

**Гутник Сергей Валерьевич**

*СКУ им.М. Козыбаева, г. Петропавловск, Казахстан*

## **РАЗВИТИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ КОМПЕТЕНЦИИ СТУДЕНТОВ В ФИЗКУЛЬТУРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Анализ специфических особенностей преподавания физической культуры привело к формированию новой цели предмета - приобретение знаний, умений и навыков здорового образа жизни. Образовательный вектор должен быть направлен не на развитие основных физических качеств студента, а на обучение его умению организовывать, создавать здоровьесберегающую, здоровьестворческую атмосферу в профессиональной деятельности, в своей семье и личной жизни, что и является, по сути, культурой физической.

Основными компонентами здоровьесберегающей деятельности являются:

1. *Ценность.* Ценностью и главной целью здоровьесберегающего образования является уровень здоровья и студента и преподавателя.

2. *Система.* Реализация здоровьесберегающего образования в системе, включающей в себя нормативно-правовое регулирование здоровьесберегающей деятельности, создание организационных структур, осуществляющих управление этой деятельностью в программно-целевом режиме, на основе мониторинга условий обучения и воспитания, в том числе организационных, мониторинга эффективности применения здоровьесберегающих образовательных технологий и программ обучения сохранению здоровья.

3. *Процесс.* Педагогическая деятельность, в основу которой положены методологические приемы, активизирующие познавательную активность студентов, повышающие мотивацию к обучению, обеспечивающие оптимальный уровень психофизиологических затрат, необходимых и достаточных для освоения учебной программы, снижающие риск развития «болезней обучающихся».

4. *Результат.* Сформированность у студентов компетенции здоровьесбережения.

Содержанием компетентности здоровьесбережения является:

- готовность к формированию здорового образа жизни, к пополнению своих знаний о здоровьесбережении; отношение к здоровью как к величайшей ценности;
- готовность включаться в двигательную активность, в занятия спортом, готовность к регуляции физического и психического здоровья;
- знание условий и факторов, влияющих на здоровье, знание особенностей своего организма;
- знание основ диагностики собственного здоровья, основ сексологии, понятий о профессиональной пригодности, самореализации, профессиональной ориентации с точки зрения здоровья;
- практика соблюдения режима труда и отдыха, гигиенических норм, практика оказания первой помощи;
- выполнение профилактических, санитарно-гигиенических мероприятий по здоровьесбережению, применение комплексов физических упражнений, средств закаливания;
- отношение к здоровью как к величайшей материальной ценности человека;
- понимание особенностей влияния социальных отношений на физическое и психическое здоровье, позитивное отношение к жизнедеятельности, к себе, желание жить в гармонии с окружающим миром и людьми;
- умение определять состояние своего здоровья, сознательное обращение к врачу, саморегуляция своего психоэмоционального и функционального состояния в стрессовых ситуациях.

Педагогическая технология формирования здоровьесберегающей компетенции у студентов представляет собой целостный комплекс методов, способов, приемов и средств, предусмотренных деятельностной оболочкой «Физическая культура».

*Мероприятия по формированию компетенций здоровьесбережения в вузе* включают предварительную диагностику (проблемно-ориентированный анализ)

и комплексную оценку состояния здоровья и физического развития студентов с определением функциональных резервов организма. На основании учета основных требований и факторов, оказывающих влияние на обеспечение повышения эффективности технологий обучения, направленности их на сохранение и укрепление здоровья студентов необходима определенная система оздоровительной работы, включающая в себя: физическое развитие; систему медицинского обслуживания; комплекс закаливающих мероприятий; организация рационального питания.

Таким образом, компетентностный подход в оценке эффективности здоровьесберегающего образования в вузе: задает ценностно-целевые ориентиры развития образовательных систем; отражает смысл деятельности вуза по сохранению и укреплению здоровья студенческой молодежи; мотивирует к знаниям, к соблюдению норм и правил личной гигиены, физическому и духовному самосовершенствованию, ответственному выбору студентами здорового образа жизни; подчеркивает ценность и значимость воспитательной составляющей образования; развивает субъект-субъектных отношения в педагогическом процессе.

#### Список литературы:

1. Бароненко, В.А. Здоровье и физическая культура студента / В.А. Бароненко, Л.А. Рапопорт. - М.: Альфа-М, 2003. - 417 с.
2. Бондин, В.И. Здоровьесберегающие технологии в системе высшего педагогического образования / В.И. Бондин // Теория и практика физической культуры. – Б.м. – 2004. - №10. - С. 15 – 18.
3. Пентюхин, В.И. Педагогическая технология формирования здоровьесберегающих компетенций будущих учителей физической культуры: автореферат диссертации на соискание кандидата педагогических наук / В.И. Пентюхин. - Самара, 2010. - 26 с.