деятельностного подходов. Таким образом, здоровьесберегающую деятельность мы представляем в виде основных направлений: учебного; научно-исследовательского; культурно-оздоровительного. Учебное направление включает в себя: введение дисциплин и спецкурсов, способствующих воспитанию здорового образа жизни; формирование ценностных ориентаций, направленных на применение приобретенных знаний и умений. Научно-исследовательское направление включает развитие научно-исследовательской деятельности студентов вуза по проблемам здоровья и здоровьесберегающих технологий; проведение научных и научно-практических конференций; издание методических рекомендаций для студентов и работников вуза. Культурно-оздоровительное направление – это организация мероприятий по оздоровлению студентов вуза; проведение спортив-

ных соревнований по различным видам спорта с участием студентов вуза; проведение мероприятий, направленных на удовлетворение потребностей личности в культурном, духовном и физическом развитии: интеллектуальные игры, концерты, фестивали, творческие вечера.

Здоровье студенческой молодежи является одним из важнейших условий его эффективного обучения, а различные отклонения и ухудшения в здоровье, возникающие в процессе обучения, являются препятствиями в достижении успехов в образовательном процессе вуза. Для обеспечения достижения студентами уровня профессиональной подготовки не ниже соответствующего государственному образовательному стандарту необходимо в учебно-воспитательном процессе уделять существенное внимание сохранению, а по возможности и укреплению их здоровья.

Список литературы

1. Воронина А.Е. Формирование культуры здоровьесбережения у участников образовательного процесса / А.Е. Воронина // Человекоориентированное управление сбережением личных энергоресурсов участников образования. – Челябинск: Изд-во Цицеро, 2014. – С. 18–21.
2. Герчак Я.М. Формирование готовности к здоровьесбережению студентов высшего профессионального образования / Я.М. Герчак. – Новокузнецк, 2007. – 22 с.
3. Хубешты Е.Г. Подготовка студентов педагогического вуза к здоровьесберегающей деятельности / Е.Г. Хубешты. – Владикавказ: Социосфера, 2012. – №1. – С. 32–38.