

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОЛЛЕДЖА КАК СОСТАВЛЯЮЩАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВОСПИТАНИЯ.

***Н.Ш. Хусяинова,
преподаватель методики физического воспитания***

Сохранение и укрепление здоровья студентов педагогического колледжа - одна из наших главных стратегических задач. Она регламентируется и обеспечивается нормативно-правовыми документами, такими как:

- Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. От 06.02.2020);
- Федеральный закон "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации" от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р «Об утверждении стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».

В законе РФ «Об образовании» выделено: «...обязанность образовательного учреждения создавать условия, гарантирующие охрану и укрепление здоровья обучающихся» [1].

Сегодня особенно остро встают проблемы здоровьесбережения, как составляющей профессионального воспитания. Смирнов Никита Константинович профессор, заведующий кафедрой психолого - педагогических технологий охраны и укрепления здоровья Академии ПК и ПРО Минобрнауки выделяет пять здоровьесберегающих технологий: медико-гигиенические, экологические, образовательные технологии, технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности и физкультурно-оздоровительные технологии[2, с.31].

Преподаватели комиссии «Медико-социальных основ здоровья» в своей работе реализуют все технологии, но наиболее значимы для нас по степени влияния на здоровье студентов физкультурно-оздоровительные технологии, которые направлены на физическое развитие студентов, , совершенствование физических качеств и двигательных навыков. Соблюдение принципов здоровьесбережения, выделенных Смирновым Н.К., таких как «не навреди!», «приоритет заботы о здоровье учителя и обучающегося», «принцип ответственности за свое здоровье», «успех порождает успех» - это зона ответственности каждого педагога, работающего в колледже [2, с.33]. «Педагог может сделать для здоровья ученика даже больше, чем врач. Просто педагоги должны работать так, чтобы обучение не несло вреда здоровью учеников. Учитель занимает одно из главных мест, для них он олицетворяет все важное и новое, в том числе является примером в вопросах здоровьесбережения» [3,с.51].

Дистанционное обучение в условиях COVID-19 показало, что сегодня мы не всегда располагаем безопасными технологиями онлайн – обучения. Студенты и преподаватели по шесть - семь часов сидят за компьютерами, образование порой является источником новых факторов риска. Не соблюдаются физиологические и гигиенические требования к организации учебного процесса. Мы наблюдаем недостаток двигательной активности студентов, слабую мотивацию ЗОЖ и здоровьесбережения, репродуктивную модель обучения.

Сегодня задача каждого педагога учитывать разные факторы риска, воздействующие на здоровье обучающихся: это и перегрузка учебных программ, и не благоприятный психологический климат, и авторитарный стиль взаимодействия, и отсутствие индивидуального подхода, и слабое использование технологий «успеха» и «радости», недостаток терпимости, доброжелательности, чувства юмора. Объем новой учебной информации зачастую превышает возможности качественного усвоения ее некоторыми студентами.

Федеральные государственные образовательные стандарты идеи здоровьесбережения переводят в разряд требований и ориентируют студентов на достижение таких личностных образовательных результатов, как:

- «... принятие и реализацию ценностей здорового образа жизни; потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью,
- неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков; ... бережное,
- ответственное и компетентное отношение к здоровью, как собственному, так и других людей[4].

Преподаватели комиссии «Медико-социальных основ здоровья» проводят большую работу по формированию, сохранению и укреплению здоровья студентов в ходе профессиональной подготовки. Ежегодно проводится в колледже мониторинг физического развития студентов. Сегодня мы наблюдаем существенные недостатки в физическом развитии юношей и девушек. Так среди поступивших на первый курс студентов немало лиц отрицательно или безразлично относящихся к физкультуре, многие из них имеют слабую физическую подготовленность, вторую и даже третью группы здоровья.

Сегодня как никогда возрастает роль физической культуры. Физическое воспитание студентов традиционно строится на основе единства учебного процесса, физкультурно-оздоровительной и спортивно- массовой деятельности.

Проблемы дефицита двигательной активности в условиях гибридного обучения еще больше ухудшают здоровье обучающихся. К сожалению, половина уроков физкультуры проводятся в дистанционном формате, и добиться ощутимых положительных результатов становится все труднее. Повышается роль самостоятельных занятий физической культурой. Профессиональный опыт, творческий подход, поиск новых приемов мотивации самостоятельной двигательной деятельности помогает преподавателям колледжа изменить отношение студентов к физической культуре. Насыщенность, содержательность уроков, увлеченность, требовательность, индивидуальный подход позволяют добиться, к сожалению, пока еще не всем нашим преподавателям 100% посещаемости уроков физкультуры.

Одним из приоритетных направлений здоровьесбережения студентов является работа по формированию ЗОЖ в процессе физкультурно- оздоровительной работы. Традицией стало проведение в колледже конкурсов плакатов и видео фильмов «Мы выбираем ЗОЖ», конкурса «Самая не курящая группа». Студенты старших курсов организуют активный спортивный отдых на переменах К сожалению из- за пандемии , пока отложили проведение «Дней Здоровья», туристических походов, которые мы проводили каждой осенью со студентами.

В рамках спортивно- массовой работы ежегодно проводится Спартакиада колледжа в ходе которой решаются такие задачи:

- формирование потребности и убеждённости в необходимости регулярно заниматься физической культурой и спортом.
- физическое совершенствование
- подготовка к сдаче норм ГТО
- формирование позитивных жизненных установок, ответственности за здоровье
- гражданское и патриотическое воспитание
- популяризация разных видов спорта
- привлечение к занятиям в секции дополнительного образования

В программу Спартакиады входит 14 спортивных соревнований, которые ежегодно проводятся в колледже: легкоатлетическая эстафета, скакалка, мини-лапта, пионербол, волейбол, ритмическая гимнастика, неделя ГТО, стрельба, военно-спортивная эстафета, настольный теннис, шахматы, шашки, бадминтон , дартс. Многие студенты занимаются в спортивных секциях и кружках, являются членами сборных команд по разным видам спорта. Следует отметить проведение [Спартакиады колледжа по пионерболу](#), новогодних эстафет,

конкурса ритмической гимнастики. В этом году 31 группа колледжа приняла участие в творческом задании по созданию новогодних видео открыток в форме комплексов ритмической гимнастики «Дисотека 90-х». К сожалению, в связи с гибридным обучением в этом году были проведены не все соревнования.

Можно назвать настоящим праздником здоровья и пропаганды ЗОЖ осенний Фестиваль ГТО, посвященный 90-летию ГТО. В его подготовке и организации приняли участие практически все члены предметно-цикловой комиссии. Нормы ГТО сдавали и студенты, и преподаватели.

Преподаватели физической культуры Здвижков Г.Б. и Звездила О.В. на высоком профессиональном уровне, скрупулезно готовят студентов колледжа к районным и городским соревнованиям. Наши спортсмены ежегодно участвуют в Чемпионате ССУЗОВ и ВУЗОВ Выборгского района по волейболу. На базе Автодорожного колледжа состоялся районный чемпионат ССУЗОВ, ВУЗОВ по шахматам. Наш колледж представили две смешанные команды, которые достойно конкурировали на соревнованиях и показали хороший уровень этой старинной и увлекательной игры.

Активное участие ежегодно принимают студенты колледжа в Чемпионате Юности России по лыжным гонкам. Наши спортсмены, не смотря на сложность лыжной трассы, смогли без травм и падений быстро и дружно преодолеть дистанцию. В поселке Парголово на базе СДЮШОР по зимним видам спорта прошёл чемпионат допризывной молодежи Выборгского района. Уверенно с запасом по очкам наши спортсмены заняли 1 общекомандное место.

«Дебют удался!» – так можно сказать, об участии сборной команды колледжа во Всероссийских соревнованиях «Лёд надежды нашей» по конькобежному спорту. Наша команда впервые приняла участие в столь масштабных соревнованиях на открытом катке. Лучшей из наших спортсменов стала студентка первого курса, она заняла 2 место в личном зачёте и награждена грамотой и кубком спорткомитета Санкт-Петербурга. Кроме основных соревнований на территории стадиона были организованы тренировочные станции по стрельбе и боулингу, где студенты могли проверить свои спортивные умения.

В прошлом учебном году с февраля по май Комитетом по физической культуре и спорту при поддержке Совета директоров проводилась Спартакиада среди студентов СПО Санкт-Петербурга. Программа Спартакиады включала 10 видов спорта, в которых приняли участие команды из 23 колледжей и техникумов города на Неве. Общее количество участников Спартакиады составило 927 студентов. В Олимпийском зале Комитета по физической культуре и спорту состоялась торжественная церемония награждения команд – победителей и призёров Спартакиады. Среди организаций среднего профессионального образования нашего города победителем Спартакиады в комплексном зачете стал «Педагогический колледж № 4 Санкт-Петербурга» (с контингентом обучающихся от 501 до 1000 студентов).

Реализуя принципы здоровьесбережения, на протяжении многих лет мы стараемся осуществлять личностно - ориентированную модель профессиональной подготовки на практике. Для студентов дошкольного отделения и отделения педагогики дополнительного образования мы ежегодно организуем серию мастер-классов опытных, талантливых педагогов в области физкультурно- оздоровительной деятельности. Студенты, увидев в работе с детьми педагога по призванию, ставят перед собой задачи личностного и профессионального роста. Вот фрагмент отчета по практике студента 2 курса отделения Педагогики дополнительного образования: « Неделя практики стала невероятно продуктивной для меня. Я никогда раньше и подумать не мог, что работать педагогом так сложно и интересно, что педагоги должны быть мастерами не только в своей сфере, но и во многих других. Я очень сильно надеюсь и верю, что смогу стать достойным и хорошим педагогом, который будет для детей жизненным ориентиром».

Преподаватели комиссии Желтова М.Н. и Хусяинова Н.Ш. в этом году впервые провели мастер-классы по теме "Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ" в рамках реализации ПМ.01 «Организация мероприятий, направленных на укрепление здоровья ребенка и его

физическое развитие» для руководителей педагогической практики и студентов отделения «Дошкольное образование» и «Специальное дошкольное образование».

Мастер-класс сопровождался интерактивной презентацией. Участники мастер-класса наблюдали практическое проведение утренней гимнастики и подвижных игр в разных возрастных группах, обсуждали методические приемы работы, делились собственным педагогическим опытом.

Традицией становится проведение конкурса « На зарядку, становись! Все участники в ходе выполнения задания, продемонстрировали хорошее знание содержания и методики проведения утренней гимнастики для детей младшего и старшего дошкольного возраста. Второй год мы проводим конкурс интерактивных презентаций «Формы физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ» среди групп второго курса отделения «Дошкольное образование».

Таким образом, одна из главных стратегических задач сохранение и укрепление здоровья студентов в ходе профессиональной подготовки в целом, реализуется не плохо, несмотря на некоторые проблемы и сложности. Творческая увлечённость, упорство, кропотливый ежедневный труд преподавателей комиссии медико -социальных здоровья способствует не только здоровьесбережению студентов, но и совершенствует качество профессионального воспитания, расширяет возможности выпускников по реализации в профессии сохранения и укрепления здоровья будущих воспитанников.

Литература

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 06.02.2020) "Об образовании в Российской Федерации".—URL:<http://zakon-ob-obrazovanii.ru> (дата обращения: 02.03.2022).—Текст: электронный
2. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе / Н.К. Смирнов – М.: АПК и ПРО, 2002. – 121 с.
3. Сигаева, Е. В. Здоровьесберегающие технологии в современном образовательном процессе / Е. В. Сигаева, Н. А. Горбунова, Е. В. Дронова, Т. Н. Селезнёва. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2021. — № 28 (370). — С. 50-53. — URL: <https://moluch.ru/archive/370/83190/> (дата обращения: 10.03.2022)
4. Федеральный государственный стандарт среднего (полного) общего образования : утв. Приказом Минобрнауки РФ № 473 от 17.05.2012 г. [Электронный ресурс]. – Код доступа: <https://fgos.ru>