УДК 378.17

Л. С. Елькова

ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ ВУЗОВ РОССИИ ПО ВНЕДРЕНИЮ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ПРОГРАММ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ ПРОСТРАНСТВО ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: здоровьесбережение; здоровьесберегающие технологии; здоровье студенческой молодежи; здоровьесберегающее образование.

АННОТАЦИЯ. Для формирования здоровьесберегающего образовательного пространства высшей школы необходимо использовать многообразие форм и методов образовательной деятельности и создавать коллектив педагогов, единомышленников, который посредством профессиональной интеграции будет моделировать условия для мотивации к здоровому образу жизни, реализовывать здоровьесберегающие технологии. Представлен опыт вузов России по формированию здоровьесберегающих программ в образовательный процесс высшей школы.

L. Elkova

FROM EXPERIENCE OF INSTITUTES OF HIGHER OF RUSSIA ON INTRODUCTION OF ZDOROV'ESBEREGAYUSCHIKH OF PROGRAMS IN EDUCATIONAL SPACE OF HIGHER SCHOOL

KEY WORDS: healthkeeping; healthkeeping; technologies; students' health; healthkeeping education

ABSTRACT. To form the healthkeeping educating space of the high school it is necessary to use the variety of the forms and methods of the educating activity and to create the teachers and sympathizers team which will be able to design the conditions for healthy way of life motivation and carry out the healthkeeping technologies by the professional integration. There is Russian universities experience used to form healthkeeping programmes into the educational process of high school in the article.

Качество образования не может рассматриваться вне контекста здоровья субъектов образовательного процесса. Нет смысла в образовании, если система наносит вред здоровью человека. Между тем многочисленные результаты исследований демонстрируют, что лишь около 15% выпускников школ можно считать практически здоровыми. Ситуация со здоровьем у выпускников

школ в Краснодарском крае, как и в целом в России, продолжает оставаться главной стратегической проблемой в области образования. Ведущее место в структуре заболеваемости занимают болезни органов дыхания (52,3%), нервной системы и органов чувств (9,8%), инфекционных болезней (8,3%), травм, отравлений (5,2%), болезни кожи и эндокринной системы (7,1%). Продолжает интенсивно увеличиваться патология зрения [3].

Именно поэтому сегодня очень активно говорят о здоровьесберегающих образовательных технологиях и программах. Растет число учреждений, использующих в своей деятельности комплексный подход в сохранении физического, психического и социального здоровья, здоровьесберегающие технологии.

Здоровьесберегающие технологии в образовании — способ организации и последовательных действий в ходе учебно-воспитательного процесса, реализации образовательных программ на основе всестороннего учета индивидуального здоровья обучающихся, особенностей их возрастного, психофизического, духовно-нравственного состояния и развития.

По определению Г. М. Соловьева, «здоровьесберегающие технологии в образовании — способ организации и последовательных действий в ходе учебно-воспитательного процесса, реализации образовательных программ на основе всестороннего учета индивидуального здоровья студентов, особенностей их возрастного, психофизического, духовно-нравственного состояния и развития» [2].

Сохранение физического, психического и социального здоровья студентов в современных условиях требует организации специализированной системы формирования, развития и сохранения здоровья, которая должна опираться на современные подходы к формированию культуры здоровья, здорового образа жизни, использовать различные оздоровительные технологии. Настало время, чтобы уровень развитости и прогрессивности общества начать оценивать не по утилитарным показателям, а потому, каким становится человек, в какую сторону он меняется год от года (каковы его положение в обществе, самоощущение, состояние его души, уровень культуры, физическое, психическое, нравственное и духовное здоровье, разумно ли его поведение, каковы его привычки, отношение к ближнему, к Родине и ко всем людям, насколько рачительно он распоряжается природными ресурсами, каковы его установки в жизни, на какие ценности он нацелен, в чем заключается смысл его жизни, умеет ли радоваться жизни, умеет ли радоваться чужой радости).

Мы считаем, что в настоящее время основными факторами риска являются: усложнение образовательного стандарта, отсутствие повсеместного мониторинга здоровья, несоблюдение элементарных физиологических и гигиенических требований к организации учебного процесса, социально-экономические условия жизни.

Многолетние исследования состояния здоровья детей и молодежи показывают, что за последние 10 лет положительной динамики в улучшении их здоровья не наблюдается, и этот факт становится предметом острой общественной тревоги.

В этом плане на образование как целостную государственную структуру, обеспечивающую социальное развитие личности, ложится, помимо сугубо образовательных задач, задача сохранения психического, психологического, физического и нравственного здоровья детей и молодежи.

В вузах России накоплен значительный потенциал в решении многих методологических и методических вопросов по проблеме здоровья студентов.

Программы здоровья, рекомендованные Министерством образования и науки, являются приоритетными и стратегически важными, и многие вузы России продолжают активно разрабатывать и внедрять собственные программы «Образование и здоровье».

Представляется интересным опыт Санкт-Петербургского государственного института точной механики и оптики (ТУ), разработавшего программу «Образование и здоровье» [5]. В общем виде программа «Образование и здоровье» представляет собой комплексную систему мероприятий, способствующих формированию ориентированности деятельности личности в направлении сохранения и укрепления индивидуального здоровья для успешной реализации своих социальных, умственных и физических возможностей и творческих способностей.

Здоровый образ жизни связан с личностно-мотивационным воплощением индивидами своих социальных, психологических, физических возможностей и способностей. Разработчики программы в качестве научной основы здорового образа жизни представили основные положения валеологии — науки об индивидуальном здоровье человека.

Задачами программы «Образование и здоровье» является:

1) создание условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья студентов и сотрудников ИТМО;
2) внедрение методологии, принципов и методов здоровьесохраняющего образования, программно-технических средств по мониторингу;
3) осуществление медико-физиологического, социологического и психолого-педагогического контроля за состоянием здоровья студентов и сотрудников института точной механики и оптики (ИТМО), за соблюдением законодательных и нормативных правовых актов, регламентирующих деятельность университета по вопросам сохранения здоровья.

В связи с растущим уровнем компьютеризации учебно-воспитательного процесса высшей школы потребовались новые подходы в сохранении и укреплении здоровья студентов. Для этого в ИТМО был учрежден «Валеологический центр», разработавший оздоровительные компьютерные технологии в области физического воспитания и оздоровления студентов.

Практическим результатом деятельности учрежденного в ИТМО «Валеологического центра» (ВЦ), совместно с кафедрой физвоспитания и валеологии стало обследование студентов и сотрудников университета по разработанной компьютерной программе.

Целью обследования стала разработка рекомендаций по формированию здорового образа жизни студентов с учетом их индивидуальных склонностей, способностей и психофизиологических особенностей; проведение научно-методической работы в области валеологии и физической культуры с внедрением передовых методик и разработок в учебный процесс, связанный с оздоровительной работой; разработка и внедрение курса теоретических занятий по теме: «Валеология человека и оздоровительные технологии»; осуществление консультативной помощи при написании студентами рефератов и создании индивидуальных компьютерных программ оздоровления средствами физической культуры; разработка комплексов упражнений с обязательным функциональным контролем, способствующих терапевтическому эффекту, развитию адаптационной способности организма занимающихся при условии применения нагрузки, адекватной состоянию занимающегося и его возможностям, а также создание базы данных функционального состояния обучающихся.

Нельзя не отметить опыт Башкирского государственного педагогического

университета, коллектив которого еще в 1998 г. разработал и опубликовал программу формирования ЗОЖ подрастающего поколения. Здоровье субъектов образовательного процесса — физического, психического и нравственного — достояние не только самого субъекта, но и всего социума, в котором он учится, работает, живет [4]. Цель программы — воспитание личности будущего учителя с высокой культурой личного здоровья и оптимального образа жизни, способного самостоятельно творчески решать профессиональные задачи и выполнять педагогическую деятельность здоровьеразвивающего содержания, быть готовым нести ответственность за ее результаты.

Основные направления воспитательной работы представлены 6-ю блоками:

1) общеорганизационные вопросы воспитательной работы по формированию культуры здоровья и образа жизни студентов университета;
2) воспитание культуры здоровья и ЗОЖ студентов в процессе образовательной деятельности;
3) воспитательная работа в сфере досуга молодежи;
4) воспитательная работа по формированию физической культуры студентов и сотрудников университета;
5) оздоровление сферы жилищно-бытовых условий жизни студентов и сотрудников университета;
6) диспансеризация и осуществление оздоровительной профилактической работы в медицинских учреждениях.

Реализация мероприятий, предусмотренных программой, позволяет:

— снизить уровень факторов риска, связанный с вариантами неоптимальной организации образа жизни;
— обеспечить координацию действий всех организационных структур университета по стабилизации и повышению резервов здоровья студентов, преподавателей и сотрудников университета;
— повысить эффективность образовательной деятельности по формированию ЗОЖ студентов;
— скорректировать программу в соответствии с выявленными тенденциями.

В рамках формирования здоровьесберегающего образовательного пространства высшей школы, особый интерес представляет комплексная программа Казанского государственного университета «Образование и здоровье», предусматривающая интегративный характер, включающий в себя физическую, интеллектуальную, эмоциональную, личностную, социальную, духовную стороны проявления здоровья студентов [4]. С учетом комплексного подхода программа предусматривает участие в ее реализации различных структурных подразделений и организаций университета и специалистов различных направлений деятельности.

Концептуально программа опирается на положения программы воспитания в КГУ «Университет. Традиции. Культура», расширяя и углубляя основные ее разделы, связанные с проблемой здоровья студентов и сотрудников университета. В рамках реализации программы в университете действует учебно-научно-практический Центр валеологии КГУ, включающий в свой состав службу функциональной диагностики, коррекции и профилактики и социально-психологическую службу. Комплексный подход позволяет контролировать функциональное и психофизиологическое состояния студентов и преподавателей и на этой основе проводить коррекционные и профилактические мероприятия, оказывать психологическую помощь субъектам образовательного процесса, проводить мониторинг состояния здоровья студентов.

Комплексная программа «Образование и здоровье» состоит из двух подпрограмм: «Здоровье студентов КГУ», «Здо-

ровье преподавателей КГУ» [4], что нам показалось необычайно интересным и было взято за основу в собственной концепции и программе «Здоровье здорового человека».

В рамках концепции «Здоровье здорового человека» в филиале Российского государственного социального университета в г. Анапе был предпринят комплексный подход к здоровьесбережению участников образовательного процесса с целью снижения роста заболеваемости студентов и сотрудников университета посредством создания условий, отвечающих требованиям укрепления и сохранения здоровья в процессе учебы и работы; формирование культуры здоровья субъектов образовательного процесса на основе осознания здоровья как ценности, обучение студентов знаниям, умениям и навыкам здорового образа жизни, что позволит повысить качество подготовки специалистов и уровень их конкурентоспособности на рынке труда.

В ходе реализации концепции и программы решались следующие задачи:

- обеспечение условий учебы и работы студентам и сотрудникам, отвечающих санитарно-гигиеническим требованиям, оптимальному распределению учебной нагрузки;
- создание системы комплексного мониторинга уровня психического и соматического здоровья и социальной адаптации студентов с анализом факторов негативного влияния;
- внедрение системы мер психопрофилактического, реабилитационного, корригирующего и социально адаптирующего характера, связанных с улучшением организации питания, здорового досуга и отдыха, лечебно-профилактических мероприятий, психологической помощи и поддержки студентов и сотрудников;
- внедрение комплекса образовательно-просветительских программ, направленных на приобретение студентами знаний, умений и навыков сохранения и укрепления здоровья, формирование культуры здоровья у субъектов образовательного процесса («Основы здорового образа жизни», «Здоровье здорового человека», «Основы самореализации студента»);
- внедрение системы профориентационной помощи студентам для повышения уровня их конкурентоспособности на рынке труда («Адаптация молодежи на рынке труда»).

В результате реализации комплексной программы «Здоровье здорового человека», плана мероприятий и мер по реализации данной программы оптимизирован учебный процесс на основе внедрения принципов и методов здоровьесберегающего образования; созданы условия, способствующие развитию и сохранению здоровья студентов и сотрудников филиала РГСУ в г. Анапе; сформирована внутривузовская среда, ориентированная на ценности здорового образа жизни, на основе получения знаний, умений и навыков в этой области.

По итогам внедрения программы за 2004—2008 гг. прослеживается тенденция увеличения числа студентов, занимающихся физической культурой и спортом, что способствует отвлечению студенческой молодежи от наркомании и алкоголизма, формируя осознанное отношение к ценности своего здоровья.

Наше внимание также привлекла разработанная на базе Уральского государственного технического университета — УПИ единая комплексная программа «Развитие физической культуры среди студентов Уральского государственного технического университета — УПИ», направленная на создание комплексной системы формирования культуры здоровья на основе координации всех структурных подразделений вуза [1].

Приоритетными направлениями реализуемой программы являются:

— совершенствование содержания процесса преподавания дисциплины «физическое воспитание» среди студентов;
— формирование у студентов мотивации на здоровый образ жизни;
— укрепление материально-технической и финансовой базы физической культуры и спорта в университете;
— нормативно-правовое и кадровое обеспечение развития среди студентов спортивно-массовой работы;
— развитие органов студенческого самоуправления в организации спортивно-массовой работы в университете; совершенствование организации спортивно-массовых мероприятий на уровне факультетов и университета.

Сегодня можно говорить о целых регионах, где система образования при поддержке научного потенциала вузов выходит при решении проблем сохранения и укрепления здоровья детей, молодежи, педагогов на качественно новый уровень (республики Татарстан, Башкортостан, Саха (Якутия), Кемеровская, Нижегородская, Орловская, Ростовская области, Краснодарский край, г. Москва, Санкт-Петербург и др.).

Анализ работ по программе «Образование и здоровье» в вузах России свидетельствует, что на местах в регионах ведется активная работа по сохранению и укреплению здоровья студентов. Но проблема здоровья молодежи продолжает оставаться приоритетной в ходе организации учебно-воспитательного процесса высшей школы. Это связано с ликвидацией кафедр валеологии и закрытием научных тем по проблеме валеологии — науки об индивидуальном здоровье человека.

Проблемы сохранения и укрепления здоровья студентов в системе высшего образования являются важными и приоритетными. Развиваются новые направления и школы в области здоровья в образовании: создаются научные коллективы, проблемные лаборатории, экспериментальные центры и площадки.

Нормативно-правовой основой для обеспечения содействия здоровью участников образовательного процесса являются: приказы Министерства образования РФ (от 15.05.2000 N1418 «Об утверждении примерного положения о центре содействия укреплению здоровья обучающихся, воспитанников образовательного учреждения»; от 05.02.2002 N330 «О реализации решения коллегии»; от 08. 02. 2000 N3/1 «О концепции профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательной среде»; от 26.08.2002 N13—51—104/13 «О работе экспериментальных общеобразовательных учреждений по направлению «здоровьесберегающие технологии»; от 04.04.2003 N139 «Об утверждении инструкции по внедрению оздоровительных технологий в деятельность образовательных учреждений»).

Для формирования здоровьесберегающего образовательного пространства высшей школы необходимо использование многообразия форм и методов образовательной деятельности и создания коллектива педагогов, единомышленников, который посредством профессиональной интеграции будет моделировать условия для мотивации к здоровому образу жизни, реализовывать здоровьесберегающие технологии.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. ЕДИНАЯ комплексная программа «Развитие физической культуры среди студентов Уральского государственного технического университета — УПИ» (утверждена Ученым советом университета и приказом ректора от 22.01.2003).
2. ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ технологии в системе общего образования Ставропольского края / под ред. Г. М. Соловьева. — Ставрополь : Сервисшкола, 2003.

3. О СОСТОЯНИИ здоровья населения Краснодарского края в 2007 году. Государственный доклад / под ред. С. Н. Алексеенко, Е. Н. Редько, С. Н. Стриханова, Н. Н. Карякина, О. Ф. Ляшенко. — Краснодар : ГУЗ МИАЦ, 2008.
4. КОМПЛЕКСНАЯ программа «Образование и здоровье» (разработана и представлена Управлением по социальной и воспитательной работе КГУ в соответствии с письмом Министерства образования Российской Федерации от 03.05.2001 г. N 29 / 1530—6. 1995—2006 Казанский государственный университет).
5. ОБРАЗОВАНИЕ и здоровье (университетская целевая программа) / С.-Петербургский гос. ин-т точной механики и оптики (ТУ) file: // \\web\pokemon.rsu.ru\projects\medportal.rsu.ru_src\ 22.11.2003.
6. РАЗИН, А. А. Человек — главная ценность общества / А. А. Разин, Р. А. Разин, В. Е. Шудегов // Социально-гуманитарные знания. — 2005. — №2.

LIST OF LITERATURE

1. THE SINGLE complex program «Development of physical culture among the students of the Ural state technical university — UPI» (is ratified Scientific advice of university and Order of rector from 22. 01.2003).
2. ZDOROV'ESBEREGAYUSCHIE of technology in the system of universal education of the Stavropol'skogo edge. / Under red. G. M. Solov'eva. it is Stavropol': Servisshkola, 2003.
3. ABOUT consisting of health of population of the Krasnodarskogo edge of 2007. State lecture / Under. red. S. N. Alekseenko, E. N. Red'ko, S. N. Strikhanova, N. N. Karyakina, O. F. Lyashenko is Krasnodar : GUZ MIAC, 2008.
4. COMPLEX program «Education and health» (developed and presented by Management on social and educator work of KGU in accordance with the letter of Department of education of Russian Federation from 03.05.2001 N 29 / 1530—6. 1995—2006 Kazanskiy State University).
5. EDUCATION and health (university having a special purpose program). Saint Petersburg State institute of fine mechanics and optics (TU) of file://\\web\pokemon.rsu.ru\projects\medportal.rsu.ru_src\ 22.11.2003.
6. RAZIN, A. A. Chelovek is a main value of society of / A. A.Razin, R. A. Razin, V. E. Shudegov // Social'no-gumanitarnye knowledge. — 2005. — №2.

Получено 12.05.09
© Елькова Л. С., 2009