

## **Создание здоровьесберегающей образовательной среды в профессиональном образовании**

В Концепции модернизации российского образования здоровье ребенка рассматривается не только как цель и результат образовательного процесса, но и как критерий оценки качества и эффективности педагогической деятельности.

Исследования Института возрастной физиологии РАО позволили выявить факторы риска, которые негативно складываются на росте, развитии и здоровье детей:

- стрессовая педагогическая тактика;
- интенсификация учебного процесса;
- несоответствие методик и технологий обучения возрастным и функциональным возможностям школьников;
- несоблюдение физиологических и гигиенических требований к организации учебного процесса;
- отсутствие системной работы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни.

Предметом общественной тревоги стало отмечающееся в последнее время резкое ухудшение физического, психоневрологического и нравственного здоровья молодежи. В колледже обучаются подростки 15-17 лет, а это самый важный период интенсивного развития организма, совпадающий с важнейшим социальным этапом - получением профессионального образования. В этот период на здоровье оказывает влияние большой комплекс социально-гигиенических, экологических и других факторов. К сожалению, далеко не всегда это влияние положительно. Поэтому одной из главных целей педагогического коллектива становится формирование и развитие здоровьесберегающей среды, в которой студент ведёт здоровый образ жизни. Здоровьесберегающая среда в колледже представляет реальную возможность получить полноценное образование, адекватное его способностям, склонностям, возможностям, потребностям и интересам.

Профилактическая деятельность, как правило, имеет комплексную основу и обеспечивается совместными усилиями воспитателя, преподавателей, психолога, медика, социального педагога, сотрудников правоохранительных органов.

Принцип приоритета действенной заботы о здоровье студентов и педагогов предполагает, что все происходящее в колледже должно оцениваться с позиции влияния на психофизиологическое состояние и здоровье студентов и сотрудников. Деятельность образовательного учреждения направлена на комплексное решение организационно-педагогических, психолого-педагогических и эколого-гигиенических задач при тесном взаимодействии с системой здравоохранения и родительской общественностью.

Предпосылки организации здоровьесберегающей среды в колледже.

Здоровьесберегающая организация учебно-воспитательного процесса является качественной характеристикой деятельности педагога. При разработке и реализации здоровьесберегающих технологий важно учесть имеющийся на сегодняшний день педагогический опыт и тот факт, что здоровьесберегающая

педагогика не является альтернативой всем другим педагогическим системам и подходам (педагогике сотрудничества, личностно ориентированной педагогике и др.), но определяет последовательное формирование в колледже здоровьесберегающего образовательного пространства, в котором все педагоги, специалисты, обучающиеся, их родители согласованно решают общие задачи, связанные с заботой о здоровье, принимают на себя солидарную ответственность за результаты. При рассмотрении технологий с позиций воздействия на здоровье становится очевидным, что все здоровьесберегающие образовательные технологии имеют личностно-ориентированные аспекты, которые в центре образовательной системы ставят личность подростка, обеспечение безопасных, комфортных условий ее развития и реализации природных возможностей.

Отрицательная динамика социальной активности молодых людей, связанная с неумением самостоятельно выработать здоровый и эффективный стиль жизни, проявляется в безразличии, инертности в учебной и трудовой деятельности, и, как следствие, употреблении алкоголя и психически-активных веществ. В связи с вышесказанным отметим главенствующую роль превентивного образования обучающихся колледжа в профилактике социально-значимых заболеваний.

Колледж, как социальный институт, обладает рядом уникальных возможностей для успешной профилактической работы:

- возможность привития навыков здорового образа жизни в процессе обучения и контроль их усвоения;
  - влияние на уровень притязаний и самооценку студентов, психологическую адаптацию в коллективе, гармоничное развитие личности;
  - свободный доступ к семье подростка для анализа и контроля ситуации;
  - возможность привлечения специалистов по профилактике социально значимых заболеваний: педагогов-психологов, медицинских работников.
- Здоровьесберегающая деятельность колледжа подразумевает консолидацию усилий педагогов и медицинского работника включает в себя:
- систему медико-психолого-педагогического мониторинга состояния здоровья, физического и психического развития студентов;
  - разработку и реализацию обучающих программ по формированию культуры здоровья и профилактике вредных привычек, алкоголизма, употребления психоактивных веществ, профилактике социально-значимых заболеваний;
  - организацию и контроль обеспечения сбалансированного питания студентов;
  - мероприятия, направленные на укрепление здоровья студентов и сотрудников.

Концептуальные требования к организации здоровьесберегающей деятельности педагогического коллектива колледжа

Здоровьесберегающая педагогика - это направление педагогической деятельности, разрабатывающее специфические закономерности, принципы, подходы, содержание, формы и методы медико-педагогических воздействий, способствующих оптимизации процессов обучения и воспитания детей и подростков с целью сохранения и укрепления их здоровья.

Здоровьесберегающая деятельность колледжа характеризуется следующими закономерностями:

- взаимообусловленность учебно-воспитательного процесса и состояния здоровья учащихся;
- эффективность здоровьесберегающей деятельности зависит от степени использования педагогами и администрацией экспертного подхода, который позволяет выявлять и изучать влияние новых технологий, программ на здоровье учащихся;
- соответствие методов и содержания обучения цели - сохранить здоровье детей в процессе их обучения и воспитания;
- зависимость эффективности здоровьесберегающей деятельности от вариативности ее содержания;
- необходимость учета возрастных и индивидуальных особенностей студентов в процессе обучения.

Здоровьесбережение как система характеризует собственно здоровьесберегающий аспект функционирования колледжа. Любая такая система состоит из следующих взаимосвязанных компонентов:

- целей здоровьесберегающей деятельности;
  - содержания этой деятельности (фиксируемого в планах, программах, учебниках, учебных пособиях, компьютерных обучающих программах, информационных, телекоммуникационных и других средствах);
  - методов сбережения здоровья (процессуально понимаемой технологии здоровьесберегающей деятельности);
- средств, используемых в процессе здоровьесбережения; организационных норм, в которых здоровьесберегающая деятельность реализуется с тем или иным эффектом.

Среди здоровьесберегающих технологий, применяемых в учебно - воспитательном процессе колледжа, можно выделить несколько групп, в которых используется разный подход к охране здоровья, а соответственно, и разные методы и формы работы.

1.Медико-гигиенические технологии (МГТ). К медико-гигиеническим технологиям относятся контроль и помощь в обеспечении надлежащих гигиенических условий в соответствии с регламентациями СанПиНов. Медицинский работник колледжа организует проведение прививок обучающимся, оказание консультативной и неотложной помощи обратившимся, проводят мероприятия по санитарно-гигиеническому просвещению обучающихся, педагогического коллектива, родителей, следят за динамикой здоровья обучающихся, организуют профилактические мероприятия в преддверии эпидемий (гриппа) и решают ряд других задач, относящихся к компетенции медицинской службы.

2.Физкультурно-оздоровительные технологии (ФОТ). Направлены на физическое развитие занимающихся: закаливание, тренировку силы, выносливости, быстроты, гибкости и других качеств, отличающих здорового, тренированного человека от физически немощного. Реализуются на уроках физической культуры и в работе спортивных секций.

3. Экологические здоровьесберегающие технологии (ЭЗТ). Ресурсы этой области здоровьесбережения пока явно недооценены и слабо задействованы. Направленность этих технологий - создание природосообразных, экологически оптимальных условий жизни и деятельности людей, гармоничных взаимоотношений с природой. В колледже это - и обустройство территории, и зеленые растения в аудиториях, рекреациях и участие в природоохранных мероприятиях.

4. Технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности (ТОБЖ).

Поскольку сохранение здоровья рассматривается при этом как частный случай главной задачи - сохранение жизни - требования и рекомендации этих специалистов подлежат обязательному учету и интеграции в общую систему здоровьесберегающих технологий. Грамотность обучающихся по этим вопросам обеспечивается изучением курса БЖ, а за обеспечение безопасности условий пребывания в колледже отвечает ее директор.

#### **Нормативная правовая база формирования здоровьесберегающей среды в образовательном пространстве:**

- Концепция сохранения и укрепления здоровья населения Российской Федерации методами и средствами гигиенического обучения и воспитания (коллегия МЗ РФ от 30.06.1997);

- Концепция охраны здоровья населения Российской Федерации до 2020 года, утверждена Правительством РФ (№ 1202-р от 31.08.2015);

- Концепция охраны здоровья здоровых в Российской Федерации на 2015-2020 годы (приказ МЗ РФ № 113 от 21.03.2015);

- Концепция демографической политики Российской Федерации на период до 2020 года, утверждена распоряжением Правительства РФ (№ 1270-р от 24.09.2015);

- Программа проведения в Российской Федерации пропаганды здорового образа жизни на 2015-2020 годы, утверждена распоряжением Правительства РФ (№ 736-р от 31.05.2015).

Цели, принципы и основные задачи организации здоровьесберегающей среды в колледже:

Целью формирования культуры здоровья обучающихся в колледже является развитие и совершенствование личности, повышение качества образования, духовно-нравственного и физического воспитания подрастающего поколения.

Задачи:

- оптимизация уровня образовательной нагрузки каждого студента;

- проведение системы лечебно-оздоровительных мероприятий;

- реализация системы профилактических мероприятий;

- организация физкультурно-массовых мероприятий;

- формирование благоприятного морально-психологического климата в студенческом и педагогическом коллективах.

- повышение компетентности педагогов в области формирования культуры здоровья;

- обеспечение процесса формирования культуры здоровья соответствующей материально-технической базой;

-систематизация форм воспитательного воздействия и координация взаимодействия педагогов, обучающихся, родителей по формированию культуры здоровья;

### **Основные принципы формирования культуры здоровья студентов**

Ведущими педагогическими принципами формирования культуры здоровья являются системность, комплексность, аналитичность, учет возрастных, половых и индивидуальных особенностей обучающихся, преемственность, вариативность и гуманизм, диалектическое единство обучения и здоровья, рациональное сочетание умственных и физических нагрузок.

1. Целенаправленный характер учебно-воспитательного процесса по формированию культуры здоровья у обучающихся, предполагающий:

- приобретение и усвоение обучающимися знаний о том, как сохранить свое здоровье и здоровье других и предупредить его нарушения;
- формирование духовно-нравственных качеств личности (доброты, любви, честности, милосердия);
- развитие умений и навыков безопасной, здоровой жизни;
- воспитание культуры здорового образа жизни (поведения, питания, общения, быта, труда, отдыха, досуга и т.д.);
- воспитание гражданственности, патриотизма, национального самосознания, толерантности, трудолюбия;
- формирование устойчивого иммунитета и негативного отношения к табаку, алкоголю, наркотикам;
- воспитание гуманистических ориентиров поведения, исключая жестокость, насилие над личностью;
- воспитание потребности в занятии физической культурой, спортом, закаливании и совершенствовании физических способностей и возможностей организма человека;
- формирование культуры взаимодействия с природой, окружающим нас миром;
- развитие умений оказывать первую медицинскую помощь;
- формирование знаний о здоровой семье, роли родителей в воспитании здоровых детей.

Реализация данной концепции в колледже предположительно будет способствовать:

- повышению качества обучения и воспитания;
- повышению ценности духовного, физического, психического здоровья для выпускников;
- сохранению и укреплению здоровья обучающихся на основе выявления и устранения негативных факторов;
- активизации работы по созданию программ, проектов, учебно-методического обеспечения процесса формирования культуры здоровья у обучающихся;
- повышению педагогической, психологической компетентности педагогов в области использования здоровьесберегающих технологий;
- развитию форм воспитания духовно и физически здоровой личности.

