

Таблица 2 – Динамика результатов в беговых тестах у детей контрольной группы до и после проведения исследований

Тест	До	После	$t_{\text{факт.}}$	$t_{\text{табл.}}$	P
Бег 60 м с проходом по брусу, с	12,90±0,25	12,73±0,29	0,44	2,15	0,05
Бег 100 м с остановкой, с	19,58±0,39	19,51±0,32	0,14	2,15	0,05
Бег «змейкой» 100 м, с	20,09±0,52	20,08±0,51	0,12	2,15	0,05
Челночный бег 4×9 м, с	12,71±0,24	12,49±0,26	0,58	2,15	0,05
Бег с препятствиями 60 м, с	12,18±0,16	12,03±0,22	0,51	2,15	0,05

Так, показатели тестирования в беге на 60 м с проходом по брусу улучшились на 1 %, в беге на 100 м с остановкой – на 0,4 %, в беге «змейкой» 100 м – на 0,05 %, в челночном беге 4×9 м – на 2 %, в беге с препятствиями 60 м – на 1 %. Полученные нами данные свидетельствуют об имеющейся тенденции к улучшению показателей тестирования бега под влиянием занятий по адаптивной физической культуре. Вместе с тем для достижения достоверно выраженного улучшения параметров двигательных навыков детям контрольной группы потребуется значительно большее время или проведение дополнительных занятий по данной дисциплине.

Таким образом, исследования показали, что под воздействием разработанной коррекционно-развивающей программы, направленной на развитие двигательных навыков детей с умственной недостаточностью, наблюдается статистически достоверное улучшение результатов всех проведенных тестов (бег 60 м с проходом по брусу; бег 100 м с остановкой; бег «змейкой» 100 м; челночный бег 4×9 м; бег с препятствиями 60 м), отражающих преимущественно скоростно-силовые и координационные двигательные способности занимающихся 10–13 лет с легкой степенью умственной недостаточности. Проведенные исследования доказывают, что разработанная коррекционно-развивающей программы, направленной на развитие двигательных навыков детей с умственной недостаточностью, эффективна для развития двигательных способностей и навыков детей с легкой степенью умственной недостаточности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Сайт специального образования Республики Беларусь / Интеллектуальная недостаточность. URL: <http://www.asabliva.by/ru/main.aspx?guid=3915> (дата обращения 15.02.2019).
2. Специальная психология: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / В. И. Лубовский, Т. В. Розанова, Л. И. Солнцева и др.; под ред. В. И. Лубовского. – 2-е изд., испр. – М.: Изд. центр «Академия», 2005. – 464 с.
3. Вевцев, С. И. Оздоровление и коррекция психофизического развития детей с нарушением интеллекта средствами адаптивной физической культуры / С. И. Вевцев, А. А. Дмитриев. – М.: Советский спорт, 2004. – 104 с.
4. Литош, Н. Л. Адаптивная физическая культура. Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями в развитии: пособие / Н. Л. Литош. – М.: Спорт-Академ-Пресс, 2002. – 140 с.
5. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре / под ред. О. Э. Аксеновой, С. П. Евсеева. – М.: Советский спорт, 2005. – 296 с.
6. Калюжин, В. Г. Развитие навыков бега у детей 10–12 лет с легкой степенью умственной отсталости / В. Г. Калюжин, Ю. В. Зыбин, Г. В. Попова // Спортивная медицина. Здоровье и физическая культура. Сочи 2011: материалы II Всероссийской (с международным участием) научн.-практ. конф., Сочи, 16–18 июня 2011 г. / под общ. ред. С. Е. Павлова. – Сочи, 2011. – С. 212–214.

ДИНАМИКА ЦЕННОСТИ ЗДОРОВЬЯ У СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВУЗА В ПРОФЕССИОНАЛЬНО-АКСИОЛОГИЧЕСКОЙ ПАРАДИГМЕ

DYNAMICS OF HEALTH VALUE OF PEDAGOGICAL UNIVERSITY STUDENTS IN PROFESSIONAL AXIOLOGICAL PARADIGM

Н. В. Самусева¹, В. И. Пенкрат²

N. Samuseva¹, V. Penkrat²

¹Белорусский государственный педагогический университет им. М. Танка,
г. Минск, Республика Беларусь

²Академия Министерства внутренних дел Республики Беларусь,
г. Минск, Республика Беларусь
nsamuseva@bk.ru

¹Belarusian State Pedagogical University named after M. Tank, Minsk, Republic of Belarus

²Academy of the Ministry of the internal Affairs of the Republic of Belarus,
Minsk, Republic of Belarus

Обосновывается профессионально-аксиологическая парадигма как один из актуальнейших подходов в общепедагогической подготовке будущих учителей. Прослеживается динамика значимости ценности здо-

ровья в структуре профессиональных ценностей будущих специалистов. Определяются условия организации образовательной среды учреждения высшего образования, направленной на обогащение опыта здоровьесбережения студентов и ценностного отношения к здоровью в будущей профессиональной деятельности.

The article substantiates the professional-axiological paradigm as one of the most important approaches in the general pedagogical training of future teachers, traces the dynamics of the importance of health value in the structure of professional values of future specialists, defines the conditions for organizing the educational environment of a higher education institution, aimed at enriching the experience of students' health and value for health in future professional activities.

Ключевые слова: культура здоровья, ценность, профессионально-ценностные ориентации, будущий педагог, здоровьесберегающие технологии, аксиология.

Keywords: health culture, value, professional value orientations, future teacher, health-saving technologies, axiology.

Успешность будущей педагогической деятельности во многом зависит не только от того, как учитель умеет согласовывать свое поведение, поступки, высказывания, эмоции и чувства, но и от состояния физического, духовного и социального благополучия.

Развитие культуры здоровьесбережения личности является одним из актуальных направлений в системе образования Беларуси. Поэтому важнейшим социальным требованием к учреждениям высшего образования выступает ориентация на развитие культуры здоровья личности, обогащения ее здоровьесберегающего опыта.

Выпускник современного учреждения высшего образования, который будет работать в постиндустриальном обществе, должен обладать определенным набором качеств в области здоровьесбережения, предполагающих мобильную адаптацию в постоянно изменяющихся жизненных ситуациях, самостоятельное приобретение актуальных знаний и умений, применение их на практике для решения часто возникающих нестандартных проблем; самостоятельное критическое мышление, умение видеть возникающие в существующем мире трудности и искать оптимальные пути выхода без ущерба для здоровья, используя инновационные здоровьесберегающие технологии; иметь четкое представление об использовании полученных знаний в окружающей действительности; быть способными продуцировать новые идеи, творчески мыслить; обладать широким кругозором, быть коммуникабельным, открытым к диалогу в разных социальных группах, уметь работать в команде или коллективе, предотвращая внутренние конфликты или находя компромиссные решения; самостоятельно совершенствоваться в развитии собственного интеллекта, профессиональной аксиосферы, культуры здоровья.

В этой связи профессионально-ценностные ориентации являются интегративной составляющей общей культуры личности будущего учителя. Аксиология, как наука о ценностях, может выступать методологической основой и механизмом развития ценностно-смыслового отношения будущих учителей к профессиональной культуре, а также может характеризоваться как путь определенного переосмысления, обновления и дополнения ценностей теории и практики образовательного процесса непосредственно в профессиональной деятельности [2].

Согласно исследователю З. И. Равкину, под профессионально-ценностными ориентациями понимаются «элементы внутренней культуры личности, которые выражают ее внутреннее субъективное отношение к общественно-значимым ценностям труда и определенным компонентам профессионально-педагогической деятельности» [4].

Формирование профессионально-ценностных ориентаций будущих педагогов – процесс определения значимых в профессии учителя общечеловеческих, педагогических, национальных ценностей и их согласование с профессиональной перспективой.

С целью изучения динамики ценности здоровья у студентов и для дальнейшего определения путей оптимизации культуры здоровья личности в учреждении высшего образования, нами было проведено мини-анкетирование. В исследовании приняли участие 130 студентов первого-третьего курсов факультета физического воспитания учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка».

Респондентам были предложены следующие вопросы анкеты:

– составьте личную иерархию основных профессиональных ценностей (знание психологии, знание своего предмета, компетентность, нравственность, справедливость, культура здоровья, карьерный рост, занятие спортом, коммуникабельность, компромиссность, эрудированность, самосовершенствование);

– относите ли вы здоровье к профессиональным ценностям?;

– для Вас здоровье – это...;

– какие компоненты, на ваш взгляд, входят в понятие «культура здоровьесбережения»?

Результаты опроса показали, что большая часть респондентов-первокурсников к основным профессиональным ценностям отнесла «знание своего предмета» (67 %), «занятие спортом» (76 %), «справедливость» (58 %), «карьерный рост» (61 %), «эрудированность» (57 %), «самосовершенствование» (47 %).

Остальные профессиональные ценности в иерархии занимают от 10,5 до 15 %.

Анализируя процентное соотношение ответов можно предположить, что для начала обучения овладение преподаваемым предметом имеет большое значение. Сюда же можно отнести и занятия спортом, ибо для студентов факультета физической культуры иметь спортивный разряд, быть физически подготовленным, участвовать в международных соревнованиях профессионально значимо.

Стоит отметить, что профессиональные ценности нравственно-этического характера показывают высокие проценты, что также важно для будущей деятельности учителя.

Второй вопрос анкеты «Относите ли вы здоровье к профессиональным ценностям?» показал, что не все студенты относят здоровье к профессиональным ценностям и считают его делом будущего в своем профессиональном росте.

И это естественно. В молодом возрасте вопросы здоровья не встают на первое место, так как кажется, что будешь здоров всегда. А если случаются легкие недомогания, которые быстро проходят, то для профессии это «совсем неважно», «на них вообще не стоит обращать внимания».

Анализ ответов респондентов на третий открытый вопрос «Для Вас здоровье – это...» показал, что для большинства опрошенных здоровье – это то, что дано человеку от природы, когда «у тебя все хорошо и ты хочешь жить и смеяться» (36 %), «когда хватает сил на учебу, развлечения и хобби» (12 %). Другая часть студентов связывает понятие здоровья с балансом, гармонией, идеальным сочетанием внешнего и внутреннего, физического и духовного (15 %). Одним из распространенных определений здоровья стало утверждение о том, что здоровье – это отказ от вредных привычек (45 %), а также отождествление здоровья с занятиями физической культурой (11 %).

Четвертый вопрос анкеты, «Какие компоненты, на ваш взгляд, входят в понятие «культура здоровьесбережения?», вызвал наибольшее затруднение. Для респондентов оказалось сложным определить составляющие культуры здоровья. Многие из них отмечали, что это «утренняя зарядка», «пробежка», «соответствующая гигиена», «нормальный сон», «отказ от вредных привычек» и т. д. Исследователи этого феномена отмечают, что в культуру здоровья входят три основных компонента: «культура питания, культура движения и культура эмоций».

Вместе с тем можно представить, что у студентов первого курса еще не в полной мере сформированы ценностно-смысловые установки на сохранение здоровья, недостаточно развито чувство ответственности за состояние своего здоровья, в качестве неотъемлемой части общекультурного и профессионального развития.

Есть все основания утверждать, что неосознанность студентами ценности собственного здоровья, неудовлетворительный уровень владения здоровьесберегающими технологиями в индивидуальной жизнедеятельности и в образовательном процессе свидетельствуют о дефиците культуры здоровья будущих педагогов.

Развитие культуры здоровья будущих педагогов рассматриваются нами как часть педагогической культуры. В исследованиях многих ученых-валеологов определены функции культуры здоровья: аксиологическая, представляющая собой осознание здоровья как общечеловеческой ценности; нормативная – закрепление социальных норм; регулятивная – как сохранение здоровья и профессионального долголетия и творческая, ведущая к созданию нового в области здоровьесбережения [1].

Образ жизни может быть здоровым только тогда, когда он не только поддерживается, но и развивается, дополняется новыми полезными для здоровья навыками и привычками.

Как показали ответы на те же вопросы нашей анкеты, студенты третьего курса существенно изменили свое отношение к такой ценности как здоровье. Особенно это стало очевидным после трехмесячной педагогической практики студентов факультета физической культуры.

Выявлено также, что студенты испытывают потребность в обсуждении темы здоровьесбережения и формирования культуры здоровья с родителями и преподавателями, на что указывают доминирующие ответы с критической формулировкой «недостаточно часто» в отношении показателей: «с родителями», «с преподавателями».

Как известно, профессионально-ценностное сознание студента формируется в процессе всего периода обучения в учреждении высшего образования, где особая роль отводится предметам гуманитарного и психолого-педагогического циклов. Составляющие компоненты ценностно-профессионального развития будущего учителя можно представить следующим образом [3]:

- усвоение информации о личностных и профессиональных ценностях;
- их переживание;
- реализация профессионально-ценностного подхода;
- аксиологическое саморазвитие в контексте будущей профессии.

Целью ценностно-профессионального развития будущего учителя является формирование его ценностно-профессионального сознания.

Формирование и совершенствование банка профессионально-личностных ценностей будущих специалистов осуществлялось в процессе профессионально-педагогической подготовки и проведения внеаудиторной воспитательной работы со студентами в БГПУ им. М. Танка.

На лекционных и практических занятиях по педагогическим дисциплинам использовались следующие инновационные методы и средства совершенствования профессиональных ценностей будущих учителей физической культуры: аксиограмма, арт-терапия, портфолио, профессионально-творческая игра, конференции, здоровьесберегающий тренинг, рефлепрактика, моделирование здоровьесберегающих ситуаций, мастер-классы, студии «Сохранение здоровья – это искусство», театральная педагогика, квазипрофессиональная деятельность (создание в игровой форме и проигрывание целостных фрагментов и ситуаций, встречающихся в профессиональной педагогической деятельности), создание электронного каталога «Когда молодому педагогу трудно...», электронные тренажеры; продуктивное обучение, интеграция предметов психолого-педагогического цикла и т. д.

Также интересно было узнать, как изменились профессионально-ценностные ориентации будущих учителей физической культуры в процессе обучения. С этой целью был проведен опрос студентов третьего курса, включающий те же, вышеперечисленные вопросы.

Экспресс-анализ показал, что в своих ответах студенты третьего курса отнесли здоровье и здоровьесбережение в иерархии профессиональных ценностей на первые места (88 %). Этому способствовали мероприятия, которые проводились в условиях организации образовательной среды учреждения высшего образования, а также на лекциях, практических и семинарских занятиях предметов гуманитарного и психолого-педагогического циклов.

В ответах студентов на вопрос «Для Вас здоровье – это...» были затронуты вопросы причин ухудшения здоровья. Сюда они отнесли чувство усталости, нарушения сна, мышечные боли, повышенная раздражительность, аритмия, повышение давления, мигрень, головные боли, нарушение пищеварения и немотивированное беспокойство.

Вместе с тем третьекурсники затронули вопросы способов сохранения здоровья. Среди них юмор и смех, сон, водные процедуры, занятие любимым делом, поездки на природу, совершение различных покупок, общение с друзьями а также чтение легкой литературы.

Таким образом, рефлексивно-деятельностный подход к отбору технологий и методов обучения по совершенствованию профессионально-ценностных ориентаций будущих педагогов способствует развитию ценности культуры речи, умению корректно организовывать спор-дискуссию, развитию рефлексивной позиции студентов; повышению их направленности на выбранную профессию; развитию умений сбережения психического и социального здоровья; формированию направленности на здоровьесберегающую профессиональную деятельность, предполагающую также сбережение здоровья всех участников образовательного процесса [3].

С учетом результатов анкетного опроса можно выделить следующие условия организации образовательной среды учреждения высшего образования, направленной на обогащение опыта здоровьесбережения студентов и ценностного отношения к здоровью в профессионально-аксиологической парадигме:

– обеспечение широкой информированности студентов о возможностях реализации и развития их личностно-профессиональных способностей путем презентации деятельности различных университетских творческих объединений, студий, клубов по интересам и т. п.;

– предоставление студентам возможности творчески и нестандартно подходить к решению различных ситуаций; обеспечение процесса систематического просвещения студентов в области успешной профессиональной и здоровьесберегающей деятельности, в том числе через сайты и студенческие порталы университетов;

– использование здоровьесберегающего потенциала традиционных форм образования и воспитания студентов и внедрение инновационных практик профессионально-личностного развития: интернет-блоги, вебинары, телемосты по обмену опытом, проектные методы и др.;

– обогащение воспитательных мероприятий и форм деятельности ценностно-профессиональным содержанием.

ЛИТЕРАТУРА

1. Митина, Л. М. Психология профессионального развития учителя / Л. М. Митина. – М.: Флинта: Моск. психол.-соц. ин-т, 1998. – 200 с.

2. Романов, В. А. Профессионально-ценностные ориентации как элемент внутренней культуры личности студентов / В. А. Романов // Ценности профессиональной деятельности педагога: межвуз. сб. науч. тр. Черкассы; Ульяновск: Изд-во Ульяновского ИПКПРО, 2011. – С. 109–115.

3. Тимашкова, Л. Н. Формирование профессионально-ценностных ориентаций будущего учителя в контексте аксиологической подготовки в вузе / Л. Н. Тимашкова // Трансформация образования и мировоззрения в современном мире: материалы Междунар. науч. конф. – Минск : БГПУ, 2012. – С. 151–153.

4. Ценностные ориентации в сфере педагогического образования: история и современность / под ред. З. И. Равкина. – М.: ИТОиП РАО, 1995. – 214 с.

МОНИТОРИНГ ФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ СИСТЕМ ОРГАНИЗМА КАК СРЕДСТВО УПРАВЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЕМ ОБУЧАЮЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ DYNAMIC MONITORING OF PHYSIOLOGICAL SYSTEMS OF THE ORGANISM AS A MEANS OF HEALTH MANAGEMENT OF TRAINING YOUTH

Г. Н. Собянина

G. Sobyagina

*Севастопольский государственный университет,
г. Севастополь, Российская Федерация
galsob@rambler.ru*

Sevastopol State University, Sevastopol, Russian Federation

Показано, что мониторинг основных параметров организма дает объективную оценку физиологического статуса индивида, обеспечивает своевременное выявление проблем, выступает средством управления здоровьем студенческой молодежи. Проведенный анализ состояния здоровья студентов высшего учебного