

Здоровьесберегающие технологии в подготовке студентов медицинского колледжа

Согласно определению Всемирной организации здравоохранения, **здоровье** - это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов[3]. Охрану здоровья молодого поколения можно назвать приоритетным направлением деятельности всего общества, поскольку лишь здоровые юноши и девушки в состоянии должным образом усваивать полученные знания и в будущем способны заниматься производительно-полезным трудом. Необходимо ли обучать будущих медицинских работников технологиям здоровьесбережения? Насколько необходимы такие знания в их дальнейшей работе? Основой современной цивилизации является здоровый и духовно развитый человек. Около 20% населения нашей страны составляют дети и подростки. Они являются главным и основным ресурсом человеческого, общественного и экономического развития. Проблемы сохранения и укрепления здоровья детей всегда были актуальны в образовании, поэтому само понятие «образование» требует современного нового трактования. Оно не должно сводиться только к усвоению знаний, а предполагает развитие мыслящей, деятельной, творческой, и главное – здоровой личности. Здоровье и умственное развитие ребенка должны быть взаимодополняющими и взаимоопределяющими элементами в системе формирования целостной личности[1, с. 24].

Основная цель образования – развитие личности при сохранении здоровья, т.е. развитие обучающегося в соответствии с принципом природосообразности. Каждый педагог ставит перед собой цель – обеспечить обучающемуся возможность сохранения здоровья за период обучения в образовательной организации, сформировать у него знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить применять эти знания в повседневной жизни[4, с.57]. В своей работе преподаватели колледжа должны придерживаться следующих принципов:

- учет индивидуальных, возрастных и физических особенностей студента;
- учёт медицинских показателей;
- соблюдение санитарных норм в кабинетах (маркировка в соответствии с ростом и возрастом, освещение, оформление, проветривание, гигиена);
- соблюдение охранительного режима во время урока (смена форм деятельности во время урока, рациональная организация учебной деятельности, физкультминутки, динамические паузы, осанка и т.д.);
- введение в уроки здоровьесберегающих элементов с помощью разнообразных форм, методов и средств обучения.

В настоящее время можно с уверенностью утверждать, что именно преподаватели в состоянии сделать для здоровья современного студента больше, чем врач. Это не значит, что педагог должен выполнять обязанности медицинского работника. Просто педагог должен работать так, чтобы обучение детей в школе не наносило ущерба здоровью студентов. В реальной практике гораздо важнее выстроить учебный процесс таким образом, чтобы он не только не ухудшал физическое состояние учащихся, но и, напротив, укреплял их силы и возможности.

Основные задачи школы, которая работает над формированием здоровьесберегающей среды, заключается в том, чтобы подготовить студента к профессиональной деятельности, вырастить его нравственно и физически здоровым, научить грамотно, ответственно и эффективно сохранять свое здоровье. Здоровье студента, его социально-психологическая адаптация, нормальное развитие во многом определяется средой, в которой он обучается.

Здоровьесберегающие технологии – предполагают совокупность педагогических, психологических и медицинских воздействий, направленных на защиту и обеспечение здоровья, формирование ценного отношения к своему здоровью[6, с. 78].

В работе отдельного педагога здоровьесберегающие технологии можно представить как системно организованное на едином методическом фундаменте сочетание принципов педагогики сотрудничества, «эффективных» педагогических техник, элементов педагогического мастерства, направленных на достижение оптимальной психологической адаптированности студента к образовательному процессу, заботу о сохранении его здоровья и воспитание у него культуры здоровья. Это работа преподавателя, при которой он полноценно выполняет учебную программу,

формируя у учащихся интерес к своему предмету, устанавливая с ним доверительные, партнерские отношения, предотвращая возникновение дискомфортных состояний и максимально используя индивидуальные особенности студентов для повышения результативности их обучения[5, с. 111].

Перед преподавателем, готовым использовать в своей работе здоровьесберегающие образовательные технологии, на первом этапе стоят следующие задачи:

- пройти необходимое повышение квалификации по вопросам здоровья, здоровьесберегающих образовательных технологий (ЗОТ);
- начать целенаправленную реализацию ЗОТ в ходе проведения учебных занятий и внешкольной работы со студентами, отслеживая получаемые результаты с помощью объективных методов оценки;
- содействовать формированию в своем образовательном учреждении здоровьесберегающей образовательной среды как эффективному взаимодействию всех членов педагогического коллектива, студентов и их родителей для создания условий и реализации программ, направленных на сохранение, формирование и укрепление здоровья.

В качестве основополагающих принципов здоровьесберегающих технологий можно выделить следующие:

- создание образовательной среды, обеспечивающей снятие всех стрессообразующих факторов учебно-воспитательного процесса;
- творческий характер образовательного процесса;
- обеспечение мотивации образовательной деятельности;
- построение учебно-воспитательного процесса в соответствии с закономерностями становления психических функций;
- принцип целостности при освоении нового материала;
- осознание ребенком успешности в любых видах деятельности;
- рациональная организация двигательной активности;
- обеспечение адекватного восстановления сил, смена видов деятельности;
- обеспечение прочного запоминания.

Таким образом, главная задача реализации здоровьесберегающих технологий – такая организация образовательного пространства на всех уровнях, при которой качественное обучение, развитие, воспитание студентов не сопровождается нанесением ущерба их здоровью.

Литература

1. Воротилкина ИМ. Оздоровительные мероприятия в учебном процессе // № 4. С. 72.
2. Ишмухаметов М.Г. Нетрадиционные средства оздоровления детей // «Начальная школа», 2005. - № 1. С. 91.
3. Антонова Л.Н. Психологические основания реализации здоровьесберегающих технологий в образовательных учреждениях/ Л.Н. Антонова, Т.И. Шульга, К.Г.
4. Борисова И.П. Обеспечение здоровьесберегающих технологий в школе//Справочник руководителя образовательного учреждения.-2005.-№10.-С.84-92.
5. Вайнер Э.Н. Формирование здоровьесберегающей среды в системе общего образования// Валеология.-2004.-№1.-С.21-26.
6. Вашлаева Л.П., Панина Т.С. Теория и практика формирования здоровьесберегающей стратегии педагога в условиях повышения квалификации// Валеология.-2004.-№4.-С.93-98.