

## РЕАЛИЗАЦИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ВУЗАХ

**Акинина Н.В., Хадарцева К.А.**, доцент, к.м.н.

ГОУ ВПО «Сургутский государственный университет Ханты-Мансийского автономного округа – Югры»,  
628400, г. Сургут, пр. Ленина, д. 1, тел. (3462) 76-30-88, e-mail: [evm@bf.surgu.ru](mailto:evm@bf.surgu.ru)

### HEALTH TECHNOLOGY AT UNIVERSITY

**Akinina N.V., Khadarzeva K.A.**

Educationalists connect questions of teaching and upbringing with devising health-saving methods consisting in maintaining viability that contributes to uplifting of pedagogical process effectiveness. For achieving practical and educational purposes, raising motivation of studying health-saving technology should be used. The formation of health-saving educational sphere will assist in raising students' activity, making pleasant psychological atmosphere at the lessons, providing conditions for self-perfection.

Современная концепция высшей школы предполагает формирование у будущих специалистов мышления на основе методической компетенции, ценностной ориентации и готовности к инновационной профессиональной деятельности, что, в свою очередь, должно эффективно стимулировать познавательную активность студентов. Для более эффективного достижения практических, общеобразовательных, воспитательных целей, поддержания мотивации обучающихся важно использовать элементы здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательном процессе.

В настоящее время в результате интенсивного снижения здоровья населения одним из важных стимулов научного развития является проблема изучения человека как субъекта воспитания в условиях социального стресса и экономических преобразований. Медики и педагоги испытывают потребность в теории, интегрирующей все средства и методы изучения человека, медицинское и педагогическое руководство его развитием [1]. Работники системы образования связывают вопросы воспитания и обучения с разработкой здоровьесберегающих технологий, заключающихся в поддержании жизнестойкости, жизнеспособности обучающихся, что будет способствовать повышению эффективности педагогического процесса.

В учебном процессе важным является формирование у обучающихся определенного набора умений, которые позволят им стать активными субъектами обучения, выбрать профессиональную траекторию, самоопределившись в ней, успешно адаптироваться к изменениям конъюнктуры на рынке труда [3]. Обладая организаторскими умениями, будущий специалист способен создавать оптимальную ситуацию профессионального взаимодействия, привлекать различные средства достижения поставленных целей, принимать обоснованные решения в нестандартных ситуациях, проявляя самостоятельность.

Выполненный нами опрос показал, что студенты отмечают повышенную значимость знаний профессиональных и специальных дисциплин в их будущей профессиональной деятельности, так как стремятся стать подготовленными специалистами в своей области. Тем не менее, учащиеся стремятся овладеть и фундаментальными дисциплинами, считая, что они необходимы в их будущей работе. Причиной, ограничивающей возможность глубокого изучения фундаментальных дисциплин, студенты 1 и 2 курсов называют неумение организовать свое время, и, следовательно, нехватку свободного времени.

Современный учебно-воспитательный процесс предъявляет обучающимся большие психологические и физиологические требования. Нами был проведен анализ факторов, негативно влияющих на здоровье студентов.

Одной из главных причин, влияющей на здоровье студентов и снижение мотивации к обучению, 73 % студентов называют интенсивность учебного процесса, и, как следствие, стрессовые ситуации в учебном заведении испытывают 90% студентов 1 курса и 80% студентов 2 курса. Недостатки в существующей системе физического воспитания и несоблюдение элементарных физических и гигиенических требований к организации учебного процесса отметили 33% студентов 1 курса и 43% студентов 2 курса.

Причинами такого состояния является отсутствие у молодежи культуры здоровья, мотивации на здоровый образ жизни, недостаток специалистов, способных грамотно и умело участвовать в формировании здоровья у молодежи и предупреждать опасность развития вредных привычек и различных заболеваний. Чрезмерные учебные нагрузки, нерациональный отдых, постоянно действующие и нарастающие стрессовые ситуации негативно сказываются и на психическом здоровье обучающихся. Нам представляется необходимым проанализировать роль следующих специальных педагогических технологий [2] в обеспечении здоровьесбережения на занятиях в вузе:

- технология дифференцированного обучения, оказывает психологическую и методическую помощь обучающимся, учитывая особенности аудитории, создает условия для самовыражения, подбирает методы и приемы работы, влияющие на сохранение интереса к учебному материалу;
- технология личностно-ориентированного обучения, способствует развитию личностных качеств (коммуникативных, поведенческих, творческих, мыслительных), а также создает оптимальные условия для самовыражения обучающихся;

- технология проблемного обучения, предполагает постановку развивающей цели, формулирование проблемной ситуации или вопроса;
- технология диалогового обучения означает, что на занятии приоритетными становятся взаимопонимание, взаимоподдержка, взаимоуважение, условия, создающие благоприятный психологический фон, активизирующие разнообразные виды деятельности;
- технология рефлексивного обучения дает возможность проследить отношение к изучаемому материалу, инициируя разнообразные виды деятельности.

Таблица 1.

Результаты опроса студентов об отношении к изучаемым дисциплинам

Курс	Повышенный объем времени на изучение фундаментальных дисциплин		Повышенный объем времени на изучение профессиональных дисциплин	
	Число	Процент	Число	Процент
1 курс (n = 30)	21	70 %	11	37 %
2 курс (n = 30)	9	30 %	19	63 %

Таблица 2.

Факторы, влияющие на здоровье учащейся молодежи

Факторы	1 курс (n = 30)		2 курс (n = 30)	
	Число	Процент	Число	Процент
Интенсификация учебного процесса	22	73%	18	60%
Стрессовые ситуации в учебном заведении	27	90%	24	80%
Несоответствие технологий обучения функциональным особенностям обучающихся	17	56%	10	33%
Несоблюдение элементарных физических и гигиенических требований к организации учебного процесса	10	33%	13	43%
Недостатки в существующей системе физического воспитания	14	46%	8	26%

Таким образом, важно создать такие психолого-педагогические условия, в которых студент может занять активную личностную позицию и в полной мере проявить себя как субъект учебной деятельности. Дидактический принцип активности личности в обучении и профессиональном самоопределении обуславливает необходимость создания комфортной зоны для учебной деятельности студентов и преподавателей в учебном процессе.

В Белгородском государственном университете активно занимаются проблемами изучения и укрепления здоровья студентов и преподавателей как субъектов образовательного процесса. В результате научных и практических исследований в БелГУ создана научно-исследовательская лаборатория профилактической и восстановительной медицины, обеспеченная современным оборудованием и включает два зала: лечебной физкультуры и тренажерный. В год 130-летия БелГУ был построен учебно-спортивный комплекс Светланы Хоркиной - выдающейся белгородской спортсменки, чемпионки мира и олимпийских игр. В здании комплекса созданы все условия для учебных упражнений и физического совершенствования студентов и преподавателей, занятий спортом и активным отдыхом. В центре семейной медицины, открытом в 2004 году, студентам и преподавателям оказывают качественную лечебно-профилактическую помощь. В структуру центра входят: отделение врачей общей практики, санаторий профилакторий с дневным стационаром, отделение социально-психологической помощи, физиотерапевтическое, стоматологическое отделения, клинично-диагностическая лаборатория. БелГУ – единственный среди вузов России – имеет Международный молодежный туристический культурно-спортивный оздоровительный комплекс, деятельность которого направлена на развитие туризма, спорта, культурное проведение досуга и укрепление здоровья. С целью поддержания и укрепления здоровья студентов и педагогических работников в 2006 году в окрестностях природного парка «Нежеголь» открыта университетская база отдыха и спортивно-оздоровительные комплексы.

### Литература

1. Резер Т.М. Медицина и педагогика на пути интеграции// Педагогика.- 2007.- №7.- С.83-90.
2. Севрук И.А., Юнина Е.А. Здоровьесберегающий урок // Школьные технологии.- 2004. - №2.- С. 200-2007.
3. Федорова Е.Е. Проблемы адаптации студентов к профессиональной деятельности в вузе// Педагогика.- 2007.- №5.- С.71-75.