

# Модель здоровьесберегающего пространства современного педагогического университета

**И. В. Журлова,**  
доцент кафедры педагогики,  
**Е. А. Цвирко,**  
магистр педагогики,  
ассистент кафедры биологии;  
Мозырский государственный  
педагогический университет  
имени И. П. Шамякина

*Актуализация проблемы здоровья в настожее время требует качественно нового подхода к воспитанию и обучению в учреждениях образования, которые являются идеальным центром для реализации и развития идей здорового образа жизни и воспитания осознанного ценностного отношения к собственному здоровью, образу жизни [5, с. 28].*

Успешное функционирование учреждения образования с учетом сегодняшнего состояния здоровья обучающихся невозможно без создания единого профилактического пространства, обеспеченнего взаимодействием педагогов, психологов, медицинских работников, врачей-гигиенистов, студентов и родителей, которые согласованно решают общие задачи, связанные с заботой о здоровье, и принимают на себя ответственность за результаты. Обеспечить здоровьесбережение можно только комплексом профилактических мероприятий на всех этапах обучения. Комплексное обеспечение здоровьесбережения предполагает наличие совокупности педагогических, санитарно-гигиенических и медицинских мер, направленных на оптимизацию процесса обучения, охрану и оздоровление окружающей университетской среды, формирование здорового образа жизни [8, с. 15]. Реализация принципов здоровьесберегающей педагогики и внедрение соответствующих методов осуществимы лишь при условии комплексного подхода, позволяющего предусмотреть все основные аспекты работы учреждения образования в области охраны здоровья.

Здоровьесберегающее пространство учреждения образования мы рассматриваем как совокупность условий, создаваемых администрацией учебного учреждения, всем педагогическим коллективом при обязательном участии самих обучающихся с целью обеспечения охраны и укрепления здоровья. Как отмечается в Концепции непрерывного воспитания детей и учащейся молодежи в Республике Беларусь, учебное заведение, в котором удается создать такие условия, превращается в территорию грамотной, комплексной и неустанной заботы о здоровье студентов и педагогов [1, с. 6]. Организация здоровьесберегающего пространства, на наш взгляд, будет успешной при условии построения всей здоровьесберегающей жизнедеятельности учреждения образования на основе соответствующей модели.

В осуществляемом нами исследовании формирование здоровьесберегающего пространства современного педагогического университета сводится не к сугубо медицинской модели, которая предполагает обеспечение здоровья обучающихся путем максимального наполнения вуза медицинскими (физиологическими) технологиями диагностики, поддержания и укрепления здоровья, а к психолого-педагогической модели, основанной на приоритете психолого-педагогических принципов и здоровьесберегающей педагогики, где ведущая роль в сохранении и укреплении здоровья студентов отводится преподавателю.

В основе разработанной нами модели здоровьесберегающего пространства университета (табл.1) лежат четыре компонента: образовательный, креативно-деятельностный, социальный и реабилитационный. Обозначенные направления работы реализовывались посредством решения следующих задач:

- разработка перспективных учебно-воспитательных программ и увеличение объема существующих оздоровительных мероприятий, укрепление здоровья и профилактика заболеваний;
- формирование установки педагогического коллектива и студенческой молодежи на здоровье как высшую ценность;
- создание здорового микроклимата для развития свободной личности, способной адаптироваться и самоутверждаться в условиях общества;
- поддержка студенческих инициатив и социальной активности;
- совершенствование профилактической работы по предупреждению правонарушений среди студентов, употребления наркотических средств и алкоголя;
- создание необходимых условий для личностной самореализации студентов в художественном, техническом, научном аспектах;
- разработка и внедрение системы диагностики (самооценки) уровня здоровья (физического, психического, социального) и самооздоровления человека;
- установление отношений взаимного доверия и сотрудничества студентов и преподавателей;
- расширение информационного и воспитательного пространства через интеграцию образования, науки, культуры, здравоохранения, спорта, что обеспечивает приобщение студентов к нравственным, духовным ценностям, формирование физически, психически и социально здоровой личности.

Креативно-деятельностный компонент модели охватывает организационно-воспитательную работу, проводимую в педагогическом вузе. Отрицательное влияние на здоровье студентов оказывают вредные привычки. Алкоголизм, наркомания, табакокурение, токсикомания провоцируют истощение физического

## Скарбниця вопыту

и психического здоровья. Как в учебной, так и в досуговой сфере в рамках реализации выделенного компонента нашей модели приоритет необходимо отдавать выработке ценностного отношения в жизни, пропаганде здорового образа жизни, способности противостоять негативным влияниям, что также подчеркивается в ряде исследований. Приобщение к здоровому образу жизни в этом контексте выступает своего рода процессом формирования у молодежи отношения к здоровью как важнейшей моральной ценности, основе духовного и материального благополучия.

Формирование навыков здорового образа жизни, предупреждение распространения и употребления наркотиков и других вредных зависимостей в молодежной среде – важнейшие составляющие воспитательной работы по сохранению и укреплению физического, психического и нравственного здоровья студентов. При этом приоритет следует отдавать созданию здоровьесберегающей среды, направленной на формирование ответственного отношения к своему здоровью и здоровью других людей как важнейшей ценности [9, с. 120]. Согласно методическим рекомендациям по организации идеологической и воспитательной работы со студенческой молодежью в университете в начале учебного года целесообразно проведение Недели профилактики вредных зависимостей, которая будет включать встречи студенческой молодежи, педагогических работников, родителей с сотрудниками правоохранительных органов, здравоохранения, информационные и кураторские часы, беседы, дискуссии по правовой тематике, тематические вечера и т. д. С этой целью планируется:

1. Выполнение мероприятий университетской программы «Здоровый образ жизни».

2. Проведение круглогодичной спартакиады университета, общежитий.

3. Организация работы спортивных секций.

4. Проведение мероприятий на факультетах, в университете, посвященных Дню здоровья.

5. Проведение мероприятий по программе «Жизнь без табака».

6. Проведение массовых праздников, например, «Мистер-университет», военно-спортивного праздника «Во славу Родины», общезаводского туристского слета, лыжных гонок.

7. Организация и проведение туристских походов, походов выходного дня.

8. Проведение общезаводского мероприятия, приуроченных Всемирному дню борьбы с наркоманией и наркобизнесом, Всемирному дню без табака, Всемирному дню профилактики СПИДа.

9. Проведение Дней здоровья.

Включение социального компонента в модель здоровьесберегающего пространства обусловлено важностью укрепления психологического здоровья студентов. Особую роль в этом играет социально-педагогическая и психологическая служба университета (далее – СППС), созданная согласно постановлению Министерства образования от 27.04.2006 № 42 «Об утверждении Положения о социально-педагогической и психологической службе учреждения образования».

Деятельность учреждения, обеспечивающего получение высшего образования, регламентируется при-

Таблица 1

Модель здоровьесберегающего пространства университета

Компоненты модели	Вид деятельности	Содержание деятельности	Средства
1. Образовательный	Учебная деятельность	Рационализация режима учебной деятельности студентов; формирование у будущих педагогов компетенций здоровьесбережения в процессе учебных занятий	Комплекс здоровьесберегающих технологий и изобретательских методик, методические материалы, методическое содержание
2. Креативно-деятельностный	Организационно-воспитательная работа	Формирование у будущих учителей компетенций здоровьесбережения через организацию и проведение внеаудиторных форм работы	Методические материалы, тематические выставки, фестивали, кураторские часы, беседы, семинары, конференции, акции, лекции, выступления и др.
3. Социально-диагностический	Работа социально-педагогической и психологической службы университета	Консультативно-коррекционная работа со студентами, родителями и кураторами академических групп	Тренинги, консультации, приемы психологического воздействия (внушение, убеждение и др.), конструктивное общение и др.
4. Реабилитационный	Профилактическая деятельность	Работа здравпункта и профилактория университета	Иммунизация, витаминизация, физиопроцедуры и др.
	Физкультурно-оздоровительная работа	Развитие физической культуры студентов и укрепление их здоровья через работу спортивных секций, проведение оздоровительных мероприятий	Физические упражнения, оздоровительные силы природы, популяризация спортивных достижений, спортивные игры, туры, соревнования, Дни здоровья и др.

менительно к созданной нами модели, направлена на оказание помощи студентам в решении таких проблем, как социальная адаптация, организация жизнедеятельности (включая жилищно-бытовые вопросы), организация самоподготовки. Она осуществляется совместно с кураторами учебных групп, воспитателями общежитий, заместителями деканов по воспитательной работе [2, с. 18–20].

Особое место в работе службы занимают вопросы адаптации первокурсников: самостоятельное проживание без родителей, ведение бюджета и преодоление возможных материальных трудностей, интенсивность и загруженность учебного процесса, организация самоподготовки, налаживание отношений с проживающими в одной комнате общежития и т. д.

Помощь специалистов СППС нужна также для предупреждения стрессов (в том числе и предэкзаменационных), депрессий, сложностей в межличностных отношениях [4, с. 18].

В состав реабилитационного компонента модели входят профилактическая деятельность служб вуза и физкультурно-оздоровительная работа со студентами.

Важную роль среди здоровьесберегающих технологий, применяемых в системе образования, играют медико-гигиенические методы. Медработник оказывает медицинскую помощь, следит за состоянием здоровья студентов, организует и проводит профилактические мероприятия, а также мероприятия по санитарно-гигиеническому просвещению учащихся и педагогического коллектива.

Здравпункт принимает участие в разработке совместно с администрацией и профсоюзной организацией комплексного плана санитарно-оздоровительных мероприятий и контролирует их выполнение, анализирует причины заболеваемости с временной утратой трудоспособности и участвует в разработке мероприятий по их профилактике и снижению, осуществляет санитарно-просветительскую работу в вузе.

Студенческий санаторий-профилакторий является лечебно-профилактическим учреждением санаторного типа, предназначенным для проведения лечебной, оздоровительной, профилактической работы среди студентов, аспирантов, магистрантов, слушателей дневной формы обучения университета без отрыва от учебного процесса.

Одной из задач современной высшей школы является совершенствование организационных форм физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы. Принципиальная задача, стоящая перед учреждением образования, – оптимальный охват учащихся физкультурно-оздоровительными мероприятиями, что является необходимым условием успешной реализации реабилитационного компонента модели [3, с. 6].

Согласно методическим рекомендациям все физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия должны проводиться во внеучебное время и планироваться равномерно в течение учебного года. К числу эффективных форм спортивно-массовой

деятельности относятся соревнования, физкультурные праздники, вечера и встречи, конкурсы, туристские походы, путешествия, слёты, игры на местности. Грамотно используя различные средства, формы и методы физического воспитания, можно эффективно повысить физическую и интеллектуальную работоспособность студентов, оказать воздействие на сознание молодых людей, убедить их в необходимости заниматься физической культурой и спортом [3, с. 7]. Такие мероприятия, как дни здоровья, спорта и туризма являются активной формой отдыха, снижают усталость, улучшают работоспособность, воспитывают сознательность, трудолюбие, закрепляют основы ЗОЖ.

Таким образом, разработанная нами модель здоровьесберегающего пространства имеет адаптивный характер и не является жестко привязанной к конкретной образовательной технологии. Она обеспечивает мониторинг здоровья участников образовательного процесса и факторов, его определяющих, дает возможность на основании своего, а не чужого опыта принимать управление решения, организовывать целенаправленную работу по их выполнению, систематически анализировать полученные результаты и в случае серьезных отклонений вносить необходимые корректизы.

#### Список литературы

1. Концепция непрерывного воспитания детей и учащейся молодежи в Республике Беларусь // Зборнік нарматyўных дакументаў Міністэрства адукацыі Рэспублікі Беларусь. – 2007. – № 11. – С. 60–62.
2. Методические рекомендации о деятельности социально-педагогической и психологической службы учреждения образования // Сацыяльна-педагагічнаа работа. – 2007. – № 12. – С. 6–26.
3. Об организации физического воспитания студентов (курсантов) высших учебных заведений в 2009/2010 учебном году: инструктив.-метод. письма М-ва образования // Настаўніцкая газета. – 2009. – 23 ліп. – С. 6–7.
4. Рыльская, Е. А. Тренировое занятие «Уверенность. Методики снятия стрессов» / Е. А. Рыльская // Сацыяльна-педагагічнаа работа. – 2011. – № 4. – С. 16–20.
5. Самусева, Н. В. Здоровый образ жизни как взаимосвязь физического, психического и социального здоровья / Н. В. Самусева // Адукацыя і выхаванне. – 2009. – № 9. – С. 26–31.
6. Сиваков, Ю. Здоровый образ жизни – здравосозидаельная политика Республики Беларусь / Ю. Сиваков // Актуальные проблемы здорового образа жизни в современном обществе: материалы междунар. науч.-практ. конф. – Минск: БГАФК, 2003. – С. 3
7. Чупаха, И. В. Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе / И. В. Чупаха, Е. З. Пужаева, И. Ю. Соколова. – М.: Нар. образование, 2005. – 40 с.
8. Шикун, А. И. О проблеме формирования здорового образа жизни молодежи / А. И. Шикун // Адукацыя і выхаванне. – 2003. – № 2. – С. 14–17
9. Щур, С. Н. Формирование у студентов готовности к здоровьесбережению / С. Н. Щур, Е. С. Астрейко // Веснік МДПУ імя І. П. Шамякіна. – 2009. – № 2. – С. 118–122.