

УДК 371.72; 377

**ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ГОТОВНОСТИ СТУДЕНТОВ
УЧРЕЖДЕНИЙ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
К СОХРАНЕНИЮ И УКРЕПЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ**

В. А. Усачев, Р. С. Жуков

**THE PEDAGOGICAL CONDITIONS OF FORMING PROFESSIONAL COLLEGES
STUDENTS' READINESS TO HEALTH MAINTENANCE AND STRENGTHENING**

V. A. Usachev, R. S. Zhukov

В статье представлены результаты исследований педагогических условий формирования готовности студентов учреждений среднего профессионального образования к сохранению и укреплению здоровья.

Ключевые слова: *сохранение здоровья, формирование готовности, среднее профессиональное образование, мотивы, физическая культура, здоровый образ жизни.*

The article presents the results of studies of the pedagogical conditions of forming professional colleges students' readiness to health maintenance and strengthening.

Keywords: *maintaining the health, the formation of readiness, secondary vocational education, motivation, physical education, healthy lifestyle.*

В Концепции модернизации российского образования особое внимание уделяется оптимизации учебной, психологической и физической активности студентов и созданию в образовательных учреждениях условий сохранения и укрепления здоровья, однако в деятельности учреждений среднего профессионального образования еще не получили необходимого теоретического, методического и практического решения задачи формирования у студентов готовности к сохранению и укреплению здоровья [2]. Система среднего профессионального образования (СПО) еще недостаточно ориентирована на формирование готовности студентов к сохранению и укреплению здоровья на основе принципов целостности, преемственности, вариативности, адаптивности к возрастным и психолого-физиологическим особенностям обучающихся, задачам их жизненного и профессионального самоопределения [1, с. 24 – 26].

Исходя из требований федеральных государственных образовательных стандартов третьего поколения, студенты, изучающие основную профессиональную образовательную программу СПО, должны понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес, организовывать собственную деятельность, определять способы, контролировать и оценивать решение профессиональных задач, оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях, осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития, использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности, работать в коллективе и команде, обеспечивать их сплочение, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями и заказчиками, самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать по-

вышение квалификации, осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий, осуществлять профилактику травматизма, оказывать первую медицинскую помощь, организовывать и проводить мероприятия по защите людей в чрезвычайных ситуациях, строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих. В этой связи в процессе профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП) студенты должны овладевать основополагающими общими компетенциями для профессионального долголетия, а приобретенные знания и умения позволяют быть готовыми сохранить профессиональное долголетие и вести здоровый образ жизни [6, с. 44 – 46].

По данным наших пилотных исследований, проведенных в базовых учреждениях СПО в 2003 г., до 90 % студентов колледжей и техникумов нуждаются в специальной педагогической поддержке, направленной на формирование готовности к сохранению и укреплению здоровья, а также до 70 % педагогических работников среднего профессионального образования испытывают различные затруднения в формировании готовности студентов к сохранению и укреплению здоровья. По результатам опросов педагогических работников, данные затруднения обусловлены:

- во-первых, недостаточной разработанностью теоретических аспектов формирования готовности к сохранению и укреплению здоровья современных студентов;
- во-вторых, эпизодичностью использования программно-целевого обеспечения этого процесса в СПО;
- в-третьих, эклектичностью путей и средств создания пространства для сохранения и укрепления здоровья непосредственно в СПО.

Исходя из этого, изучение вопросов здоровья, здорового образа жизни, сохранения и укрепления здоровья студенческой молодежи своевременно и не-

обходимо. В данном случае особенно важным является определение педагогических условий формирования готовности студентов к сохранению и укреплению здоровья, где на первый план выдвигается способность и готовность по реализации сохранения и укрепления здоровья как в период студенчества, так и в период дальнейшей профессиональной деятельности. Последнее десятилетие XX века было провозглашено Организацией Объединенных Наций (ООН) Всемирным десятилетием развития культуры, основными показателями которой назывались образование и здоровье [3, с. 93 – 98]. В целом культура здоровья личности характеризуется жизненными позициями человека (наличие позитивных целей и ценностей); грамотным отношением к здоровью, природе и обществу; организацией здорового образа жизни (ЗОЖ), позволяющих активно регулировать состояние человека с учетом индивидуальных особенностей и уровня здоровья, реализовывать программы самосохранения, самореализации, саморазвития, приводящих к гармонизации всех компонентов здоровья и целостному развитию личности [4, с. 81 – 83]. Для практики сохранения и укрепления здоровья средствами образования актуальны и небезынтересны исследования, касающиеся здорового стиля жизни учащихся [5, с. 56 – 58]. На передний план выдвигаются: здоровьесберегающее образование, формирующие и закладывающие основополагающие понятия, умения и навыки сохранения и укрепления здоровья.

В условиях социально-экономических преобразований в Российской Федерации обостряется противоречие между растущей потребностью общества в активных, здоровых, адаптивных в различных жизненных ситуациях специалистах и недостаточной готовности студенческой молодежи к реализации сохранения и укрепления здоровья. Указанное противоречие определило проблему исследования, которая заключается в выявлении содержательной и процессуальной сторон формирования готовности студентов учреждений среднего профессионального образования к сохранению и укреплению здоровья.

В связи с этим была определена цель исследования: выявить, обосновать и экспериментально проверить педагогические условия формирования готовности студентов учреждений среднего профессионального образования к сохранению и укреплению здоровья.

В процессе педагогического эксперимента мы проводили диагностику сформированности готовности студентов СПО к сохранению и укреплению здоровья (на основе сбора, обработки и анализа информации о качественных и количественных параметрах изучаемой характеристики личности студентов на основе разработанных критериев и показателей). Для выявления итогового уровня сформированности готовности студентов к сохранению и укреплению здоровья мы использовали различные методы: тестирование, опрос (анкетирование), самооценка знаний, ранжирование, наблюдение, контрольные испытания (тесты), анализ.

Опрос студентов позволил выявить динамику отношения к проблемам здоровья, его укрепления и сохранения, исследовать интересы, желания, мотивы и потребности студентов СПО в вопросах сохранения и

укрепления здоровья. Ранжирование способствовало выявлению готовности студентов к здоровью как к ценности. Наблюдение за студентами в процессе аудиторных и внеаудиторных занятий физической культурой проводилось с целью выявления отношения студентов к проблемам сохранения и укрепления здоровья, сформированности умений самостоятельно или с частичной помощью преподавателя применять полученные знания о сохранении и укреплении здоровья на практике.

В педагогическом эксперименте принимали участие студенты I – II курсов очной формы обучения ФГОУ СПО «Кемеровский техникум строительства и эксплуатации зданий и инженерных сооружений» (КТСиЭЗиИС) различных специальностей (теплоснабжение и теплотехническое оборудование, техническая эксплуатация и обслуживание электрического и электромеханического оборудования, садово-парковое и ландшафтное строительство, строительство и эксплуатация зданий и сооружений, водоснабжение и водоотведение, монтаж и эксплуатация внутренних сантехнических устройств, кондиционирования воздуха и вентиляции), всего 200 студентов.

Исследование показало, что у студентов КТСиЭЗиИС изменилось понимание готовности к сохранению и укреплению здоровья. Если в начале эксперимента большая часть студентов (30,1 %) под готовностью к сохранению и укреплению здоровья понимали отношение личности к здоровью, то в настоящее время студенты (34,2 %) под готовностью к сохранению и укреплению здоровья понимают необходимость, потребность, долг перед самим собой заботиться о здоровье, укреплять и сохранять его, обязанность выполнять действия и поступки, способствующие здоровьесбережению.

Большинство студентов СПО под готовностью к сохранению и укреплению здоровья понимают осознание важности личного здоровья, некоторые студенты отдают предпочтение готовности к здоровьесбережению как понятию, определяющему готовность нести ответственность за состояние своего здоровья, меньше всего студенты понимают под готовностью к сохранению и укреплению здоровья долг, необходимость заботиться о своем здоровье.

Наше исследование показало, что знания студентов в вопросах сохранения и укрепления здоровья способствовали появлению устойчивой мотивации следить за своим здоровьем, выполнять действия и поступки, направленные на укрепление и сохранение здоровья. Мотивы участия студентов в деятельности по сохранению и укреплению здоровья на исходном и итоговом этапах эксперимента распределились следующим образом (таблица 1).

Если на исходном этапе все мотивы находились на низком уровне, то на итоговом этапе мотивы по сохранению и укреплению здоровья и ППФП значительно возросли. Таким образом, можно утверждать, что созданные нами педагогические условия способствовали формированию у студентов устойчивых мотивов участия в деятельности по сохранению и укреплению здоровья. Увеличилось количество студентов, которые проявляют активность по сохранению и укреплению здоровья для того, чтобы иметь красивое телосложение (с 18,1 % до 30,4 %). Изменение данно-

го показателя можно оценить положительно, поскольку студенты стали больше обращать внимание на свой внешний вид (осанка, походка, фигура и т. п.). В результате применения на занятиях физической культурой разнообразных комплексов физических упражнений, способствующих профилактике некото-

рых заболеваний (дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз, пилатес и др.), увеличилось количество студентов, для которых мотивом участия в деятельности по сохранению и укреплению здоровья является укрепление общего и профессионального здоровья (с 21,7 % до 30,6 %).

Таблица 1

Результаты анкетного опроса по выявлению мотивов сохранения и укрепления здоровья

Мотивы	Доля студентов, %	
	исходный этап	итоговый этап
Повышение уровня физической подготовленности	54,2	69,7
Развитие физических и личностных качеств	49,6	67,1
Определение статуса в группе	51,1	60,3
Быть на виду	48,5	56,8
Участие в соревнованиях	44,8	54
Подготовка к службе в армии	36,4	48,3
Чередование умственного и физического труда	35,1	46,7
Повышение настроения и работоспособности	26,2	38,1
Общее и профессиональное укрепление здоровья	21,7	30,6
Избавление от вредных привычек	19,6	29,6
Снятие психоэмоционального напряжения	8,9	18,6
Красивое телосложение	18,1	30,4

Появление интереса студентов к проблемам здоровья, повышение уровня знаний о здоровье, о ППФП, здоровом образе жизни, устойчивого мотива укрепления и сохранения здоровья путем участия в здоровьесберегающей деятельности положительно повлияли на степень включения студентов в деятельность по сохранению и укреплению здоровья не толь-

ко на аудиторных занятиях по физической культуре, но и на внеаудиторных, что подтверждает повторное исследование степени активности студентов в мероприятиях, способствующих сохранению и укреплению здоровья и профессиональному долголетию (рис. 1).

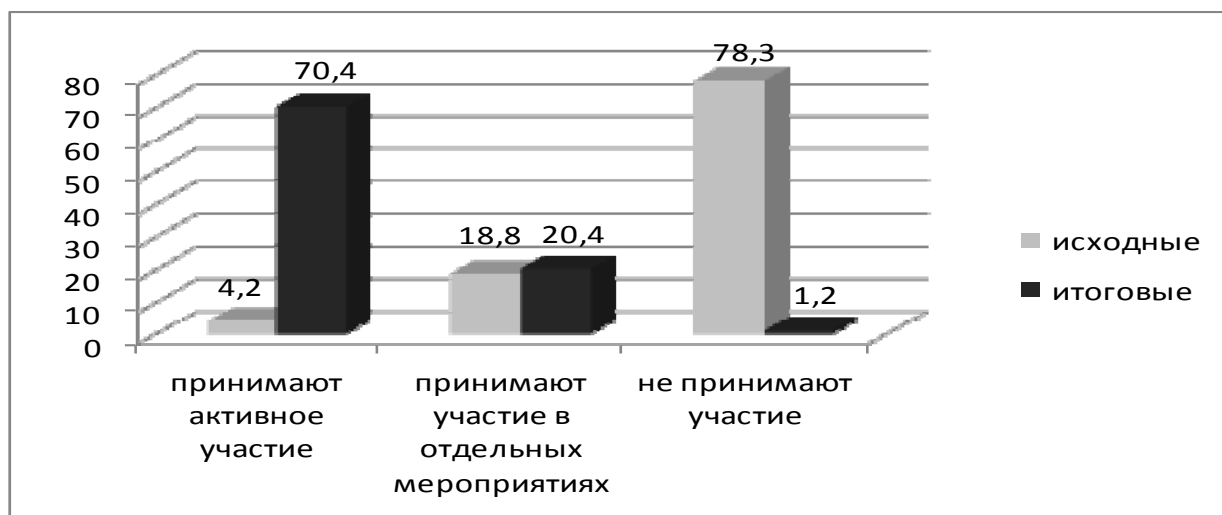


Рис. 1. Степень активности студентов в мероприятиях, способствующих сохранению и укреплению здоровья, (%)

Результаты исследования показывают, что на итоговом этапе эксперимента в мероприятиях, способствующих сохранению и укреплению здоровья, активное участие принимали 70,4 %, а в отдельных мероприятиях – 20,4 % студентов. Количество студентов, не принимающих участия в деятельности по сохранению и укреплению здоровья, снизилось на 67,1 %. Повышение активности студентов в деятельности по

сохранению и укреплению здоровья мы объясняем разнообразием занятий физической культурой, выбором и применением адекватных методов и приемов, структурированием процесса формирования готовности к сохранению и укреплению здоровья, инициативой преподавателя физической культуры, применением личностно-деятельностного подхода.

При повторном анкетировании студентов, а также в процессе бесед, мы определили, какие основания побудили их участвовать в деятельности по сохранению и укреплению здоровья (таблица 2). Наше исследование показало, что 20,1 % студентов принимают активное участие в деятельности по сохранению и укреплению здоровья, потому что занятия физической культурой проходят интересно, увлекательно. По итогам наблюдений за студентами в процессе их занятий физическими упражнениями, мы отметили, что активность студентов заметно увеличивается, это проявляется в желании выполнять задания преподавателя, студенты с удовольствием выполняют упражнения на гибкость, дыхательные упражнения, упражнения на гимнастические снарядах, со скакалкой (чаще девушки), упражнения с гантелями, на тренажерах, перекладине, брусьях (чаще юноши) и др. Осознают

значимость деятельности по сохранению и укреплению здоровья, ППФП 18,4 % студентов, поэтому активно в ней участвуют; 17,5 % студентов отметили, что основанием участия в деятельности по сохранению и укреплению здоровья для них явилось наличие знаний о здоровье; 14,6 % студентов участвуют в деятельности по сохранению и укреплению здоровья потому, что при выполнении физических упражнений у них улучшается самочувствие, повышается работоспособность; 13,2 % студентов показали, что регулярное участие в деятельности по сохранению и укреплению здоровья вырабатывает у них навык заботиться о здоровье; 12,3 % отметили желание учиться и совершенствоваться в деятельности по сохранению и укреплению здоровья; 4,2 % студентов не участвуют в деятельности по сохранению и укреплению здоровья.

Таблица 2

Основания, побудившие студентов участвовать в деятельности по сохранению и укреплению здоровья

<i>Основание</i>	<i>Среднее значение для студентов всех специальностей (%)</i>
Занятия физической культурой и ППФП проходят интересно, увлекательно, поэтому я с желанием участвую в деятельности по сохранению и укреплению здоровья не только в учебное время, но и после занятий.	20,1
Осознаю значимость сохранения и укрепления здоровья и ППФП, поэтому активно в ней участвую.	18,4
Понимаю, что сохранение и укрепление здоровья и ППФП необходимы всем.	17,5
При выполнении физических упражнений улучшается самочувствие, профессиональная работоспособность, повышается стрессоустойчивость.	14,6
Забота о здоровье и профессиональном долголетии.	13,2
Желание учиться и совершенствоваться в деятельности по сохранению и укреплению здоровья.	12,3
Я вынужден (а) участвовать в деятельности по сохранению и укреплению здоровья, выполняя требования преподавателя.	4,2

Критериями эффективности процесса формирования готовности студентов учреждений среднего профессионального образования к сохранению и укреплению здоровья, на наш взгляд, являются: усвоение студентами фундаментальных понятий о здоровье, здоровом образе жизни, правил ведения здорового образа жизни, изучение характеристик различных видов труда с изложением психофизиологических особенностей трудовой деятельности; уровень сформированности умений и опыта студентов по реализации на практике полученных знаний о здоровье, решения оздоровительных задач; изменение отношения студентов СПО к собственному здоровью, готовности укреплять и сохранять его в личной и профессиональной деятельности.

В целом исследование показало, что в процессе проведения педагогического эксперимента были созданы благоприятные условия формирования готовности студентов СПО к сохранению и укреплению здоровья, которые позволяют каждому студенту разви-

вать способность и готовность стать активным участником процесса. Это дает нам право утверждать, что, несмотря на потенциальные возможности содержания учебных занятий физической культурой, аудиторных и внеаудиторных занятий, важно, чтобы приобретенные знания, умения и опыт решения учебных оздоровительных задач трансформировались у студентов в потребность и далее работать над собой, позволяли самим определять цель как устойчивый мотив относиться к самому себе как субъекту деятельности по сохранению и укреплению здоровья.

Литература

1. Агринская, Л. Н. Повышение интереса студентов к занятиям физической культурой [Текст] / Л. Н. Агринская, Е. Н. Губарева // Специалист. – 2010. – № 12.
2. Адаптация и здоровье. Теоретические и прикладные аспекты [Текст] : коллективная монография / Э. М. Казин [и др.]; отв. ред. Э. М. Казин. – Изд. 2-е, с

измен. и доп. – Кемерово : Изд-во КРИПКиПРО, 2008. – 299 с.

3. Айзман, Р. И. Роль учителя в формировании и мониторинге здоровья обучающихся [Текст] / Р. И. Айзман, Е. Ю. Плетнева // Здоровьесберегающее образование. – 2010. – № 5 (9).

4. Кирпа, А. И. Механизм внедрения технологий здоровьесбережения в образовательные учреждения РФ [Текст] / А. И. Кирпа // Здоровьесберегающее образование. – М., 2010. – № 1.

5. Кривошеина, И. В. Формирование у учащейся молодежи ценностей здорового образа жизни [Текст] / И. В. Кривошеина // СПО. – 2009. – № 4.

6. Соловьев, Г. М. Становление деятельностного отношения студентов к физической культуре и здоровому образу жизни [Текст] / Г. М. Соловьев, И. Е. Шаталова // Педагогическое образование и наука. – 2009. – № 6.