

Секция «Исследования в области физической культуры и спорта»

Формирование здоровьесориентированной личности студента в образовательном пространстве вуза

Владимирович Мишин Александр

Студент (бакалавр)

Мордовский государственный педагогический университет им. М. Е. Евсевьева, Россия

E-mail: AlexanderMishin23@yandex.ru

Формирование здоровьесориентированной личности студента в образовательном пространстве вуза

Мишин Александр Владимирович

Студент-бакалавр

Мордовский государственный педагогический университет имени М.Е. Евсевьева, факультет физической культуры, Саранск, Россия

E-mail: alexandermishin23@yandex.ru

Ключевыми условиями развития современного российского общества таковы, что оно нуждается в гармонично развитом поколении, способном изменить экономический, политический, демографический статус страны. Здоровое поколение с выраженным иммунитетом к эпидемии социогенных заболеваний – вот тот запрос общества, который предъявляется к системе образования. Поэтому система образования в последнее время все свои усилия направляет на создание системы, в которой реализуются ориентированные на здоровье педагогические технологии, активно изменяется образовательная среда, чтобы сделать пространство безопасным и сохраняющим исходный уровень здоровья детей. Разрабатываются алгоритмы постепенного улучшения здоровья и принятия подрастающим поколением здоровья как приоритетной личной ценности [1].

Общеизвестно, что выбор в пользу сохранения своего здоровья невозможен без осознанного и самостоятельного ведения здорового образа жизни. Освоение ребенком индивидуальной стратегии сохранения здоровья невозможно без пересмотра педагогических технологий применяемых в образовательных учреждениях. Эффективное формирование здорового образа жизни у детей происходит благодаря совместному освоению образцов культуры здоровья через критическое осмысление личного опыта и научных знаний [2].

Здоровый образ жизни – это типичная совокупность форм и способов повседневной жизнедеятельности личности, основанная на культурных нормах, ценностях, смыслах деятельности и укрепляющая адаптивные возможности организма.

Культура здоровья – это жизненная позиция человека (наличие позитивных целей и ценностей), которая включает в себя не только объективные результаты деятельности людей, но и грамотное и осмысленное отношение к своему здоровью, организацию здорового образа жизни, позволяющего активно регулировать состояние человека с учетом индивидуальных особенностей организма, реализовать программы самосохранения, самореализации, саморазвития.

Здоровьесориентированный воспитательный процесс представляет собой творческий синтез собственного опыта сотворения своего здоровья у обучающихся и окружающей социальной среды, определенным образом организованной и регулируемой педагогом. Содействуя становлению здоровой личности через богатство социальных связей и взаимные, ориентированные на сохранение здоровья, социальные отношения, педагог подводит обучаемого к автономному функционированию и утверждению своего «Я» социально приемлемыми, ориентированными на ведение здорового образа жизни и сохранение здоровья способами.

Важными структурными элементами освоения студентами здоровьесориентированных педагогических технологий являются приобщение их к ведению здорового образа жизни, формирование у них ключевой компетенции «быть здоровым». В современном обществе особое значение придается развитию способностей общения, обмена и сопоставления позиций, принятия различий, умения «жить вместе» не только в одном дворе, на одной улице, в одном городе, но и на одной планете.

Ключевая компетенция «быть здоровым» – это совокупность интеллектуальных и практических умений, которая базируется на принятии индивидуального здоровья как значимой ценности, включает знания и навыки сохранения имеющегося потенциала здоровья и определяет поведение личности в ситуации выбора в здоровьеразрушающих и сохраняющих здоровье условиях. Компетенция «быть здоровым» включает в себя:

- принятие своего здоровья как личной ценности;
- знания, умения и навыки, обеспечивающие сохранение имеющегося потенциала здоровья, способствующие профилактике и лечению болезней;
- преодоление вредных привычек и аддиктивных стереотипов поведения;
- критическое мышление, позволяющее выявлять в информационном пространстве информацию, направленную на разрушение здоровья и принимать решения, направленные на сохранение здоровья и активное преобразование окружающего социума [1].

В связи с этим, в образовательном пространстве вуза необходимо подготовить здоровьесориентированную воспитывающую среду, которая включает в себя совокупность окружающих личность обстоятельств, социально ценностных, влияющих на ее развитие и действующих вхождению в современную культуру здоровья. Содержанием сохраняющей здоровье среды как фактора социального развития личности выступают предметное, социальное, событийное и информационное окружение – эта совокупность разворачивается на фоне природного окружения человека.

Литература:

1. Абаскалова Н.П. Системный подход в формировании здорового образа жизни субъектов образовательного процесса «школа - вуз». Новосибирск, 2001.
2. Тудупова Т.Ц., Доноева Ю.В. К вопросу о формировании здоровьесориентированной направленности личности школьника // Психология и психотехника. 2019. No. 1. С.100-107.