

*Обухова Дарья Алексеевна*

студентка

*Морозова Юлия Юрьевна*

старший преподаватель

ЧОУ ВО «Южный университет (ИУБиП)»

г. Ростов-на-Дону, Ростовская область

## **ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ЮЖНОМ УНИВЕРСИТЕТЕ (ИУБИП)**

*Аннотация: система физического воспитания студентов представляет собой неразрывную составную часть высшего образования и стала более популярной в наше время. В данной работе авторами проанализирована проблема физического воспитания обучающихся.*

*Ключевые слова: педагогическое моделирование, формирование, осознанное отношение к здоровью, физическая культура, здоровьесберегающая деятельность, студенты.*

Физическое воспитание – это педагогический процесс, направленный на совершенствование формы и функций организма человека, формирования двигательных умений, навыков, связанных с ними знаний и развития физических качеств.

Здоровьесберегающая деятельность образовательного учреждения – это комплекс действий, которые направлены на сохранение и укрепление здоровья учащихся, включающие:

- создание здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения;
- рациональную организацию образовательного процесса;
- воспитательную работу с учащимися, направленную на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни;
- организацию системы просветительской и методической работы с педагогами, специалистами и родителями;

– медицинскую профилактику и динамическое наблюдение за состоянием здоровья учащихся.

Концепция педагогического моделирования формирования осознанного отношения к здоровьесберегающей деятельности субъектов образовательного процесса вуза заключается в выработке мотивации к участию субъекта в здоровьесберегающей деятельности.

Цель этого моделирования является создание условий для участия субъектов вуза в здоровьесберегающей деятельности.

Основными задачами педагогического моделирования являются:

– способствовать формированию интереса, желания, устойчивой мотивации к здоровому образу жизни студентов и преподавателей вуза средствами физической культуры;

– обеспечить пошаговое воплощение блоков-модулей педагогического моделирования формирования личностного отношения к здоровью субъектов вуза;

Педагогическая модель формирования осознанного отношения к здоровьесберегающей деятельности субъектов образовательного процесса вуза составляет совокупность четырёх блоков-модулей:

I блок-модуль – «Понимание проблемы здоровьесбережения»;

II блок-модуль – «Основы здоровьесберегающей деятельности»;

III блок-модуль – «Развитие здоровьесберегающей Я-концепции»;

IV блок-модуль – «Мониторинг здоровьесберегающего развития».

Первый блок-модуль «Понимание проблемы здоровьесбережения» является вводным и актуализирует возможность и необходимость для адекватного восприятия остальных блоков-модулей. Основным содержанием данного блока является получение знаний о здоровье, средствах и методах ведения здорового образа жизни, анализ использования комплексов физических упражнений, способствующих укреплению и сохранению здоровья, профилактике заболеваний; рассмотрение роли физической культуры в процессе здоровьесбережения личности, интересы, желание, мотивы, отношение, ценности здоровья как первостепенной ценности жизни. В ИУБиПе проводятся лекции по физической культуре, на

---

которых можно рассмотреть роль изической культуры в жизни человека, узнать о здоровом образе жизни, как его вести.

Второй блок-модуль «Основы здоровьесберегающей деятельности» направлен на определение индивидуальной здоровьесберегающей траектории личности, выборе действий на основе знаний о здоровье и здоровом образе жизни, интересов, желания, мотивов, отношения к здоровью и здоровьесбережению, ценности здоровья. В ИУБиПе имеется индивидуальный подход к каждому студенту, в зависимости от его здоровья, желаний, интересов, каждый студент может посещать подходящую ему секцию. Выбор большой, например, волейбол, баскетбол, дартс и т. д.

Третий блок-модуль «Развитие здоровьесберегающей Я-концепции» предполагает развитие Я-концепции у студентов и преподавателей вуза, что способствует приобретению опыта постоянного самоконтроля в устойчивости здоровьесберегающих действий; формирование ценностного отношения к здоровью; выявление устойчивых (или неустойчивых) мотивов здоровьесбережения. В результате завершения третьего блок-модуля в процессе приобщения студентов к различным формам здоровьесберегающей деятельности возникает необходимость развития здоровьесберегающей Я-концепции. Посещая секции ИУБиПа у студента появляется мотив, желание,ходить на секции, достичь чего-то большего, чем просто уметь это делать.

Четвертый блок-модуль «Мониторинг здоровьесберегающего развития» включает постоянное наблюдение за здоровьем для выявления его соответствия желаемому результату, дневника самоконтроля, протокола здоровья и физической подготовленности, личного листка занимающегося физической культурой и других инструментов мониторинга. Данный блок-модуль позволяет проводить анализ изменения уровня здоровья и физического развития субъекта. В ИУБиПе проводится анкетирование, которое позволяет выявить, есть ли у студента какие-то проблемы со здоровьем и от этого уже становится понятно, какими упражнениями стоит заниматься больше.

Эффективность занятий физической культурой, как в аудиторной, так и во внеаудиторной деятельности вуза характерно выбором адекватных форм и методов, оказывающих положительное влияние занимающихся на процесс здравьесбережения. Использование различных методов воспитания, обучения позволяет привлечь к работе многих участников образовательного процесса.

### ***Список литературы***

1. Дахин А. Н. Педагогическое моделирование: сущность, эффективность и неопределенность / А.Н. Дахин // Педагогика. – 2003. – №4. – С. 21–26.
2. Коджаспирова Г.М. Педагогика в схемах, таблицах, опорных конспектах [Текст] / Г.М. Коджаспирова. – М.: Айрис-пресс, 2007. – 256 с.
3. Панчук Н.С. Педагогическое моделирование формирования осознанного отношения к здоровьесберегающей деятельности студентов вуза [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://bmsi.ru/doc/a2fe41cc-f758-4f4b-9f55-f6564690f806> (дата обращения: 04.12.2018).