

## **ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ СТУДЕНТОВ ВУЗА**

*Е.Л. Чеснова, к.п.н., доц., В.В. Баринов, к.п.н., Е.Ю. Вавилина*

*Филиал Томского политехнического университета в г. Новокузнецке*

*654000, Кемеровская обл., г. Новокузнецк, пр. Дружбы, 39*

*E-mail: so117@yandex.ru*

В начале третьего тысячелетия в полной мере проявилась фундаментальная зависимость, цивилизации от тех способностей и качеств личности, которые закладываются в образовании. Существенные изменения в социально-политической и экономической жизни нашего общества предъявляют качественно новые требования к воспитанию современного человека. Социальным заказом общества высшей школе становится подготовка истинных профессионалов и деловых людей, готовых, интеллектуально и физически реализовать себя в условиях изменяющегося мира; ориентированных на сохранение и поддержание здоровья. Поэтому очевидна потребность в формировании нового, основанного на идее сохранения здоровья, сознания человека, общества, государства, что, в свою очередь, требует подбора средств, содержания, организационных форм, обеспечивающих ценность желаемых изменений в образовательном процессе [1]. Констатируя большое количество исследований в области здоровья, необходимо отметить, что в высшей школе явно недостаточно внимания уделяют формированию готовности студентов к здоровьесбережению. В образовательный процесс вузов крайне мало внедряют современные педагогические технологии, направленные на воспитание потребности в здоровьесберегающем образе жизни и формирование готовности к здоровьесбережению студентов. Преобладающее большинство преподавателей вузов не ведут здоровый образ жизни, в основном из-за собственного низкого уровня физической подготовки, недостатка специальных знаний в этой области и недостаточной информированности о новейших технологиях здоровьесбережения. Выдвижение проблемы здоровья в число приоритетных задач общественного развития определяет необходимость разработки методических и организационных подходов к сохранению здоровья, его формированию и развитию.

Компетентностный подход сегодня становится не просто популярным, он постепенно превращается в общественно значимое явление, выполняющее роль концептуальной основы политики, проводимой в сфере образования. Для высшего профессионального образования проблема формирования здоровьесберегающей компетентности студентов становится все более актуальной, так как система образования является одной из наиболее важных структур, которая закладывает основы здоровьесберегающего образа жизни, способствуя сохранению психического, физического и нравственного здоровья будущего специалиста. Поэтому здоровьесберегающее образование сегодня становится необходимым условием подготовки студентов.

А.Г. Бусыгин [1] рассматривает здоровьесберегающую компетенцию как способность / готовность мобилизовать систему знаний, умений, умственных и личностных качеств, необходимых для формирования мотивации к здоровьесбережению, а также умение предвидеть, предотвращать или компенсировать потерю здоровья как меры удовлетворения базовых потребностей человека. Под здоровьесберегающей компетентностью мы понимаем совокупность знаний, умений, навыков, организационно-функциональных и психолого-педагогических установок, определяющих многовариантный набор и компоновку действий, форм, методов, приемов, операций, процедур, образовательно-воспитательных средств, обеспечивающих качественную здоровьесберегающую деятельность. По-

нятие «компетентность» сопряжено с понятием «компетенция», под которой понимают круг вопросов, в котором специалист должен быть компетентным, сферу, деятельности, в которой он реализует свою компетентность. В основе здоровьесберегающей компетентности студентов лежит приобретенный синтез выделенных нами здоровьесберегающих компетенций: способен формировать культуру здорового образа жизни; владеет оздоровительными методиками; способен организовывать и осуществлять мониторинг здоровья на индивидуальном уровне; владеет современными инновационными оздоровительными формами физической культуры; способен самостоятельно заниматься избранным видом двигательной активности. Здоровьесберегающая деятельность обладает широкими возможностями в плане индивидуального личностного развития: валеологизация мышления, развитие сенсорной, двигательной, эмоционально-волевой, потребностно-мотивационной сфер. Сама по себе здоровьесберегающая деятельность тоже весьма разнообразна: медикопрофилактическая, гигиеническая, рекреационная, физкультурно-оздоровительная, досуговая, духовно-нравственная. Включение в предпочитаемые виды и формы деятельности способствует интериоризации культурных образцов здоровой жизнедеятельности, а последующая эктериоризация делает студента создателем новых элементов и атрибутов

культы здоровья, культуры жизнедеятельности. Однако включение в деятельность не происходит автоматически, включенным является индивид, имеющий адекватную мотивацию. Основные мотивы могут быть связаны с личностной самореализацией, профессиональным самосовершенствованием, творчеством в профессии.

В формировании здоровьесберегающей компетентности студентов НФ ТПУ особая роль отводится преподавателям физической культуры, которые видят свою стратегическую задачу в области сохранения и укрепления здоровья студентов в том, чтобы сформировать у них ценностные ориентации, практические и методические навыки и умения в области сохранения здоровья, личностный опыт быть здоровым, готовность к оптимизации своей жизнеспособности. Разработка новых учебных программ по физической культуре, направлена на формирование у студентов мировоззрения, гармонически сочетающего в себе естественнонаучное и гуманитарное начало, и открывающее путь к овладению основами единой культуры здоровьесбережения.

Основные направления здоровьесберегающей деятельности кафедры социально-гуманитарных дисциплин НФ ТПУ:

1. Формирование у студентов теоретических знаний о здоровом образе жизни.
2. Освоение здоровьесберегающих технологий (определение оптимального объема и сочетания психофизических и физических нагрузок с учетом общей работоспособности и условий научной организации учебной деятельности, формирование наиболее рациональных методов и средств управления учебной и внеучебной деятельностью студентов).
3. Разработка инновационных технологий в сфере здоровьесбережения (совокупность тех принципов, приёмов, методов педагогической работы, которые, дополняя традиционные технологии обучения и воспитания, наделяют их признаком здоровьесбережения).
4. Научно-исследовательская деятельность по проблемам здоровьесбережения.
5. Оздоровительная работа в режиме дня (создание условий для формирования культуры здорового образа жизни студентов, работа физкультурно-оздоровительных секций под руководством и научным сопровождением преподавателей).
6. Формирование основ практико-ориентированной деятельности по здоровьесбережению в цикле дисциплины «Физическая культура».
7. Пропаганда здорового образа жизни.
8. Формирование «Я-концепции» здоровьесбережения (формирование ответственности студентов за своё здоровье).

На протяжении всего обучения в вузе у студентов необходимо формировать положительную мотивацию к занятиям оздоровительными видами физических упражнений, умения методически грамотно организовать самостоятельные и коллективные формы здоровьесберегающей двигательной активности с целью сохранения здоровья и поддержания высокого уровня физической работоспособности. Это процесс будет эффективен только в случае обеспечения реализации индивидуальных потребностей и возможностей каждого студента. Крайне важно предложить студенту такой вид двигательной активности, который будет вызывать у него интерес и положительные эмоции. С этой целью преподавателями разработаны и реализуются учебные программы по предмету «Физическая

культура» на основе различных видов оздоровительной двигательной активности, ориентированные на формирование у студентов здорового образа жизни. Дальнейшая деятельность в направлении здоровьесбережения студентов и преподавателей предполагает: осуществление диагностики потенциалов здоровья студентов и преподавателей; разработку реабилитационных мероприятий на основе стратификационных показателей по группам здоровья; реализацию разноуровневых профилактических программ; совершенствование здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения; расширение физкультурно-оздоровительной и воспитательной работы со студентами на занятиях и во внеаудиторное время с целью формирования ценности здоровья и здорового образа жизни.

Литература.

1. А.Г. Бусыгин, В.И. Пентюхин. Досмозкологический подход к формированию здоровьесберегающих компетенций студентов-будущих учителей в учебном процессе вуза // Известия Самарского научного центра Российской академии наук. 2010. т. 12. №3(3). С 79-82.