

Волкова Галина Львовна

канд. экон. наук, доцент, заведующая кафедрой

ФГБОУ ВО «Московский государственный

технологический университет «СТАНКИН»

г. Москва

DOI 10.21661/r-114632

ВЛИЯНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ НА ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ

***Аннотация:** в статье рассматриваются аспекты всестороннего развития личности. Предложен подход к осуществлению физкультурно-оздоровительной деятельности. Выделены компоненты готовности физкультурно-оздоровительных технологий, способствующих эффективному формированию здоровьесберегающих компетенций.*

***Ключевые слова:** здоровьесберегающие компетенции, образовательная среда, физкультурно-оздоровительные технологии, здоровьесозидающая функция образования.*

В настоящее время задача сохранения и приращения здоровья нации является приоритетной на государственном уровне. Исходя из этого, современная модель образования смещает фокус с массового унифицированного образования на целостное развитие личности, ответственной за свое здоровье. Значимой составляющей процесса обучения и воспитания будущих специалистов в образовательной среде является формирование здоровьесберегающих компетенций в области сохранения здоровья и здорового образа жизни. Использование физкультурно-оздоровительных технологий как компонента физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятий со студентами способствует реализации здоровьесозидающей функции образования [1].

Поэтому всестороннее развитие личности в образовательной среде предусматривает формирование здоровьесберегающих компетенций на основе лич-

ностно-ориентированного подхода. При этом физкультурные и спортивно-оздоровительные мероприятия со студентами в качестве основы здоровьесозидающего процесса должны быть направлены на формирование и освоение личностно-важных жизненных качеств, сохранение и приумножение здоровья и способствовать формированию здоровьесберегающих компетенций.

Анализ практики использования физкультурно-оздоровительных технологий в процессе обучения и воспитания показал, что в большей степени они ориентированы на традиционные методы оздоровления. Тем не менее, без внимания остаются вопросы по применению физкультурно-оздоровительных технологий в процессе формирования здоровьесберегающих компетенций.

Задачи реализации комплексного подхода в процессе становления личности в образовательной среде определяют необходимость поиска новых форм и методов физкультурно-оздоровительных технологий, позволяющих осуществить конструктивное преобразование образовательного пространства, в котором формируется культура личности и деятельности обучающихся.

Говоря о формировании здоровьесберегающих компетенций в условиях образовательной среды высшей школы, необходимо учитывать физическое развитие как значимую составляющую гармоничной личности. Физический аспект в становлении личности обусловлен тем, что спортивная среда способствует самореализации и самоутверждению обучающихся.

Автором был предложен подход к осуществлению физкультурно-оздоровительной деятельности, проводимой в системе условий и влияний образовательной среды [2]. Целью предложенного подхода является перенаправление активности обучающихся с объекта обучения на самого себя, изменение отношения к своему здоровью и формирование здоровьесозидающей личностной позиции [3].

Для обеспечения необходимого уровня познавательно-преобразовательного горизонта проводимых физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятий со студентами, в которых применяются физкультурно-оздоровительные

технологии, были выделены компоненты готовности физкультурно-оздоровительных технологий, способствующих эффективному формированию здоровьесберегающих компетенций:

- когнитивный, представленный системой знаний о здоровье и его факторах: здоровом образе жизни, способах оздоровления, знаний о повышении сопротивляемости организма вредным воздействиям внешней среды и повышении резервов здоровья;

- ценностно-потребностный, способствующий формированию потребностей, соответствующих морально-этическим нормам, выработанным в процессе развития общества;

- эмоционально-волевой, который формирует ответственное и позитивное отношение к собственному здоровью, способствует сохранению и укреплению здоровья;

- деятельностно-практический, способствующий вовлечению обучающихся в процесс творческой самореализации, самоактуализации, самосовершенствования.

С целью проверки эффективности физкультурно-оздоровительных технологий, применяемых в процессе проведения физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятий со студентами, автором была разработана система тестов оценки сформированности общекультурных компетенций в области сохранения здоровья, здорового образа жизни. Из числа студентов первого, второго и третьего курса МГТУ «СТАНКИН» были созданы экспериментальная и контрольная группы. В экспериментальную группу вошли студенты, посетившие не менее 70% от числа проводимых физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятий со студентами, в которых использовались физкультурно-оздоровительные технологии.

По результатам тестирования были сделаны следующие выводы. В экспериментальной группе по сравнению с контрольной значительно вырос уровень готовности к самоуправлению собственной познавательной деятельностью, что позволило повысить у них уровень мотивации на здоровый образ жизни по срав-

нению с контрольной группой. Как показало анкетирование, для студентов экспериментальной группы проблемы здоровья воспринимаются как высшая ценность. Большинство студентов, 85,3% из числа опрошенных в экспериментальной группе стали придерживаются основ оздоровительной физической культуры.

В рамках данного подхода выделенные компоненты готовности физкультурно-оздоровительных технологий, реализуемых в физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятиях со студентами, способствовали эффективному формированию здоровьесберегающих компетенций обучающихся.

Список литературы

1. Волкова Г.Л. Формирование здорового образа жизни в процессе обучения в высшей школе [Текст] / Г.Л. Волкова, В.А. Волков, В.Н. Антипов // Педагогический опыт: теория, методика, практика: VII Междунар. науч.-практ. конф. (Чебоксары, 15 мая 2016 г.). – Чебоксары: ЦНС «Интерактив плюс», 2016. – №2 (7). – С. 184–186.
2. Коршунова Е.Д. Инновационная образовательная среда высшей школы как фактор духовно-нравственного воспитания обучающихся / Е.Д. Коршунова, Г.Л. Волкова, В.А. Волков // Инновации. – 2016. – №8. – С. 25–28.
3. Трофимова Г.К. Формирование и развитие социально-личностных качеств и способностей студентов в высшей школе / Г.К. Трофимова, Г.Л. Волкова, Ю.О. Исаева // Вестник МГТУ «Станкин». – 2016. – №1 (36). – С. 106–111.