

---

# ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

---

*Сергей Футорный*

---

**Резюме.** Проведено аналіз сучасних інноваційних підходів до здоров'язберігаючої діяльності в умовах ВНЗ, обґрунтовано і розроблено концепцію формування здорового способу життя студентів у процесі фізичного виховання. Створено ефективну систему сприяння здоров'язбереженню особистості в умовах педагогічної освіти, що реалізується в період навчання у ВНЗ, в ході здійснення професійної діяльності представників сучасної студентської молоді, в основу якої лягла розроблена і апробована концептуальна модель. Запропоновані до використання інноваційні здоров'язберігаючі технології дозволили забезпечити єдність і взаємозв'язок блоків даної моделі з метою сприяння формуванню здорового способу життя особистості студента.

Доведено, що концепцію сприяння здоров'язбереженню особистості можна ефективно реалізовувати в системі педагогічної освіти при високій організаційній культурі педагогічного навчального закладу, підготовленості викладача (педагогічного колективу) до даної роботи, достатньому науково-методичному забезпеченні та застосуванні адекватних поставленим завданням критеріїв оцінки діяльності студентів.

**Ключові слова:** здоровий спосіб життя, технологія, інновація, концепція, студенти.

**Summary.** Analysis of the current innovation approaches to health-preserving activity under conditions of the University has been conducted; the concept of formation of healthy lifestyle of students in the process of physical education has been developed and substantiated.

An effective system of promoting the health of the individual in terms of pedagogical education, implemented in the period of study at the University, in the exercise of professional activity of the representatives of modern students, which was based on developed and tested conceptual model. The innovative health-saving technologies made it possible to ensure the unity and interconnection of blocks of this model with the aim of promoting the formation of physical fitness of the individual student.

It is proved that the concept of promoting the health of an individual may be effectively implemented in the system of pedagogical education, with high organizational culture teacher training institutions, training of teacher (teaching staff) to this work, sufficient scientific-methodical provision and use of evaluation activities of students, adequate to the task.

**Keywords:** health life style, technology, innovation, concept, students.

**Постановка проблемы. Анализ последних исследований и публикаций.** В условиях социокультурных и социально-экономических преобразований современного динамично развивающегося общества особое значение приобретает модернизация образовательных парадигм, которые в совокупности определяют инновационные процессы в высшей школе и трансформацию их в более качественное состояние [1, 4]. Анализ уровня теории и практики современного физического воспитания позволил И. В. Манжелею [9] выделить ряд противоречий, в основе которых – рассогласование гносеологического и онтологического планов рассмотрения человека и среды:

- между потенциальными возможностями физкультурно-спортивной среды как многофункционального явления и отсутствием целенаправленной реализации ее здоровьесберегающей, развивающей, фасилитативной и культуротворческой функций;

- между осознанием значимости педагогического потенциала физкультурно-спортивной среды и

недостаточной разработанностью средств и методов его актуализации;

- между распространенностью директивных методов педагогического руководства через систему задаваемых извне целей и конкретных способов их достижения и актуальностью развития личности в физкультурно-спортивной среде через проблематизацию ее собственной позиции, поиск субъективных смыслов и способов физкультурно-спортивной деятельности [9].

По мнению И. В. Мантелея [9], проблема актуализации педагогического потенциала физкультурно-спортивной среды образовательного учреждения попадает в три смысловых контекста современного физического воспитания: формирование физически и нравственно здоровой личности, становление физкультурно-спортивного стиля жизни и развитие способности к толерантному взаимодействию с природой и социумом.

Развитие у студенческой молодежи общественно значимых потребностей является одной из важ-

нейших задач формирования всесторонне развитой здоровой личности, в которой естественным образом сочетаются духовное богатство, нравственная чистота и физическое совершенство [2, 3].

Исходя из методологического анализа проблемы здоровья, можно сказать, что мотивация здоровьесбережения – это конкретизация причины действия в процессе физического воспитания (деятельностный подход), система взаимосвязанных и соподчиненных мотивов деятельности, сознательно определяющих линию поведения (системный подход), показатель существующих потребностей студента или того, в чем личность испытывает недостаток (ценностный подход). Мы не опровергаем мнения ведущих ученых, но наши представления базируются на том, что в содержании мотивации здоровьесбережения могут быть выделены следующие мотивационные компоненты: оздоровительный, психофизический, познавательный, социально-нравственный и профессиональный.

Такое разделение стало возможным потому, что сочетание различных составляющих – двигательных, интеллектуальных, информационных, мировоззренческих и других – позволяет каждому студенту в отдельности установить связь между потребностью человека в здоровье и усили-

ми, направленными на его сохранение и укрепление.

Проблема технологизации педагогического процесса в последнее десятилетие стала рассматриваться как одна из актуальнейших в сфере физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности. Ее изучением как на фундаментальном, так и на прикладном уровнях занимаются ведущие специалисты в области образования, спортивной дидактики и психологии, физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

В сфере физической культуры и образования физкультурно-спортивной направленности понятия «технология» и «педагогическая технология» стали широко использоваться на рубеже XX–XXI вв. Введение данных понятий было во многом обусловлено поиском новых способов повышения эффективности образовательно-воспитательного процесса, гарантированного достижения поставленных педагогических целей.

Отметив значительный интерес специалистов к феномену технологизации педагогического процесса, обратимся к анализу сущности понятия «технология». С этой целью приведем сводную таблицу определений, выделенных нами на основании результатов анализа специальной литературы (табл. 1).

**Таблица 1** – Определение понятия «технология»

Определение	Автор
... совокупность знаний о способах и средствах обработки материалов	И. В. Лехин, Ф. Н. Петрова
... совокупность процессов в определенной отрасли производства, а также научное описание способов производства	С. И. Ожегов, Н. Ю. Шведова, 2006
... совокупность методов обработки, изготовления, изменения состояния, свойств, формы сырья, материала или полуфабриката, осуществляемых в процессе производства продукции	А. М. Прохоров, 2002
...выявление физических, химических, механических и других закономерностей с целью определения и использования на практике наиболее эффективных и экономичных производственных процессов	
...любое средство преобразования исходных материалов: • будь то люди, информация или физические материалы; • для получения желаемой продукции или услуг	М. Х. Мескон, М. Альберт, Ф. Хедоури, 1997
...наука о способах воздействия на сырье, материалы или полуфабрикаты соответствующими орудиями производства	А. Н. Комарова, 1990
...качественная характеристика профессиональной деятельности, логическая последовательность операций, отражающая объективный, в наибольшей степени сгармонизированный по отношению к определенным условиям, воспроизводимый путь достижения цели	М. В. Сахарова, 2005
...целостная совокупность последовательных действий, операций и процедур, направленных на достижение поставленной цели и гарантированно приводящих к запланированному результату	О. Н. Степанова, 2007
... система биологических, медицинских, технических, педагогических и других способов и средств изменения состояния двигательной функции и свойств организма человека в процессе занятий физическими упражнениями, основанная на знаниях о методах и приемах осуществления коррекционно-профилактических, кинезитерапевтических, воспитательно-образовательных и рекреационных мероприятий	А. Н. Лапутин, 1999
... проект определенной педагогической системы, реализуемой на практике	В. П. Беспалько, 1989
...системный метод создания, применения и определения всего процесса преподавания и усвоения с учетом технических и человеческих ресурсов и их взаимодействия, ставящей своей задачей оптимизацию форм образования	Г. К. Селевко, 1998

В то же время, как отмечают Ю. Ф. Курамшин и Мин Хе Чжин [7], понятие «технология» стало применяться в теории и практике физической культуры сравнительно недавно. Все большее число специалистов рассматривают физкультурно-спортивные технологии как новый, инновационный подход к организации и исследованию процесса обучения, воспитания и развития в сфере физической культуры.

По мнению Н. В. Москаленко [10], педагогические инновации представляют собой содержательную сторону инновационного процесса и состоят из научной идеи, технологии и процесса реализации. Процесс перехода системы из одного качественного состояния в другое посредством использования инноваций называется *инновационным*. Он определяет изменения, которые отличаются потенциалом повышения эффективности этих процессов в целом или других частях; способностью дать долгосрочный полезный эффект, оправдывающий затраты усилий и средств на внедрение новшества; согласованием с другими осуществляемыми нововведениями.

Инновационное развитие не может происходить по принципу «все и сразу». Необходимо пройти минимум пять ступенек (уровней):

1) инновации на уровне отдельных преподавателей (путем повышения уровней их квалификации, стимулирования поисковой деятельности и др.);

2) инновации на уровне имеющихся процедур (новые формы проведения физкультурно-оздоровительных занятий и контроля за качеством преподавания), обуславливающие изменения в групповом поведении;

3) новые правила в структуре организации, которые вызывают перераспределение полномочий, ответственности, изменения функций и тому подобное, т. е. изменяются и отношения внутри организации, и поведение отдельных сотрудников или групп;

4) новые стратегии развития организации, тоже влияющей на ценностные ориентации педагогов;

5) изменение организационной культуры [10].

Инновационная программа должна выполнять следующие функции:

- определять направление действия ее участников и их целевые ориентиры, т. е. быть средством обеспечения целенаправленности;

- устанавливать связи между отдельными исполнителями и их группами, т. е. служить средством координации;

- иметь возможность предвидения проблем при достижении поставленных целей;

- предлагать варианты решения при отклонении от запланированного.

При проектировании целей инновационной программы и их оценке удобно работать с моде-

лью цели, которая определяет основные отношения и свойства цели [10, 11].

*Отношение цель – потребность.* Всякая цель как образ желаемого результата соответствует некоторой потребности и отражает ее в своем содержании. Это свойство цели будем называть *актуальностью*.

*Отношение цель – возможность.* Всякая цель не может быть достигнута, если для этого нет соответствующих условий. Содержание цели должно быть таким, чтобы соответствовать имеющимся ресурсам и ограничениям. Это *реалистичность цели*.

*Отношение цель – результат.* Цель есть образ желаемого результата, и образ должен быть таким, чтобы можно было сравнить желаемый и фактически достигнутый результаты. Свойство цели быть средством контроля назовем *контролируемостью*.

*Отношение цель – время.* Цель бывает конечной или бесконечной во времени. Бесконечная цель – это идеал, практически цель всегда конечна, но во всех случаях должен быть определенный момент или интервал времени, когда цель должна быть достигнута. Назовем такое свойство *временной определенностью*.

*Отношение цель – место.* Всякий желаемый результат необходимо получить в том или ином месте пространства. Это свойство цели будем называть *пространственной определенностью*.

При разработке цели следует обеспечить наличие в ней всех перечисленных выше свойств.

Цель инновационной программы физкультурно-оздоровительной работы состоит в формировании физически развитой личности, способной реализовать творческий потенциал, активно используя физическую культуру для укрепления и сохранения здоровья, осознанного отношения к формированию собственного здоровья, защиты от неблагоприятных природных и социальных факторов [10].

Исходя из цели инновационной программы физкультурно-оздоровительной работы, основные ожидаемые результаты таковы:

- снижение показателей заболеваемости;
- улучшение уровня здоровья;
- повышение уровня физической подготовленности;
- стабильность физической и умственной работоспособности;
- наличие определенных знаний по основам формирования собственного здоровья и умение реализовать их в практической деятельности;
- развитие (в пределах возрастной нормы) основных психических процессов, творческих способностей, личностных черт;
- формирование потребности в движениях;

- устойчивая мотивация к занятиям физической культурой и спортом.

Общую последовательность стратегии воплощения инновационной программы можно представить так:

- установление приоритетности основных направлений изменений педагогической системы школы;
- оценка срока реализации каждого направления изменений;
- планирование графика реализации изменений по направлениям;
- определение срока реализации этапов программы и их содержания;
- осуществление нововведений в педагогической системе вуза для улучшения ее результатов – это основная задача программы.

В реализации проекта инновационного физкультурно-оздоровительной программы решаются следующие задачи:

- формирование культуры здоровья у школьников, студентов и преподавателей;
- создание в вузе структурных подразделений (центров, служб, советов, клубов и др.) с ориентацией на здоровый образ жизни;
- повышение квалификации преподавателей по вопросам здорового образа жизни;
- осуществление комплексного психолого-педагогического, физического и медицинского контроля и сопровождения студентов;
- овладение знаниями и умениями по сохранению и укреплению здоровья;
- развитие личностных качеств и творческих способностей студентов.

Основу разработки инновационной программы составляет улучшение здоровья учащихся и создание условий для формирования личности студента [10].

Формирование готовности студентов к здоровому образу жизни возможно при следующих организационно-педагогических условиях:

- всестороннем использовании нравственного потенциала физической культуры и спорта как средств формирования культуры здоровья личности;
- единстве формирования знаний, умений и навыков, убеждений, ценностных ориентаций;
- сохранении индивидуальных приоритетов в создании для каждого собственной здоровьесберегающей траектории, профилактики, укрепления здоровья в социуме [10, 11].

В контексте рассматриваемого вопроса необходимо отметить разработанную В. Г. Шилько личностно-ориентированную технологию формирования физической культуры студентов (рис. 1) [14].

Модель организации у студенческой молодежи процесса становления мотивации на здоровый образ

жизни, разработанная Лю Юн Цянь [8], ориентирована на пролонгированность здорового образа жизни в последующие возрастные периоды, направлена на комплексность и систематичность воздействия социально-педагогических факторов на студентов с учетом их жизненной и спортивной ориентации, половых, возрастных, профессиональных, национальных и социокультурных особенностей.

Приоритетным положением при формировании установки на здоровый образ жизни является педагогический потенциал системы высшего образования, прежде всего преподавателей вуза, осуществляющих процесс физического воспитания.

Модель включает в себя: целевые установки, отражающие аксиологические аспекты здорового образа жизни; содержательные моменты основ здорового образа жизни; направленность педагогических воздействий на их выработку; когнитивный, операционально-поведенческий, эмоциональный и результирующий компоненты мотивации и используемые средства и методы [8].

Авторская модель становления культуры здоровья И. А. Коноваловой [5] рассматривается как целостный процесс. В нее входят такие составные части: социальный заказ, цель, концептуальная основа, педагогическая технология, этапы, уровни, критерии и прогнозируемый результат. Целостность процесса обеспечивается соблюдением этапности и выполнением всех процессуальных требований, а также взаимосвязью и взаимозависимостью его частей. Модель состоит из трех модулей: целевого, процессуально-технологического и результативного.

Решать проблему формирования здорового образа жизни студентов Н. А. Красноперова [6] предлагает посредством реализации педагогической стратегии его ориентирования на здоровый образ жизни. Данная стратегия как деятельностьно-целевая компонента педагогического обеспечения предусматривает наличие цели, педагогических условий, методов, приемов и средств достижения, этапов, а также предполагает осуществление определенных педагогических действий, способствующих пониманию студентом значимости деятельности, направленной на самосохранение и самореализацию в различных областях, осознанию ценности здорового образа жизни, обогащению опыта здоровьесберегающей деятельности.

Ориентирование студента на здоровый образ жизни как педагогическую стратегию, по мнению Н. А. Красноперовой, можно включать в педагогическое обеспечение образовательного процесса вуза, который должен быть пронизан идеями формирования у студента норм и правил такого образа жизни. Стратегия ориентирования при этом адекватна реальной ситуации развития личности студента, не противоречит основным его образо-

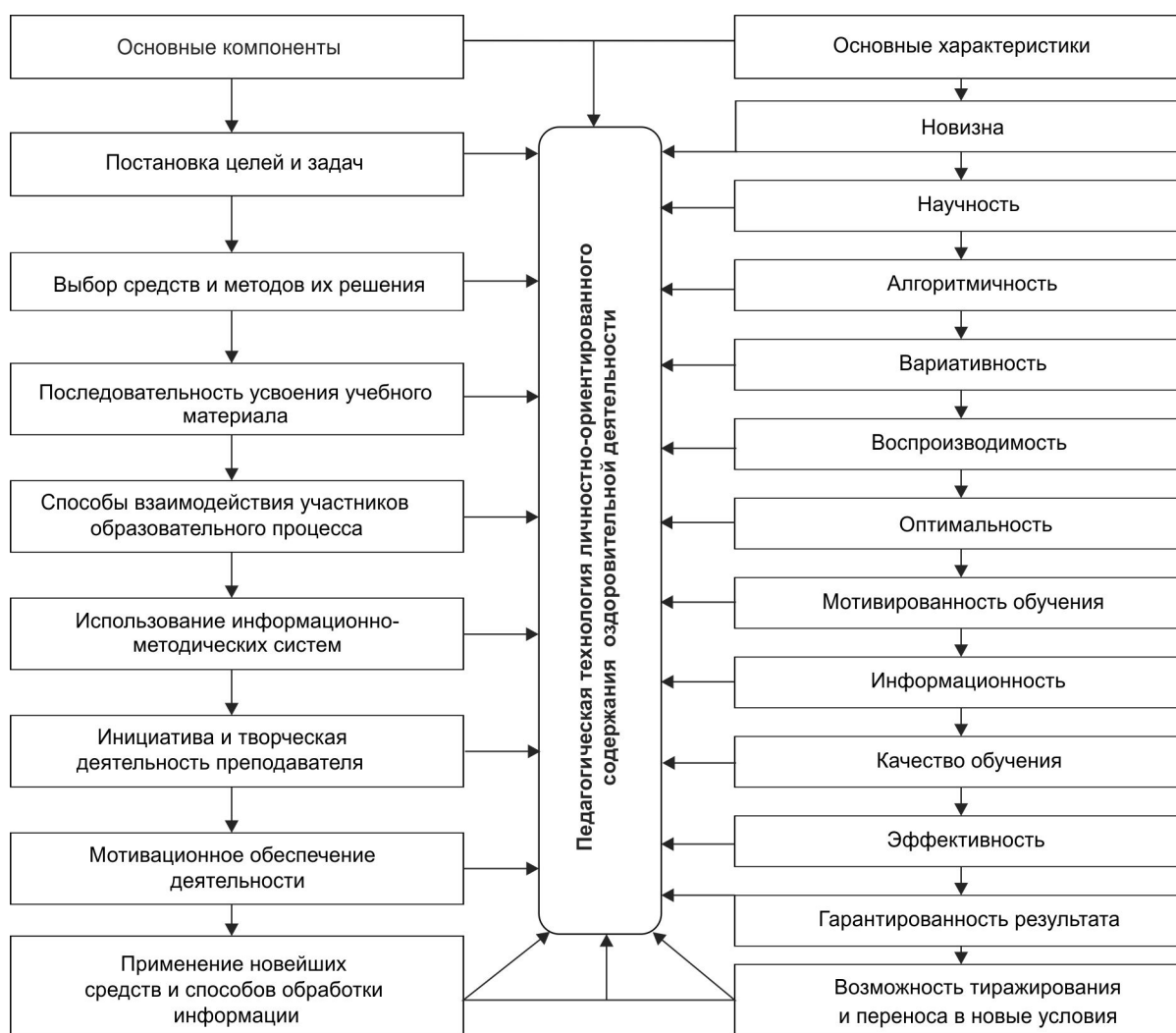


Рисунок 1 – Модель лично-ориентированной технологии формирования физической культуры студентов [14]

вательным потребностям, затрагивает основные сферы личности (познавательную, эмоционально-мотивационную, деятельностную) и предполагает комплекс мероприятий ознакомительного, рекомендательного, поддерживающего характера, направленных на достижение какой-либо цели, определенный результат. Благодаря данной стратегии разворачиваются основные педагогические способы ориентирования: знакомить, обращать внимание, направлять, помогать, поддерживать, содействовать, активизировать, способствовать адекватному оцениванию. Кроме того, ориентирование как стратегия отличается ценностно-смысловым содержанием. В результате реализации этой стратегии происходит осознанный выбор ценностных ориентаций, направления становления личности, самореализации в политической, экономической, профессиональной и культурной жизни. Таким образом, особенности студенческого возраста и сущностные характеристики педагоги-

ческой стратегии ориентирования позволяют рассматривать эту стратегию в контексте здорового образа жизни и включать студента как субъекта в здоровьесберегающую деятельность (рис. 2) [6].

Сегодня уже общепризнано, что в перспективной системе высшего образования должны доминировать информационные компоненты, чтобы система образования давала не только необходимые знания о новой информационной среде общества, но и формировала новое мировоззрение.

Исследования последних лет свидетельствуют, что одной из причин возникновения столь плачевной ситуации является отсутствие у студентов достаточной информации, знаний о важности здорового образа жизни, роли двигательной активности в укреплении соматического здоровья и элементарных навыков самоконтроля за своим физическим состоянием.

Современные теоретические исследования и сложившаяся практика физического воспита-

ния убедительно подтверждают, что знания как система научных представлений о путях и средствах эффективной организации двигательной активности человека – определяющий фактор и главная гарантия успешного формирования физической культуры личности и общества. Поэтому обоснование более совершенного научного подхода к формированию и развитию знания в сфере физической культуры является центральной задачей всего комплекса наук о физическом развитии, совершенствовании физических возможностей и здоровья человека.

Специалисты едины во мнении, что заполнить данный информационный вакуум можно на основе использования достижений информационных технологий в процессе физического воспитания.

Современный период развития общества характеризуется сильным влиянием на него компьютерных технологий, которые проникают во все сферы человеческой деятельности, обеспечивают распространение информационных потоков в обществе, образуя глобальное информационное пространство.

Роль современных информационных, а в последнее время и коммуникационных технологий в совершенствовании и модернизации сложившейся образовательной системы актуальна на протяжении последних двух десятилетий. Однако наибольшую важность она получила в ходе внедрения в практику учебного процесса относительно недорогих и поэтому доступных персональных компьютеров, как объединенных в локальные сети, так и имеющих выход в глобальную сеть Интернет.

По мнению А. В. Тугой [12], информационные технологии используются для достижения следующих педагогических задач.

1. Развитие личности обучаемого, подготовка его к самостоятельной продуктивной деятельности в условиях информационного общества, включающей (помимо передачи информации и заложенных в ней знаний) формирование таких качеств: конструктивного, алгоритмического мышления благодаря особенностям общения с компьютером; творческого мышления за счет уменьшения доли ре-

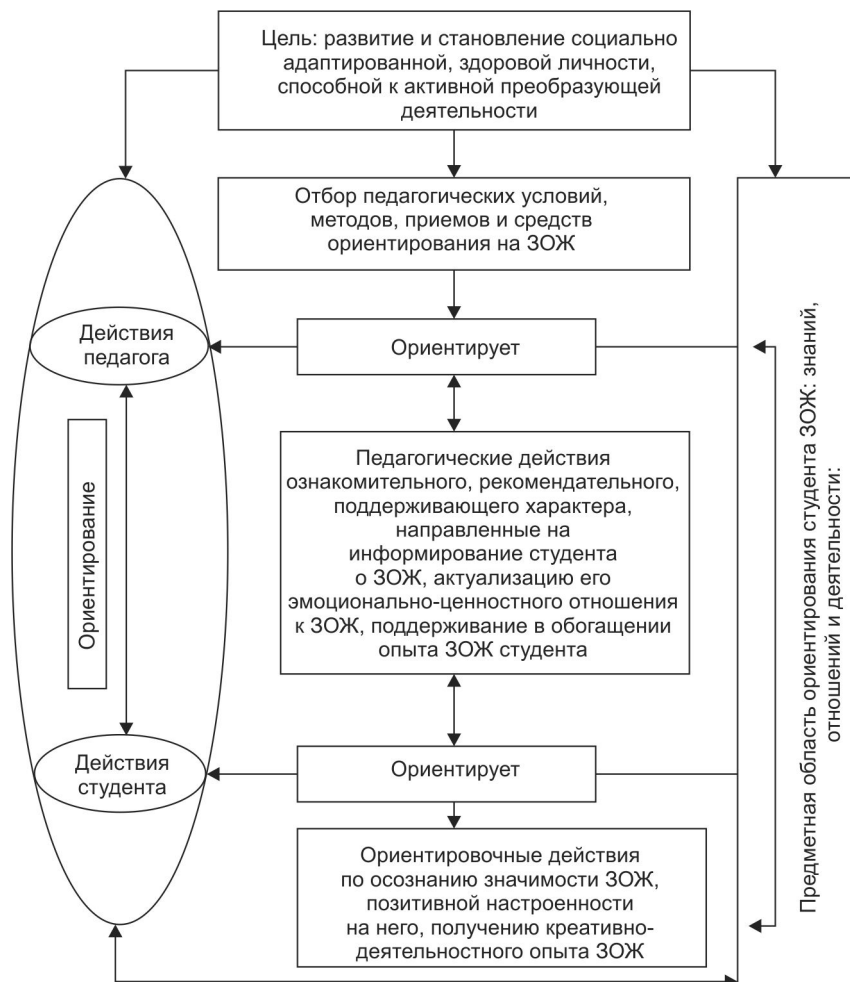


Рисунок 2 – Блок-схема ориентирования студента на здоровый образ жизни [6]

продуктивной деятельности; коммуникативных способностей на основе выполнения совместных проектов; умения принимать оптимальные решения в сложной ситуации (в ходе компьютерных деловых игр и работы с программами-тренажерами); навыков исследовательской деятельности (при работе с моделирующими программами и интеллектуальными обучающими системами); информационной культуры, умения обрабатывать информацию (при использовании текстовых, графических и табличных редакторов, локальных и сетевых баз данных).

2. Реализация социального заказа, обусловленного информатизацией современного общества: подготовка обучаемых средствами информационных технологий к самостоятельной познавательной деятельности.

3. Интенсификация всех уровней педагогического процесса: повышение эффективности и качества обучения за счет применения информационных технологий; выявление и использование стимулов активизации познавательной деятельности (возможно использование большинства перечис-

ленных технологий – в зависимости от типа личности обучаемого); углубление межпредметных связей в результате использования современных средств обработки информации при решении задач по самым разным предметам (компьютерному моделированию, локальным и сетевым базам данных).

Современные теоретические исследования и сложившаяся практика физического воспитания убедительно свидетельствуют о том, что знания как система научных представлений о путях и средствах эффективной организации двигательной активности человека являются определяющим фактором и главной гарантией успешного формирования физической культуры личности и общества. Поэтому обоснование более совершенного научного подхода к формированию и развитию знания в сфере физической культуры – центральная задача всего комплекса наук о физическом развитии, совершенствовании физических возможностей и здоровья человека.

Проблема вооружения системой полноценных знаний и на их основе формирование ценностных ориентаций, потребностей, действенных мотивов занятий физическими упражнениями актуальна, так как все перечисленное позволяет студенту добиться осознанного отношения к физкультурно-спортивной деятельности и своему здоровью.

Работа выполняется согласно Сводному плану НИР в сфере физической культуры и спорта на 2011–2015 гг. 3.7 «Усовершенствование биомеханических технологий в физическом воспитании и реабилитации с учетом индивидуальных особенностей моторики человека» (номер госрегистрации 0111U001734).

**Цель исследования** – анализ современных инновационных подходов к здоровьесберегающей деятельности в условиях вуза, обоснование и разработка концепции формирования здорового образа жизни студентов в процессе физического воспитания.

**Результаты исследования и их обсуждение.** Содержание высшего профессионального образования, включающее основы наук, систему знаний, умений, навыков, должно реализовываться в процессе личностно-ориентированного педагогического взаимодействия, направленного на развитие социально значимых качеств студентов при их профессиональном становлении.

Характеристика существенных особенностей здоровьесберегающей деятельности субъектов образовательной среды вуза по созданию условий для обеспечения физического, психического и социального благополучия студентов тесно пересекается с ключевыми характеристиками здоровья и здорового образа жизни, т. е. эта проблема на-

прямую связана с решением задачи сохранения и укрепления их здоровья.

В педагогических исследованиях последнего десятилетия отсутствует комплексный подход к решению проблемы обеспечения физического, психического и социального благополучия студентов. Если подобная работа и ведется, то чаще всего это эпизодические мероприятия физкультурной и спортивно-массовой направленности. Нельзя ожидать, что такой односторонний подход гарантирует в полной мере сохранение и укрепление здоровья студентов в образовательной среде вуза.

В данном случае речь идет о необходимости определения условий, организационных, психолого-педагогических и медико-социальных мер, средств и технологий обеспечения в образовательной среде вуза сохранения и укрепления здоровья студентов. Это тем более важно, что в вузы приходит весьма сложный контингент учащихся, разнообразный по своим социальным и нравственным позициям и установкам.

Изучение педагогических основ создания условий для физического, психического и социального благополучия студентов в здоровьесберегающей образовательной среде вуза позволило нам разработать концепцию формирования здорового образа жизни студентов в процессе физического воспитания (рис. 3).

Эта концепция представляет собой совокупность взглядов, объединенных фундаментальным замыслом, ведущей идеей и целью. Она указывает способ построения здоровьесберегающих технологий, условий, направлений и средств на основе целостного понимания их сущности и психолого-физиологических процессов, сопряженных с обучением и воспитанием студенческой молодежи.

Концепция формирования здорового образа жизни студентов в процессе физического воспитания направлена, прежде всего, на пробуждение концептуального педагогического мышления, которое отличается от рационально-прагматического тем, что основано на глубинном понимании смысла заложенных идей и проникновении в существо принципов реализации цели [13].

Концепция призвана перевести деятельность в ее основе в режим творческого производства собственных замыслов, опыта отдельного преподавателя и коллектива учебного заведения в целом; обеспечить понимание образования как реально гуманно-нравственной деятельности, что представляет собой авторский вариант, основой которого является анализ научного и практического опыта по разработке и внедрению в образовательную систему вуза новых программ и технологий, сохраняющих и укрепляющих здоровье студенческой молодежи.

Поддержка ключевых компонентов процесса модернизации образования, высказанная в ответах



Рисунок 3 – Концепция формирования здорового образа жизни студентов в процессе физического воспитания [13]

анкетирования и студентов, и экспертов, свидетельствует о перспективности современных реформ и их осуществимости, что открывает путь к достижению высокого уровня качества образования и перспективу успешной интеграции Украины в европейское и мировое образовательное пространство.

«Предпосылка» предполагает исходный пункт какого-либо рассуждения, предварительное условие чего-нибудь. Поэтому к предпосылкам разработки концепции формирования здорового образа жизни студентов в процессе физического воспитания мы относим то, от чего нужно отталкиваться в подготовке к здоровьесберегающей деятельности (рис. 4) [13].

При разработке концепции нами были учтены концептуальные подходы (рис. 5) [13]. Основу концепции составляет синтез различных подходов: 1) обуславливающих ее философскую и содержательную стороны; 2) определяющих процессуальные особенности построения; 3) системного подхода.

Цель концепции – формирование эффективной системы обеспечения физического, психического, социального и духовного комфорта, способствующего воспитанию гармоничной и высокоинтеллектуальной личности, достижению высокого уровня сознательности и ответственности всех участников образовательного процесса в



Рисунок 4 — Предпосылки разработки концепции формирования здорового образа жизни студентов в процессе физического воспитания



формировании ценностей здорового образа жизни [13].

Для достижения данной цели необходимо, чтобы были реализованы такие задачи:

- создание и развитие необходимой инфраструктуры для осуществления здоровьесберегающей и здоровьесформирующей деятельности;
- создание эффективной модели взаимодействия, направленного на разработку и реализацию программ здоровьесбережения и формирования здорового образа жизни;
- разработка и внедрение образовательных программ (в том числе интегрированных в преподаваемые дисциплины), нацеленных на сохранение здоровья и обучение здоровому образу жизни;
- обеспечение научного, методического, а также информационного сопровождения деятельности по формированию здорового образа жизни в учебном заведении;
- совершенствование системы подготовки и повышения квалификации специалистов разного профиля по вопросам формирования здорового образа жизни;
- разработка и реализация системы воспитательных, социальных, культурно-нравственных мероприятий, направленных на развитие устойчивой мотивации к здоровому образу жизни, стремление к активному физическому и духовному самосовершенствованию, что побуждает к личному участию в пропаганде ценностей здорового образа жизни;
- формирование через преподаваемые предметы бережного отношения к здоровью и стремление к здоровому образу жизни [13].

Основными в разработанной концепции являются такие принципы [13].

*Методологические:* 1) принцип психофизического единства личности человека; 2) принцип использования культуросообразного содержания физкультурной деятельности.

*Технологические* – объединяют комплексность; системность; целостность; принцип внутривузовской интеграции и координации взаимодействия; долгосрочность.

Практическая реализация предложенной нами [13] концепции включала взаимосвязанную систему отдельно разработанных и взаимообусловленных компонентов: рассмотрение условий реализации, создание базовой модели реализации и определение критериев эффективности реализации концепции.

К группе организационных условий подготовки студентов вуза к здоровьесберегающей деятельности автор относит:

- программу обеспечения анализа интересов и потребностей студентов с целью индивидуального и дифференцированного подходов для включения в здоровьесберегающую деятельность;



Рисунок 5 — Концептуальные подходы разработки концепции формирования здорового образа жизни студентов в процессе физического воспитания [13]

- создание здоровьесберегающей среды для развития интересов, позитивного отношения к своему здоровью и к применению полученных знаний в повседневной жизни;

- организацию научно-методической базы для реализации программы включения студентов в исследуемый процесс.

В группу дидактических условий подготовки студентов вуза к здоровьесберегающей деятельности мы включили [13]:

- разработку обучающих программ, обеспечивающих подготовку и развитие сознания студентов, которое трансформируется в здоровьесберегающую деятельность молодого человека;
- введение в рабочие программы гуманитарной составляющей;
- моделирование условий, ситуаций, в которых проверяются и развиваются здоровьесберегающие качества личности и др.;
- выбор и использование педагогических, информационных технологий обучения, адекватных содержанию воспитательно-образовательного процесса по подготовке студентов вуза к здоровьесберегающей деятельности;
- отработку совокупности традиционных и инновационных форм обучения и воспитания студентов в направлении здоровьесбережения;
- подготовку методических пособий, дидактических материалов и др. [13].

Предложенная модель здоровьесберегающей деятельности содержит взаимодействующие модули, каждый из которых реализует собственные задачи, а вместе они формируют целостную систему (рис. 6) [13].

Для оценки эффективности внедрения авторской концепции предлагаем такие критерии.

1. Теоретические знания и практические умения (уровень знаний студентов о здоровье, правилах ведения здорового образа жизни; роли физической культуры в сохранении и поддержании здоровья; наличие валеологических умений; овладение системой практических умений и опыта, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья; развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности; самоопределение в физической культуре, в ходе чего происходит психическая и физическая адаптация студентов к современным условиям жизнедеятельности; приобретение опыта использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей).

2. Формирование интереса к здоровьесберегающей деятельности (понимание проблемы здоровьесберегающей деятельности студентами вуза; причины, побуждающие и препятствующие студентам заниматься физической культурой; интерес студентов к проблеме здоровья, ценность здоровья; отношение к здоровью как к важнейшей ценности).

3. Уровень двигательной активности (структура и объем специально организованной двигательной активности).

4. Уровень физического здоровья студентов, их заболеваемость.

5. Степень включенности студентов в здоровьесберегающую деятельность (участие в оздоровительных мероприятиях).

Предложенная концепция формирования здорового образа жизни студентов в процессе физического воспитания была внедрена Киевским национальным экономическим университетом имени Вадима Гетьмана и осуществляется в многообразных формах, которые взаимосвязаны, дополняют друг друга и представляют собой единый процесс физического воспитания студентов [13].

**Выводы.** Исследование проблемы содействия здоровьесбережению личности в условиях высшего педагогического образования привело к необходимости установить причинно-следственные связи и зависимости, проявляющиеся в форме ведущих тенденций и принципов. Педагогическое содействие здоровьесбережению личности в педагогических вузах может рассматриваться как педагогическая концепция, структурными составляющими которой являются методологические подходы, предпосылки, установленные тенденции и принципы, педагогические условия эффективности. Инновационная педагогическая технология



Рисунок 6 — Базовая модель здоровьесберегающей деятельности студентов высших учебных заведений

содействия здоровьесбережению личности в педагогическом образовании направлена на последовательное и непрерывное движение взаимосвязанных компонентов и этапов, состояний педагогического процесса и действий его участников.

Одной из причин возникновения столь плачевной ситуации относительно состояния и уровня здоровья представителей современной молодежи является отсутствие у студентов достаточной информации, знаний о важности здорового образа жизни, роли двигательной активности в укреплении соматического здоровья и элементарных навыков самоконтроля своего физического состояния. Поэтому при разработке и внедрении концепции формирования здорового образа жизни студентов в процессе физического воспитания основное внимание уделяется уровню теоретических знаний, учету мотивационных приоритетов студентов, интересу к выбранным видам двигательной активности, исходному уровню показателей физического состояния.

Традиционные пути подачи информации устарели, они заведомо имеют, скорее, негативное, нежели позитивное влияние. Сегодня нерешенным и актуальным остается вопрос практики подачи информации для современной молодежи, пути ее внедрения. Поэтому перспективы дальнейших исследований в данном направлении заключаются в разработке, внедрении и применении современных инновационных педагогических технологий в процессе формирования здоровьесберегающей деятельности студентов.

## Литература

1. Бака Р. Региональные особенности формирования физической культуры студентов / Р. Бака. – СПб.: Стратегия будущего, 2008. – 140 с.
2. Григорьев В. И. Фитнес-культура студентов : теория и практика / В. И. Григорьев, Д. Н. Давиденко, С. В. Малинина. – СПб.: СПбГУЭФ, 2010. – 228 с.

3. *Ивчатова Т. В.* Здоровье и двигательная активность человека / Т. В. Ивчатова. – К.: Науч. мир, 2011. – 260 с.
4. *Ильинич В. И.* Физическая культура студента : учебник / В. И. Ильинич; под ред. В. И. Ильинича. – М.: Гардарики, 2000. – 448 с.
5. *Коновалова И. А.* Становление культуры здоровья студентов вуза физкультурно-спортивного профиля : дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.04 / И. А. Коновалова. – Челябинск, 2011. – 157 с.
6. *Красноперова Н. А.* Педагогическое обеспечение формирования здорового образа жизни студентов / Н. А. Красноперова // Теория и практика физ. культуры. – 2005. – № 6. – С. 16–19.
7. *Курамшин Ю. Ф.* Сравнительный анализ понятий «методика» и «технология» / Ю. Ф. Курамшин, Мин Хе Чжин // Теоретико-методологический потенциал подготовки кадров физ. культур. – СПб.: СПбГУФК, 2006. – С. 136–141.
8. *Лю Юн Цянь.* Мотивация физкультурно-спортивной активности студенческой молодежи в системе формирования установки на здоровый образ жизни (на примере белорусской и китайской студенческой молодежи): автореф. дис. на соискание учен. степени канд. пед. наук : спец. 13.00.04 / Лю Юн Цянь. — Минск, 2011. – 23 с.
9. *Манжелей И. В.* Педагогические модели физического воспитания [Текст] : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / И. В. Манжелей. – М. : Теория и практика физ. культуры и спорта, 2005. – 185 с.
10. *Москаленко Н.* Педагогічні інновації у фізичному вихованні / Н. Москаленко // Спорт. вісн. Придніпров'я. – 2009. – № 1. – С. 19–22.
11. *Москаленко Н. В.* Теоретико-методичні засади інноваційних технологій в системі фізичного виховання молодших школярів : автореф. дис. на здобуття ступеня доктора наук з фіз. виховання і спорту : спец. 24.00.02 / Н. В. Москаленко. – К., 2009. – 42 с.
12. *Тугая А. В.* Реализация информационных и педагогических технологий в обучении курсантов военных учебных заведений : дис. на соискание учен. степени канд. пед. наук : спец. 13.00.08 / А. В. Тугая. – Ставрополь, 2005. – 178 с.
13. *Футорный С. М.* Здоровьесберегающие технологии в процессе физического воспитания студенческой молодежи : [монография] / С. М. Футорный. – К. : Саммит-книга, 2014. — 304 с.
14. *Шилько В. Г.* Инновационные технологии физического воспитания студентов / В. Г. Шилько, Л. В. Капилевич // «Спорт и здоровье»: материалы II Междунар. конгр., 2005 ( 21–23 апр., Санкт-Петербург). — СПб.: Олимп, 2005. — С. 326–327.

## References

1. *Baka R.* Regional peculiarities of formation of physical culture of students / R. Baka. – Saint Petersburg. : Strategy for the future, 2008. – 140 p.
2. *Grigoriev V. I.* Fitness culture of students: theory and practice / V. I. Grigoryev, D. N. Davydenko, S. V. Malinin. – Saint Petersburg. : SPbGUEF, 2010. – 228 p.
3. *Ivchatova T. V.* Health and physical activity of man / T. V. Usatova. – Kiev : Nauchny mir, 2011. – 260 p.
4. *Ilinich V. I.* Physical culture of students : textbook / V. I. Ilinich, ed. by V. I. Ilinich. – Moscow : Gardariki, 2000. – 448 p.
5. *Konovalova A. I.* The formation of health culture of University students of sports profile: dissertation of Ph.D. in Pedagogics: speciality 13.00.04 / A. I. Konovalova. – Chelyabinsk, 2011. – 157 p.
6. *Krasnoperova N. A.* Pedagogical provision of the formation of healthy lifestyle of students / N. A. Krasnoperova // Teoriya i praktika fiz. kultury. – 2005. – N 6. – P. 16–19.
7. *Kuramshin Y. F.* Comparative analysis of the concepts of «technique» and «technology» / Y. F. Kuramshin Min Hye-Jin // Theoretical and methodological potential of physical training cultures. – Saint Petersburg. : SpbSUPC, 2006. – P. 136–141.
8. *Liu Yun Qian.* Motivation of sports activity of students in the formation of installation on a healthy lifestyle (Belarusian and Chinese students): author's abstract for Ph.D. in Pedagogics : speciality 13.00.04 / Liu Yun Qian. – Minsk, 2011. – 23 p.
9. *Manzheley I. V.* Pedagogical models of physical education [Text] : teaching guide for students of higher institutions / I. V. Manzheley. – Moscow : Teoriya i praktika fiz. kultury i sporta, 2005. – 185 p.
10. *Moskalenko N.* Pedagogical innovations in physical education / N. Moskalenko // Sportyvnyi visnyk Prydniprovia. – 2009. – N 1. – P. 19–22.
11. *Moskalenko N. V.* Theoretical and methodic bases of innovating technologies in the system of physical education of junior school children: author's abstract for Doctoral degree in Physical Education and Sport : 24.00.02 / N. V. Moskalenko. – Kiev, 2009. – 42 p.
12. *Tugaya A. V.* Implementation of information and educational technologies in the training of cadets of higher military educational institutions: dissertation for Ph.D. in Pedagogics: speciality 13.00.08 / A. V. Tugaya. – Stavropol, 2005. – 178 p.
13. *Futorny S. M.* Health saving technologies in the process of physical education of students : [monograph] / S. M. Futorny. – Kiev : Sammit-kniga, 2014. – 304 p.
14. *Shilko V. G.* Innovative technologies of physical education of students / V. G. Shilko, L. B. Kapilevich // «Sports and health» / proceedings of the II International Conference., April 21–23, 2005, St. Petersburg. – SPb.: Oлимп, 2005. – P. 326–327.