

СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К ПРОБЛЕМЕ ОБЕСПЕЧЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ ВУЗА В ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ТЕОРИИ И ПРАКТИКЕ

В. Н. Ирхин

ГОУ ВПО «Белгородский государственный университет»
г. Белгород

Для современной России студенчество представляет ключевой интеллектуальный и демографический потенциал. Однако, как показывает статистика, среди студенчества ежегодно регистрируется более 5 млн. острых и хронических заболеваний, из которых более 1 млн. – инфекционные. Более 1,5 млн. студентов имеют психические расстройства. До 85 % студентов имеют хронические заболевания. Среди студентов около 800 тысяч на практике знакомы с действием наркотиков, более 1 миллиона человек страдают алкоголизмом, около 800 тысяч курят табак (Г.А. Калачев).

Исследователи в сфере педагогики и психологии здоровья констатируют не только отдельные моменты неблагополучного состояния здоровья студентов (окружающая среда, стиль жизни, наследственность), но и выделяют целый комплекс отрицательных социальных и педагогических факторов:

- отсутствие целенаправленной пропаганды и просвещения в области здорового образа жизни и экологии личности в высших учебных заведениях;

- недостаток методик в области обучения и воспитания здорового образа жизни студентов вуза;

- недостаточное внимание к формированию мотивации к здоровому образу жизни студентов в учебных заведениях (психологический аспект);

- слабая разработанность критериев и показателей в области оценки уровня сформированности культурных навыков при формировании мотивации к здоровому образу жизни студентов.

Проведенный анализ практики показывает, что отсутствие приоритета здоровья в жизни общества привело к тому, что образовательный процесс в учебных заведениях является недостаточно ориентированным на формирование осознанного отношения студентов к своему здоровью. Кроме занятий физической культуры в учебных заведениях вопрос здоровья не находит своего теоретического и практического обоснования. Организа-

ция учебного процесса и методика обучения в основном слабо учитывают особенности их влияния на организм студентов. Это касается и технологии составления учебного расписания, и проведения количества контрольных работ, а также системы взаимоотношений «преподаватель – студент» и ряда других моментов.

Любые инновации в сфере образования и в профессиональной деятельности преподавателя необходимо рассматривать с точки зрения их влияния на здоровье студентов, и по данному критерию оценивать работу отдельного преподавателя и всего педагогического коллектива вуза. В этой связи актуализируется задача формирования культуры здоровья и сознания преподавателя, его направленности на восприятие и реализацию валеологического подхода к процессу воспитания студентов.

В последние десятилетия в педагогической теории и практике данный подход получил широкое распространение применительно к исследованиям, посвящённым вопросам обучения, воспитания и развития здоровья учащейся молодежи (Н. П. Абаскалова, Э. Н. Вайнер, М. Я. Виленский, В. Н. Ирхин, Г. А. Калачев, Л. Г. Татарникова и др.).

Неоднозначно решая обозначенную проблему, авторы сходятся во мнении, что идеей здоровья должна быть пронизана вся жизнедеятельность образовательного учреждения. Только при этом условии принципы сохранения, укрепления и формирования здоровья в рамках образовательного учреждения будут эффективны. Следовательно, необходимо руководствоваться неким общим положением, вбирающим в себя три обозначенных принципа, при решении целевых, содержательных и организационных вопросов жизнедеятельности здоровьесберегающей педагогической системы вуза. Таким общим руководством к действию, на наш взгляд, является принцип здоровьесбережения (В. Н. Ирхин, 1996), включающий в себя целевую ориентацию участников педагогического процесса на здоровье, как приоритетную цен-

СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К ПРОБЛЕМЕ ОБЕСПЕЧЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ ВУЗА В ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ТЕОРИИ И ПРАКТИКЕ

ность и основной результат деятельности; направленность содержания и организации учебно-воспитательной работы на формирование потребности студента в здоровье и здоровом образе жизни, его валеологической грамотности; методы и формы организации всех видов деятельности будущих специалистов, обеспечивающие снижение стоимости их здоровья; развитие валеологической культуры преподавателей; создание вузовской службы здоровья, осуществляющей валеологическое сопровождение образовательного процесса; валеологизацию предметно-пространственной среды вуза; приобщение семьи, общественности к работе по оздоровлению микросоциума; валеологизацию управления, требующую соответствующих структурных изменений и обновления самого механизма управления в образовательном учреждении.

Таким образом, реализация принципа здоровьесцентризма ведёт к необходимости кардинального валеологического обновления вузовской образовательной системы, что предполагает её движение к модели здоровьесориентированной воспитательной системы вуза.

В настоящее время в системе высшего образования в разряд приоритетных выдвигается задача обеспечения социального компонента здоровья студентов, рассматриваемого как воспитание личности, способной к полноценной реализации своего биологического и социального потенциала в определенной социокультурной и экологической среде. Решить эту стратегическую задачу возможно только в процессе развития у юношей и девушек внутренней картины здоровья, т.е. смысловой сферы личности во взаимосвязи с жизнеспособностью (действительно-практической сферой) (Ирхин).

Педагоги, психологи и социальные работники единодушны во мнении о том, что в обстановке сложного и неоднозначного развития рыночных отношений в России усилились негативные тенденции в сфере социального здоровья студенческой молодежи. Широко распространились такие проявления нездоровой личности, как зависимость от вредных привычек, дезадаптация поведения, конфликтность, враждебность, неадекватное восприятие окружающего мира, пассивная жизненная позиция, уход от ответственности за себя, утрата веры в свои возможности, ослабление воли, эгоцентризм, пассивность, утрата интереса и любви к близким, ослабле-

ние или (напротив) гипертрофированность самоконтроля и др.

Выявление состава и раскрытие особенностей критериев социального здоровья представляется одним из ключевых вопросов, от степени осознания которого во многом зависит практическое решение преподавателями и кураторами вышеобозначенной проблемы. Суммируя высказывания ученых, представим перечень критериев социального здоровья личности. В первую очередь к ним относится потребность в безопасности, привязанности и любви (по А. Маслоу), бескорыстие, интерес к окружающему миру, адекватное восприятие социальной действительности, адаптация к физической и социальной среде, направленность на общественно-полезное дело, альтруизм, демократизм в поведении, умение взаимодействовать с представителями разных социальных групп и др.

Как показывает анализ работы вузов, эффективными средствами оздоровления и физического развития студентов является проведение в вузах «дней здоровья», спортивных соревнований, вовлечение студентов в спортивные секции, в клубы и «фитнес-центры», в туристскую деятельность, в другие формы занятий физической культурой.

Сопоставление здоровьесориентированной воспитательной деятельности образовательных учреждений по критериям цель и содержание деятельности, используемые технологии, структура воспитательной системы, результат деятельности позволяет условно выделить следующие направления, в основе которых лежит соответствующая модель здоровья:

- медицинское (акцент делается на профилактике заболеваний и оздоровительных мероприятиях с приоритетом соматического компонента здоровья),
- медико-психологическое (сюда добавляются психогигиенические мероприятия, вводятся элементы психотренингов);
- биосоциальное, которое также основано на традиционном медико-биологическом содержании, сориентировано на формирование ресурсно-прагматического типа внутренней картины здоровья и совершенствование психофизиологической жизнеспособности студента.

Общим для всех этих направлений здоровьесориентированной воспитательной деятельности является недооценка социокультурного аспекта здоровья, что входит в противоречие с ведущим фактором, влияющим

на здоровье учащейся молодежи в нашей стране. Общеизвестно, что, сложно протекаемые, противоречивые системные социально-экономические преобразования в современной России, финансово-экономический кризис создают эмоциональные трудности, стрессовые ситуации для молодых людей, часто не готовых к их позитивному разрешению. В этой связи, в вузах одним из ключевых направлений становится поддержка социального здоровья студентов, что проявляется в их обучении противостоянию манипуляции, преодолению стрессовых ситуаций, целостной подготовке к оптимизации своей жизнеспособности в условиях сложных социальных изменений.

Ученые предлагают разные варианты решения проблемы обеспечения здоровья студентов вуза. Одно из ведущих мест занимает гигиенический подход (Э. Н. Вайнер, С. М. Громбах, Э. М. Казин, Г. А. Калачев, Г. А. Кураев, В. Р. Кучма, В. Д. Сонькин и др.). Его основу составляет принцип сохранения здоровья, а сущность заключается в снижении внешних отрицательных факторов воздействия на здоровье студентов посредством регламентации образовательного процесса и отдельных его видов, учета гигиенических требований и норм к организации предметно-пространственной среды, использованию оборудования и т.д.

В последние годы ясно обозначилось и постепенно набирает силу инновационное валеологическое движение в сфере высшего образования, где, несмотря на финансовые трудности, во многих вузах России реализуются программы «Здоровье» и идея формирования культуры здоровья студентов, организуются службы, содействующие здоровью будущих специалистов, ведется поиск технологий обучения «без потерь здоровья» и здоровьесберегающих режимов обучения, действуют волонтерские отряды студентов –приверженцев ЗОЖ и т.д.

Так, например, в Воронежском государственном педагогическом университете реализуется фасилитарно-терапевтический подход к воспитанию здоровых студентов, сущность которого заключается в использовании сложного комплекса педагогического воздействия через организацию стимулов, упражнений, ситуаций успеха, самообразования и самосовершенствования, влияния образцов для подражания в сочетании с психологическим комфортом, защищенностью и деловым настроем, физической нагрузкой, двигательными упражнениями, играми, специальными

оздоровительными упражнениями, закаливанием, ЗОЖ.

В Тольяттинском государственном университете созданы необходимые условия для укрепления здоровья студентов, повышения их работоспособности, приобщения к физической культуре, спорту, привитию потребности к сохранению, восстановлению и укреплению здоровья. С целью формирования здорового стиля жизни и обучению здоровью проводятся практические и лекционные занятия по вопросам обеспечения здоровья и ЗОЖ студентов, методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. Во второй половине дня студентам предлагаются на выбор секционные занятия по различным видам спорта и системам оздоровления. Студентам, освобожденным от занятий физической культурой в основной группе, дается возможность заниматься в группах лечебной физической культурой.

В Российском государственном институте интеллектуальной собственности (РГИИС), г. Москва, осуществляется идея обеспечения здоровья студентов через здоровьесозидающую среду, в которой главный участник – педагог, сам показывающий пример ЗОЖ.

Важнейшим условием, обеспечивающим достижение высокого уровня здоровья через образ жизни, является постоянный контроль человека за состоянием своего организма. Э.Н. Вайнером разработан и успешно осуществляется в воспитательном процессе Липецкого государственного педагогического университета дневник здоровья, который помогает студентам осуществлять такой контроль на протяжении учебного года. Ежедневные записи, проводящиеся студентами в дневнике, сопоставительный анализ каждого очередного результата с полученным ранее позволяют юношам и девушкам не только следить за своими успехами в повышении уровня здоровья, но и корректировать образ жизни.

А. Г. Маджуга, О. Н. Брунько, С. Р. Хакутдинова разработали и в условиях Стерлитамакской государственной педагогической академии им. З. Биишевой апробировали валеологические технологии, обеспечивающие становление здорового человека и подготовку будущих учителей к здоровьесотворяющей деятельности. Авторы предлагают формировать валеологические стратегии личности на основе концепции доминирующих инстинктов и выявления базовых психолого-педагогических доминант.

СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К ПРОБЛЕМЕ ОБЕСПЕЧЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ ВУЗА В ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ТЕОРИИ И ПРАКТИКЕ

Оздоровление студентов Сургутского государственного педагогического института нетрадиционными средствами физической культуры в процессе профессиональной подготовки предлагается Г. А. Булатовой и Г. А. Степановой. Система нетрадиционных средств включает: дыхательные упражнения, специальную релаксационную гимнастику, аутотренинг, гимнастику йога и др. Для снижения психофизиологической нагрузки студентов в целом используется специальная релаксационная методика аутотренинга в единстве с физическими упражнениями. Усиление эффекта обеспечивается подключением интеллектуального компонента в набор оздоровительных и рекреационных средств физического воспитания студентов, что сопровождается приобретением умений и навыков рационального управления своим психофизиологическим состоянием, способностью изменять его в заданном пределе, формированием готовности к будущей профессиональной деятельности.

Особый интерес представляет инновационная образовательная программа «Здоровьесбережение» Белгородского государственного университета (БелГУ) на 2007-2008 гг., поддержанная конкурсной комиссией министерства образования России. Одним из приоритетных направлений программы является здоровьесбережение студентов. Данное направление разработано на основе концепции развития здоровьесберегающей педагогической системы вуза, включающей в себя: теоретико-методологическое обоснование концепции, структурно-функциональную модель здоровьесберегающей педагогической системы вуза, этапы, противоречия, закономерности, критерии оценки уровня развития данной системы (В.Н. Ирхин, 2006). Представленная концепция реализуется в таком направлении инновационной образовательной программы БелГУ, как «Здоровьесберегающая система подготовки конкурентоспособных кадров для наукоемких экономических отраслей и социальной сферы региона». Направление предусматривает решение трех взаимосвязанных задач: создание *вариативной образовательной структуры здоровьесбережения* в процессе подготовки кадров (инновационный образовательный проект); создание *здоровьесберегающей модели*, способствующей повышению качества подготовки кадров (научно-исследовательский проект); развитие *здоровьесберегающих комплексов* БелГУ, обеспечивающих повышение качества подготовки кадров (научно-

производственный проект). Первый проект включает: модернизацию и разработку профессиональных образовательных программ, учебных дисциплин, вариативных курсов по выбору, открытие новых специальностей; формирование УМК; реализацию модели и использование технологического инструментария по 22 специальностям; повышение квалификации профессорско-преподавательского состава; внедрение системы горизонтально-сетевого взаимодействия субъектов управления в образовательный процесс университета. Содержание второго проекта составляет: обоснование диагностического комплекса определения групп здоровья студентов и сотрудников БелГУ; дальнейшая разработка здоровьесберегающей модели, способствующей повышению качества подготовки кадров; создание технологического инструментария по реализации здоровьесберегающей модели (в частности – разработку вариативного комплекса здоровьесберегающих технологий образовательного процесса: технологий обучения будущих специалистов и подготовки к здоровьесберегающей деятельности; технологий оздоровления участников образовательного процесса; технологий управления здоровьесберегающим образовательным процессом); повышение академической мобильности обучающихся (организация участия студентов, интернов, ординаторов, аспирантов и др. в мониторинговых и скрининговых исследованиях); предоставление возможностей студентам для выполнения выпускных квалификационных работ; привлечение будущих специалистов к здоровьесберегающей исследовательской и волонтерской деятельности (организация волонтерских групп из числа студентов по пропаганде ЗОЖ, привлечение обучающихся к научным исследованиям по вопросам ЗОЖ), реализацию Целевой программы БелГУ «Охрана и укрепление здоровья на 2007-2010 годы» с целью пропаганды знаний по вопросам ЗОЖ среди учащейся молодежи и населения города и области и др.). Реализация третьего проекта направлена на: создание здоровьесберегающей инфраструктуры БелГУ: НИЛ (профилактической и восстановительной медицины, клинической иммунологии и гемостазиологии, офтальмологии), лаборатории мастер-класса (акушерство и гинекология), лаборатории практических навыков «Фантомные стоматологические классы»; кафедры профилактической, восстановительной медицины; филиала клиники вертеброневрологии на базе института последип-

ломного медицинского образования БелГУ; поликлиники (клиники) профилактического и восстановительного лечения на базе Центра семейной медицины; учебно-спортивного комплекса С. Хоркиной; природного парка «Нежеголь», Центра семейной медицины; санатория-профилактория на базе природного парка «Нежеголь»; Международного молодежного туристического спортивно-оздоровительного и культурного комплекса БелГУ; научно-производственного комплекса «Аптека БелГУ»; Молодежного культурного Центра. Наряду с этим осуществляется организация деятельности всех компонентов, входящих в систему территориально распре-

деленной здоровьесберегающей инфраструктуры университета.

Всё сказанное выше свидетельствует о накоплении в массовой практике вузов колоссального эмпирического материала, нуждающегося в теоретическом обобщении. Необходима разработка и внедрение в массовую практику здоровьеориентированных воспитательных систем вузов, наиболее эффективно способствующих качественному преобразованию здоровьезатратных образовательных систем, валеогенному изменению сознания основных участников воспитательного процесса.