

ТЕОРЕТИКО-ПРАКТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ЗДОРОВЬЕОРИЕНТИРОВАННЫХ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ТЕХНОЛОГИЙ, ОБЕСПЕЧИВАЮЩИХ ФОРМИРОВАНИЕ КЛЮЧЕВОЙ КОМПЕТЕНЦИИ «БЫТЬ ЗДОРОВЫМ» У СТУДЕНТОВ

Н.П. Абаскалова, А.Ю. Прилепо

В статье представлены теоретические и методологические подходы внедрения здоровьесориентированных педагогических технологий в образовательный процесс. Рассмотрены основные понятия: культура здоровья, здоровый образ жизни, ключевая компетенция «быть здоровым» и дана характеристика модели освоения студентами ключевой компетенции «быть здоровым».

Ключевые слова и словосочетания: здоровьесориентированные педагогические технологии, культура здоровья, здоровый образ жизни.

Актуальное требование современной жизни к подрастающему поколению - здоровье. Только оно позволяет выполнять возрастающие требования, предъявляемые социумом к детям. По своей сути здоровье является единственным ресурсом, позволяющим молодому человеку надеяться на успешную социализацию в общество. Постоянные трансформации, происходящие в государстве, отсутствие стабильности и уверенности в завтрашнем дне требуют от подростков умения активно преобразовывать себя в постоянно меняющихся условиях окружающего мира. Становится необходимым, чтобы человек, находясь в системе социальных отношений, понимал актуальность ведения здорового образа жизни. Роль педагога состоит в разворачивании перед воспитанником веера разнообразных жизненных выборов и в создании для ребенка условий в игровой (безопас-

ной) ситуации производить свободный осознанный выбор здоровья, *за* который он в дальнейшем сам станет нести всю полноту ответственности.

Современные условия развития российского общества таковы, что оно нуждается в здоровом поколении (духовно и физически), способном изменить экономический, политический, демографический статус страны. Здоровое поколение с выраженным иммунитетом к эпидемии социогенных заболеваний - вот тот социальный заказ, который предъявляется обществом к системе образования. В течение последних лет система образования самостоятельно пытается выполнить этот социальный заказ. В результате появились, так называемые, «школы здоровья». В их деятельности реализуются ориентированные на здоровье педагогические технологии, активно изменяется образовательная среда, чтобы сделать пространство безопасным и сохраняющим исходный уровень здоровья детей. Разрабатываются алгоритмы постепенного улучшения здоровья и принятия подрастающим поколением здоровья как приоритетной личной ценности.

Каждый этап развития общества вносит новые изменения в развитие личности. В течение многих лет школа настойчиво формировала человека как носителя определенной суммы знаний и умений и не заботилась о том, чтобы расширять кругозор человека за счет его умения учиться, принимать ответственные решения относительно своей жизни. Формирование навыка выбирать, анализируя и взвешивая последствия своих поступков, - это необходимое качество, которое определяет успешность самореализации личности в стремительно меняющемся мире. Выбор в пользу сохранения своего здоровья невозможен без осознанного и самостоятельного ведения здорового образа жизни. Освоение ребенком индивидуальной стратегии сохранения здоровья невозможно без пересмотра педагогических технологий применяемых в образовательных учреждениях. Эффективное формирование здорового образа жизни у детей происходит благодаря совместному освоению образцов культуры здоровья через критическое осмысление личного опыта и научных знаний.

Здоровый образ жизни - это типичная совокупность форм и способов повседневной жизнедеятельности личности, основанная на культурных нормах, ценностях, смыслах деятельности и укрепляющая адаптивные возможности организма.

Культура здоровья - это жизненная позиция человека (наличие позитивных целей и ценностей), которая включает в себя не только объективные результаты деятельности людей, но и грамотное и осмысленное отношение к своему здоровью, организацию здорового образа жизни, позволяющего активно регулировать состояние человека с учетом индивидуальных особенностей организма, реализовать программы самосохранения, самореализации, саморазвития.

Здоровьеориентированный воспитательный процесс представляет собой творческий синтез собственного опыта сотворения своего здоровья у обучающихся и окружающей социальной среды, определенным образом организованной и регулируемой учителем. Содействуя становлению здоровой личности через богатство социальных связей и взаимные, ориентированные на сохранение здоровья, социальные отношения, педагог подводит обучаемого к автономному функционированию и утверждению своего «Я» социально приемлемыми, ориентированными на ведение здорового образа жизни и сохранение здоровья способами.

Таким образом, необходимо подготовить здоровьеориентированную воспитывающую среду - совокупность окружающих личность обстоятельств, социально ценностных, влияющих на ее развитие и содействующих вхождению в современную культуру здоровья. Содержанием сохраняющей здоровье среды как фактора социального развития личности выступают предметное, социальное, событийное и информационное окружение - эта совокупность разворачивается на фоне природного окружения человека. Чем уже среда, тем скуднее представления о мире и беднее поведенческий опыт, а палитра поведенческого выбора однообразна и одноцветна. Педагог, профессионально использующий объективное влияние социальных агентов, придает этому влиянию ориентированную на здоровье направлен-

иость, переводя социальную ситуацию развития в педагогическую, тем самым создавая здоровую воспитывающую среду.

Обобщая подходы к формированию здорового образа жизни у участников педагогического взаимодействия необходимо отметить, что развитие образовательной системы учреждения с позиции здоровьесбережения ведет к освоению педагогами здоровьесориентированных педагогических технологий и созданию здоровьесориентированного информационного пространства через материалы основных учебных предметов. Наряду с этим должна быть создана вариативная воспитательная система, позволяющая в игровой деятельности апробировать индивидуальную модель ведения здорового образа жизни и прохождение трехэтапного алгоритма освоения ключевой компетенции «быть здоровым».

Использование ресурсов психофизиологических особенностей организма, опора на опыт и интерес обучаемых приводят к качественному переходу от ученичества к самостоятельности, когда студент реализует всю полноту культурно-личностного потенциала, следуя своей собственной образовательной траектории в освоении здорового образа жизни. Ученик самостоятельно выбирает, оценивает, находит критерии эффективности и оптимальности своей деятельности, сравнивая себя с общепринятыми образцами. Основная задача педагогов - помочь ему осуществлять выбор оптимальной деятельности, т.е. сформировать ключевые компетенции, необходимые для самореализации в обществе.

Высшая школа не всегда своевременно реагирует на происходящие перемены в обществе. Педагогическое образование отчетливо проявляет тенденции сохранения имеющегося состояния, активно сопротивляясь инновационным изменениям в собственной структуре. Несмотря на попытки внедрения здоровьесориентированных педагогических технологий в некоторых ВУЗах, качественного изменения в подходах к технологии формирования здоровьесориентированного компонента профессиональной культуры учителя пока не произошло. Школы по собственной инициативе и под давлением структур, управляющих образованием, нуждаются в специалистах, владеющих

здоровьеориентированными педагогическими технологиями. Назрела необходимость модернизации подготовки учителя по проблеме сохранения здоровья и формирования здорового образа жизни у детей. Внедрение инновационной здоровьеориентированной модели профессиональной подготовки будущих учителей - это потребность в новом типе личности учителя, способного соответствовать изменившейся социальной ситуации. Молодой учитель - это человек, активно изменяющий сложившиеся стереотипы между поколениями. Педагог, благодаря индивидуально-личностному своеобразию подхода к решению возникающих проблем, должен инициировать личностно-ориентированное преобразование учебного процесса, способствующего сохранению духовного, психологического и физического здоровья у детей [7].

Важными структурными элементами освоения студентами здоровьеориентированных педагогических технологий являются приобщение их к ведению здорового образа жизни, формирование у них ключевой компетенции «быть здоровым».

В современном обществе особое значение придается развитию способностей общения, обмена и сопоставления позиций, принятия различий, умения «жить вместе» не только в одном дворе, на одной улице, в одном городе, но и на одной планете. То есть, по мнению С.Е. Шишова и В.А. Кальней [12], формированию ряда ключевых компетенций, которые определяют основу для непрерывного образования личности, образования через всю жизнь. Это политические и социальные компетенции, компетенции жизни в многокультурном обществе и общения (устное, письменное, на иностранных языках), компетенции связанные с владением новыми информационными технологиями и реализующие способность и желание учиться всю жизнь. **Быть компетентным** - это уметь мобилизовать имеющиеся знания и опыт, свое настроение и волю для решения проблемы в конкретных обстоятельствах. Компетенция - это общая способность, основанная на знаниях, опыте, ценностях, склонностях, которые приобретены благодаря обучению. По своей сути компетенция - это характеристика личности, которую можно извлечь из наблюдений за

действиями, умениями, мобилизацией приобретенных знаний и опыта в определенной жизненной ситуации. **Компетентная личность самостоятельно устанавливает связь между имеющимися знаниями и действует адекватно.** С.Е. Шишов и В.А. Кальней отмечают, что понятию **ключевая компетенция** соответствует только универсальная компетенция, условия реализации которой не слишком специфичны и могут постоянно проявляться в жизни любого человека. Такой ключевой компетенцией, на наш взгляд, может являться компетенция «быть здоровым». Формирование здорового образа жизни в образовательном учреждении предусматривает значительную практическую составляющую. Эта составляющая была нами интерпретирована при помощи понятия «ключевая компетенция «быть здоровым».

Ключевая компетенция «быть здоровым» - это совокупность интеллектуальных и практических умений, которая базируется на принятии индивидуального здоровья как значимой ценности, включает знания и навыки сохранения имеющегося потенциала здоровья и определяет поведение личности в ситуации выбора в здоровьеразрушающих и сохраняющих здоровье условиях.

Компетенция «быть здоровым» включает в себя:

- принятие своего здоровья как личной ценности;
- знания, умения и навыки, обеспечивающие сохранение имеющегося потенциала здоровья, способствующие профилактике и лечению болезней;
- преодоление вредных привычек и аддиктивных стереотипов поведения;
- критическое мышление, позволяющее выявлять в информационном пространстве информацию, направленную на разрушение здоровья и принимать решения, направленные на сохранение здоровья и активное преобразование окружающего социума.

Любая из компетенций, как предложенная С.Е. Шишовым и В.А. Кальней [12], так и другими авторами, может быть представлена как цель и результат образовательной программы педагога. Это стало возможно благодаря современным подходам к составлению дополни-

тельных образовательных программ, которые построены на реструктуризированных и интегрированных образовательных областях.

При освоении индивидуальной модели ведения здорового образа жизни внутри учреждения особую роль играет освоение ключевой компетенции «быть здоровым» через разработанный трехэтапный алгоритм включения обучающихся в процесс здоровьесориентированной креативной жизнедеятельности. Реализация данного алгоритма происходит при создании вариативной системы воспитательных мероприятий (в течение учебного года), обеспечивающих проживание ситуации успеха и формирование поддерживающих социальных ресурсов в *виде* постоянной группы студентов, носителей ценностей здорового образа жизни в молодежной субкультуре внутри учреждения и микрорайоне (клубы здоровья). Параллельно внутри образовательного учреждения создается система теоретических занятий (внутри базовых учебных предметов, курсов по выбору и т.д.), в содержании которых интегрированы знания о здоровье. Это позволяет включить максимальное количество студентов в первичное здоровьесориентированное информационное поле, а затем предоставить возможность для самореализации своих способностей через различные конкурсы и, тем самым, получить возможность для освоения ключевой компетенции «быть здоровым».

Формирование компетенции осуществляется в деятельности. Необходимо пространство, ориентированное на сохранение здоровья, в котором можно реализовать на практике все теоретические знания, умения, навыки, индивидуальные ценности. Такое пространство включает три составляющие: *педагога*, являющегося носителем ценностей здорового образа жизни и владеющего компетенцией «быть здоровым»; *коллектив сверстников*, для которого здоровье и компетенция должны быть значимыми, и социально одобряемую, важную для обучающихся *деятельность* по сохранению здоровья, которая повышает статус в референтной группе и способствует процессам социализации и индивидуализации.

Процесс освоения ключевой компетенции «быть здоровым» ориентирован на:

- ◆ раскрытие ценностно-смысловой компоненты понятия здоровье;
- ◆ построение здоровьеориентированного пространства саморазвития личности;
- ◆ обеспечение индивидуальной траектории развития потенциала здоровья;
- ◆ личный опыт практической, ориентированной на сохранение здоровья жизнедеятельности;
- ◆ создание условий для формирования референтной группы сверстников, ведущих здоровый образ жизни.

Формирование ключевой компетенции «быть здоровым» связано с процессами самоопределения, происходящими только в ходе организации проблемно-конфликтных и критических ситуаций, в которых личность студента проявляет себя целостно, демонстрируя истинное мировосприятие. Проблематизация базовых аспектов ведения здорового образа жизни создает возможность для актуализации целостного понимания здоровья и переосмысления студентом своей позиции при организации педагогической деятельности, ущербной для здоровья ребенка. Ориентированное на здоровье мировоззрение преподавателя является точкой интеграции, обеспечивающей наличие и самосовершенствование концептуальных представлений о ведении здорового образа жизни. Концепция, выбранная педагогом, последовательно реализуется в практической деятельности (первично студентами - на педагогической практике).

Инновационные здоровьеориентированные педагогические технологии можно рассматривать как необходимую составляющую профессионально-педагогической подготовки студента, способствующую росту его конкурентоспособности в обществе стремительных перемен с непредсказуемым будущим.

Процесс поэтапного вовлечения обучающихся в освоение здорового образа жизни и реализацию ключевой компетенции «быть здоровым» в ВУЗе может включать три этапа (уровня) развития: досуговый, клубный, креативно-волонтерский.

Досуговый этап (начальный уровень) предполагает вовлечение студентов в систему конкурсно-игровых массовых мероприятий по здоровью, в которых они могут пережить ситуацию успеха и приобрести внутреннюю мотивацию для вовлечения в деятельность клуба здоровья.

Клубный этап (второй уровень) направлен на вовлечение студентов в деятельность клуба здоровья, в котором, посещая занятия на постоянной основе, осваивается блок начальной подготовки. В него входит минимальный объем необходимых знаний и навыков, который постоянно востребован в процессе межличностного общения с референтной группой сверстников, для которых здоровье является значимой ценностью.

Креативно-волонтерский этап (третий уровень) характеризуется освоением знаний, умений и навыков сохранения потенциала своего здоровья, профилактики болезней, оказания доврачебной помощи, преодоления вредных привычек и др., в зависимости от индивидуальных проблем со здоровьем, переходом к самостоятельному исследованию доступных информационных источников и созданием своего образовательного продукта. Как следствие, проявление активной жизненной позиции в своем микросоциальном окружении приводит к вовлечению в досуговый этап сверстников и студентов младших курсов, способствуя распространению идей сохранения здоровья в студенческой субкультуре.

Профессионально-личностное развитие будущего педагога - это не только передача специальных знаний, позволяющих успешно осуществлять педагогическую деятельность, но и специфическое мировоззрение, жизненные установки и ценности. Современное состояние здоровья населения все более остро ставит вопросы по подготовке педагогов, для которых здоровье является значимой ценностью и способных к реализации в профессиональной деятельности здоровье-ориентированных педагогических технологий.

Здоровьеориентированные педагогические технологии - это совокупность средств и методов воспроизведения теоретически обоснованных в «педагогике здоровья» процессов воспитания культуры

здоровья, позволяющая обучающимся успешно осваивать и реализовывать в процессе жизнедеятельности ключевую компетенцию «быть здоровым». *Состоят из:* прикладных методик освоения этапов обучения культуре здоровья (ориентирования в предметной области, изучения базовых тем и межпредметных связей, контроля освоения материала и корректировки); условий, в которых реализуется освоение ориентированного на здоровье стиля поведения; средств осуществления «педагогике здоровья», включая специализированную подготовку педагогов по основным тематическим блокам, входящим в интегрированную научную область валеология, и техническим средствам обучения (ТСО), необходимым для реализации здоровьеориентированных педагогических технологий в образовательном учреждении.

Содержание учебно-профессиональной деятельности студента трансформируется в процессе обучения. Развитие личности, осознание проблем индивидуального здоровья, принятия здоровья как значимой ценности приводят к осознанию необходимости освоения здоровьеориентированных педагогических технологий. Проблема сохранения индивидуального здоровья в процессе педагогического взаимодействия имеет много аспектов. Сохранение и поддержание соматического и психологического здоровья, наряду с осмыслением поведения, направленного на здоровье, является проблемной ситуацией, которую студент моделирует в процессе обучения, взаимодействуя с преподавателем ВУЗа, а затем начинает применять в процессе педагогической практики. Педагоги, являющиеся носителями ценностей здорового образа жизни, при помощи здоровьеориентированных педагогических технологий, совместно со студентами, создают единое, ориентированное на здоровье пространство, в котором успешно осваивается ключевая компетенция «быть здоровым».

Библиографический список

1. Абаскалова, Н.П. Системный подход в формировании здорового образа жизни субъектов образовательного процесса «школа - вуз»: монография / Н.П. Абаскалова. - Новосибирск: Изд-во НГПУ, 2001.-316 с.

2. Газман, О.С. Неклассическое воспитание. От авторитарной педагогики к педагогике свободы / О.С. Газман. - М.: Изд. дом «Новый учебник», 2003. - 320 с.
3. Гонеев, А.Д. Основы коррекционной педагогики / А.Д. Гонеев, И.Н. Лифанцева, Н.В. Ялпаева; под ред. В.А. Слостенина. - М.: Изд. центр «Академия», 2002. - 280 с.
4. Журавлева, **И.В.** Здоровье подростков: социологический анализ / И.В. Журавлева. - М.: Издательство Института социологии РАН, 2002. - 240 с.
5. Здоровье населения г. Новосибирска 2004-2008гг. / Мэрия Новосибирска. - Новосибирск, 2003. - Раздел «Профилактика и лечение химической зависимости». Городская целевая программа.
6. Ирхин, В.Н. Теория и практика отечественной школы здоровья: монография / В.Н. Ирхин. - Барнаул: Изд-во БГПУ, 2002. - 279 с.
7. Мельникова, М.М. Системный подход к организации здоровьесберегающего образования в вузе: практико-ориентированная монография / М.М. Мельникова; под ред. Н.П. Абаскаловой. - Новосибирск: Изд. НГПУ, 2004. - 194 с.
8. Олифиренко, **Л.Я.** Социально-педагогическая поддержка детей группы риска / Л.Я. Олифиренко, Т.И. Шульга, И.Ф. Дементьева. - М.: Изд. центр «Академия», 2002. - 256 с.
9. Прилепо, А.Ю. Формирование здорового образа жизни детей в учреждениях дополнительного образования: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Прилепо А.Ю. - Барнаул, 2004. - 23 с.
10. Прихожан, А.М. Психология сиротства / А.М. Прихожан, Н.Н. Толстых. - 2-е изд. - СПб.: Питер, 2005. - 400 с.
11. Социальная технология научно-практической школы им. Ю.Ф. Змановского: Здоровый дошкольник / авторы-составители: Ю.Е. Антонов, М.М. Кузнецова, Т.И. Марченко и др. - М.: АРКТИ, 2001.-208 с.
12. Шишов, С.Е. Школа: мониторинг качества образования / С.Е. Шишов, В.А. Кальней. - М.: Педагогическое общество России, 2000. - 320 с., прилож.

THEORETICAL AND PRACTICAL ASPECTS OF HEALTH-ORIENTED PEDAGOGICAL TECHNOLOGIES FORMING KEY COMPETENCE "BE HEALTHY" OF STUDENTS

N.P. Abascalova, A.Yu. Prilepo

The paper presents theoretical and methodological approaches to embedding health-oriented pedagogical technologies in educational process. Basic concepts are considered: health culture, healthy life-style, key competence "be healthy"; the characteristic of model familiarization of the key competence "be healthy" by students is presented.

Key words: health culture, healthy life-style, health-oriented technologies.