

# СОЗДАНИЕ УСЛОВИЙ ДЛЯ ОБЕСПЕЧЕНИЯ СОХРАНЕНИЯ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ ПОЛЕССКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА

**А.Н. Яковлев, А.Ю. Журавский, Н.В. Корогвич, В.С. Милун**  
Полесский государственный университет, Беларусь, Yak-33-c1957@mail.ru

**Введение.** Образование – это не только государственный, но и общественный процесс, организуемый в определенных нормативных требованиях с действующей концепцией постоянной передачи социально значимого опыта, представляющего собой в антагонистическом плане генетическую программу и социализацию личности [1, 2, 3].

Здоровье молодежи является важной составляющей специфики современного общества в условиях повышенной стрессогенной ситуации и процесса интенсификации человечества, когда кризисы экономического, экологического, нравственного геополитического, демографического характе-

ра усиливают тенденцию его ухудшения, увеличивая количество специфических заболеваний, связанных с нарушением нейрогуморальных, регуляторных структурах, отрицательно влияя на показатели здоровья [5, 6, 7].

Проблема сохранения и укрепления здоровья студенческой молодежи в настоящее время изучается учеными разных областей науки. В создавшейся ситуации актуальным становится вопрос индивидуального понимания здоровья на уровне самовоспитания своего организма, и особенного отношения к себе как индивидууму человеческого общества [1, 2, 4].

О неразделимом состоянии телесного и психического в человеке говорилось ещё в канонах древней медицины. Так, Платоном было подмечено если целое чувствует себя плохо, то части его не могут быть здоровыми. Позже возникла наука о единстве телесного и душевного аспектов человеческой природы – психосоматика [2, 5, 7].

Следовательно, проблемы здоровья непосредственно решаются в пространстве социума, где физическое воспитание традиционно на протяжении многовековой истории ответственно за физическое развитие и физическую подготовленность.

В современных условиях система высшего образования решает актуальные задачи по воспитанию физической культуры личности, для подготовки студенческой молодежи к постоянно меняющимся условиям жизни [4,8].

В Республике Беларусь оно функционирует и развивается на основе опыта и традиционной советской системы физического воспитания, которая успешно функционирует и в Китае, принося феноменальные успехи на международной арене, в том числе на Олимпийских играх.

Физическое воспитание формирует систему ценностных ориентаций личности на здоровый образ жизни, обеспечивает мотивационную, информационную, функциональную и двигательную готовность к нему. Влияет на интеллектуальные способности, психические, морально–волевые и другие качества личности [3, 8, 9].

Высшие учебные заведения, аккумулируя в себе кадровые, методические ресурсы и материальное обеспечение, должны выступать как здоровьесберегающая образовательная среда, обеспечивающая сохранение и укрепление здоровья студентов [2, 3].

Статистические данные свидетельствуют о том, что только 35% студентов практически здоровы, а 65 % имеют отклонения в состоянии здоровья. Во многом стиль жизни, мышление студенческой молодежи, определяются наличием своей субкультуры, которая формирует нормы, ценности, образцы поведения, зачастую отличные от социальных норм. Стремительный рост зависимых форм поведения молодежи (алкоголизм, наркомания, игромания и т.д.) не только разрушает здоровье будущих специалистов, но и представляет угрозу национальной безопасности страны [2, 3].

В ходе исследований были выявлены следующие противоречия:

1. Необходимостью модернизации высшего профессионального образования с учетом сохранения и укрепления здоровья студентов и отсутствием комплексного подхода к созданию условий для обеспечения физического, психического и социального благополучия студентов в здоровьесберегающей образовательной среде вуза.

2. Современными концептуальными требованиями необходимости пропаганды здорового образа жизни, здорового стиля жизни и реальным уровнем сформированности мотивационно–ценностного отношения к здоровьесберегающей деятельности.

Системное изучение научно–методической и специальной литературы, а также выявление имеющих место противоречий позволили сформулировать цель исследования, объект, задачи и методологию.

Цель исследования: разработка теоретических и методических основ создания условий для обеспечения физического, психического и социального благополучия студентов в образовательной среде вуза.

Объектом исследования является физическое, психическое и социальное благополучие студентов.

В качестве предмета исследования выступает процесс создания условий для обеспечения физического, психического и социального благополучия студентов в образовательной среде вуза.

В соответствии с целью исследования и выдвинутой гипотезой были намечены следующие задачи: 1. Анализ нормативно–правовых документов, современных теоретических, научных подходов (аксиологического, антропологического, личностно–ориентированного, системного, культурологического). 2. Решение педагогической проблемы по созданию условий в образовательной среде вуза для обеспечения физического, психического и социального благополучия студентов в процессе их профессионального обучения.

**Результаты исследования и их обсуждение.** Создание условий для обеспечения сохранения и укрепления здоровья студентов Полесского государственного университета привело к позитивным условиям.

Они в полной мере, характеризуют технологии, направленные на обеспечение физического, психического и социального благополучия студентов в образовательной среде вуза.

1. Организационные: анализ образовательной студенческой среды с точки зрения ее влияния на здоровье; координация деятельности структурных подразделений Полесского государственного университета по созданию условий для обеспечения физического, психического и социального благополучия студентов; волонтерское движение; информационные технологии; технологии занятости студентов во время каникул и поддержка студенческих инициатив; межвузовское и межведомственное взаимодействие по вопросам сохранения и укрепления здоровья студентов и др.

2. Психолого–педагогические: формирование мотивационно–ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни у студентов, совершенствование их физической подготовки; организация курсов повышения квалификации для педагогов вузов; кураторство и взаимодействие с родителями студентов; совершенствование рефлексивных умений студентов по сохранению и укреплению своего здоровья в процессе их профессионального обучения в вузе; интеграция учебной и внеучебной деятельности и др.;

3. Медико–социальные: проведение оздоровительных мероприятий; взаимодействие с медицинскими учреждениями города [1, 3, 4, 5, 8, 9]

В ходе изучения затруднений студентов были подтверждены следующие предположения: здоровьесберегающая деятельность в процессе обучения студентов в вузе может формироваться спонтанно, наибольшие затруднения в адаптации к обучению студенты испытывают на первых курсах. Одна из основных причин затруднений – незнание сущности здоровьесберегающей деятельности, неумение управлять своим здоровьем.

В результате проведенных исследований можно привести некоторые данные: мотивационно–ценностном компоненте 75% студентов демонстрировали одинаково высокие показатели ценностного отношения к здоровьесберегающей деятельности; у 26% студентов был слабее выражен эмоциональный и мотивационный критерий при высоких показателях когнитивного: 26% студентов освоили знания на уровне синтеза; 35% – на уровне анализа; 28% – на уровне применения; 6% – на уровне узнавания; владеют умениями на уровне системного включения 15% студентов, на уровне моделирования – 33%, на уровне локального воспроизведения – 35%, на уровне освоения – 20%; в операциональном компоненте: 55% студентов овладели здоровьесберегающей деятельностью на уровне системного включения, 28% – на уровне моделирования; 25% – на уровне воспроизведения.

Здоровьесберегающая деятельность Полесского государственного университета – процесс взаимодействия административно–управленческого, профессорско–преподавательского и студенческого коллективов вуза по организации образовательно–воспитательного процесса на основе здоровьесберегающих технологий [1, 3, 5].

Сущностные характеристики здоровьесберегающей деятельности вуза определяются следующими компонентами: цель деятельности – это создание условий для обеспечения психического, физического и социального благополучия студентов в процессе их профессионального обучения в вузе; задачи деятельности: а) всестороннее изучение студенчества как социальной группы, состояния здоровья студентов, факторов риска нарушений их здоровья, а также состояния и основных характеристик здоровьесберегающей образовательной среды вуза; б) создание на основе полученных данных социального портрета студенчества, выявление доминирующих тенденций в создании условий для обеспечения физического, психического и социального благополучия студентов в здоровьесберегающей образовательной среде вуза, прогнозирование возможных изменений, выявление факторов, требующих корректировки; в) налаживание и оптимизация взаимодействия администрации вуза, профессорско–преподавательского состава и студентов по сохранению и укреплению здоровья [3].

Данные для анализа состояния здоровья: ежегодная диспансеризация студентов, медосмотры, результаты сдачи нормативов по физической культуре, результаты психофизиологических исследований, результаты психологических и социальных тестирований, опросов и бесед [5, 6, 7].

Технология формирования у студентов мотивационно–ценностного отношения к здоровьесберегающей деятельности строится на рефлексивно–деятельностном подходе, который предполагает использование технологий образовательной и воспитательной деятельности в системе педагогических средств и условий, способствующих развитию социально значимых качеств студентов; поз-

воляет изменить уровень взаимодействия профессорско–преподавательского, административного и студенческого коллективов, позитивно влияющего на развитие личности каждого молодого человека и ее социальную активность и обеспечивающего психолого–педагогическую поддержку студентов в процессе обучения в вузе, его самоопределении и самореализации, повышении личной ответственности [4].

Дальнейшее совершенствование системы профессиональной подготовки в высших учебных заведениях по нашему мнению связано с разработками в области теории деятельности, поэтому в организационной структуре разработанной модели выделены три части, а в процессе ее реализации, соответственно – три этапа, два из которых отражают предметно–действенную сферу человеческой деятельности, а один – психическую (рис. 1) [5].

Выступая изначально в качестве частнопредметной, она сочетает в себе признаки (цель, компоненты, функции, принципы, средства и методы), присущие целостному образовательному процессу и становится синонимична педагогической системе – здоровьеразвивающей педагогической системе высшего профессионального образования [5].

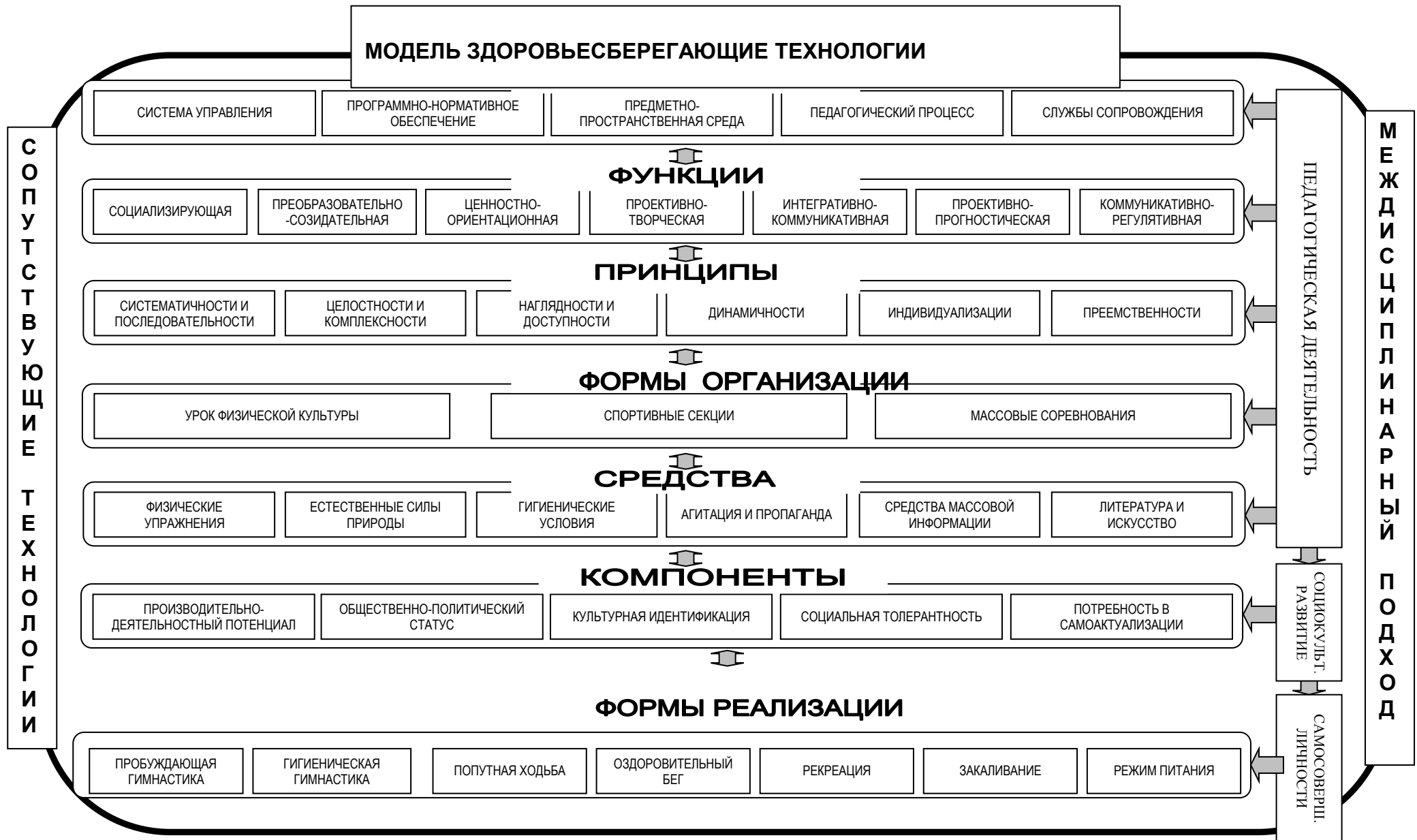
**Выводы.** В новых социально–экономических условиях важно раскрывать глобальную роль физической культуры в развитии общества, связанную с сохранением здоровья, физической подготовленностью человека, с формированием целостной, многогранной личности. Смена образовательных парадигм (переход от репродуктивно–педагогической к цивилизации креативно–педагогической) связывает цели образования с изменением качества человека, который в реально обозримом будущем должен воплощать идеал подлинного единства его сущностных сил, духовного и физического совершенства. Это обуславливает и изменение качества знания, предлагаемого человеку в системе образования, где особую значимость приобретает методологический потенциал информации. Наряду с ними все большее внимание уделяется обоснованию влияния физической культуры на духовную сферу человека. Интеграция междисциплинарного и многоаспектного характера научных знаний о физической культуре человека и общества, анализ генезиса которого свидетельствует о четко выраженной тенденции возрастания духовных начал в ее сфере. Именно в ней проявляется единство человека как биологического, социального и культурного существа, как основы для интеграции всех аспектов знания о физической культуре. Физкультурно–спортивную и оздоровительную деятельность необходимо рассматривать как сущность физической культуры человека и главное средство ее формирования.

Физкультурная деятельность – интегрирующее понятие, включающее в себя все многообразие сознательно окультуренной двигательной деятельности человека, связанной с преобразованием его телесности, которая определяет формирование физической культуры человека (и ее видов) в его телесно–духовном единстве, создавая гармонию его сущностных (духовных и физических) сил, что обусловлено ее содержательной стороной, носящей творческий характер.

Таким образом, результаты исследования свидетельствуют об эффективности созданных в здоровьесберегающей образовательной среде Полесского государственного университета условий для обеспечения физического, психического и социального благополучия студентов в процессе их профессионального обучения.

Важно раскрытие развернутой содержательной характеристики понятия «телесность» и «тело» как основного направления в формировании представлений, адаптированных к современной действительности (ибо научная теория развивается в зависимости от степени познания глубинной сущности объекта), а также путей воздействия на основные сферы жизнедеятельности человека и общества (образование, труд, досуг), т.е. реальную практику.

Показано, что на протяжении жизни человек сталкивается с необходимостью решения трех взаимосвязанных задач: развития, формирования и сбережения здоровья, одной из которых на соответствующем этапе витального цикла принадлежит доминирующая роль. Каждая из задач выступает в качестве определения, дающего названия одноименным технологиям: здоровьеразвивающей, здоровьесформирующей, здоровьесберегающей. Разработана концептуальная модель здоровья человека в виде планетарной системы, выступившей в качестве проективной основы здоровьесберегающей технологии. В иерархической структуре модели здоровья выделены четыре группы факторов: доминирующие, ведущие, задающие, константные. К первой группе отнесены ценностные ориентации личности; ко второй – режим двигательной активности; к третьей – дыхание, питание, закаливание, реакция на внешние раздражители; к четвертой – генотип, биологическая и социально–экономическая среда.



Рисунок

Организирующим и энергообеспечивающим началом живой системы, оказывающим свое влияние на структурные образования первой и третьей групп, является движение. Педагогический эксперимент обнаружил значительное превосходство опытного содержания физического воспитания по отношению к традиционному по показателям социокультурного развития, состояния здоровья, физического развития, функционального состояния, физической подготовленности, готовности к профессиональной деятельности.

### **Литература:**

1. Бальсевич, В. К. Интеллектуальный вектор физической культуры человека / В.К. Бальсевич // Теория и практика физической культуры, 1991. – №7– 35с.
2. Галузина, Е.М., Жарский, А.А. Проблемы и перспективы физического воспитания студентов / Е.М.Галузина, А.А. Жарский // Трансформация образования и мировоззрения в современном мире: Материалы научной конференции, 22 октября 2010г./УО «Белорусский государственный университет имени Максима Танка»; редкол. В.В. Бущик.– Минск: БГПУ, 2011.– С.202–203.
3. Кряж, В.Н. Концепция физического воспитания в условиях реформирования образования в Республике Беларусь / В.Н. Кряж, З.С.Кряж// ФзиС.–2000.–№4.–С.57–60.
4. Лубышева, Л. И. Социальное и биологическое в физической культуре человека в аспекте методологического анализа / Л.И. Лубышева// Теория и практика физической культуры, 1996.– №1. – С. 2–4.
5. Кобяков, Ю.П. Здоровый образ жизни в социокультурном развитии студентов / Ю.П. Кобяков. – Владимир: Маркарт, 2004. – 244 с.
6. Мысина, Г.А. Проблемы профилактики рискованного (аддиктивного) поведения молодежи и здоровьесберегающие технологии в образовательной среде / Г.И. Семикин, А.И. Киселев, Г.А. Мысина. – Москва: МГТУ им. Н.Э. Баумана, Фонд «Здоровая Россия», 2005. – 170 с.
7. Якубанец, Б.У. Руководство по телесно–ориентированной терапии / Б.У. Якубанец.– СПб.:2000.–256с.
8. Столяров, В. И. Спорт и культура: методологический и теоретический аспекты проблемы Спорт, духовные ценности, культура. Вып. 1. Исторические и теоретико–методологические основания / В.И. Столяров.– М.: Гуманитарный Центр СпАрт РГАФК, 1997.– С. 84–209.
9. Столяров, В.И., Быховская, И.М., Лубышева, Л.И. Концепция физической культуры и физкультурного воспитания/В.И.Столяров, Л.М.Быховская, Л.И.Лубышева //Теория и практика физической культуры–1998.– № 5.– С.11–15.