

Салаватова Асиль Магомедовна

канд. пед. наук, доцент

Ломакин Владимир Владимирович

студент

ФГБОУ ВО «Нижневартовский государственный университет»

г. Нижневартовск, ХМАО – Югра

ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ ПРОСТРАНСТВО ВУЗА КАК УСЛОВИЕ ФОРМИРОВАНИЯ ПРОЦЕССА РАЗВИТИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ

Аннотация: статья описывает важность использования здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе высшей школы. Авторами рассмотрен опыт применения таких технологий в учебном процессе, описаны преимущества и недостатки их использования, а также даны рекомендации по эффективному использованию здоровьесберегающих технологий в образовании.

Ключевые слова: здоровьесберегающие технологии, образовательное пространство вуза, студенты, здоровье.

Современный университет является не только местом получения знаний, но и пространством для формирования здорового образа жизни. Образовательное пространство вуза играет важную роль в формировании процесса развития здоровьесберегающих технологий. В этой статье мы рассмотрим основные принципы организации образовательного пространства вуза, которые способствуют формированию здоровьесберегающих технологий.

В здоровьесберегающей системе главным является не усвоение готовых знаний, а развитие у студентов способностей к овладению методами познания феноменологии здоровья человека, дающими возможность самостоятельно, творчески их использовать для сохранения и укрепления здоровья, а также для самоопределения личности. Следовательно, сохранению и укреплению здоровья помогает умение применять здоровьесберегающие технологии [6, с. 50].

Одной из основных задач современного вуза является формирование у студентов здорового образа жизни. Однако, это не всегда удается достичь. Многие студенты проводят большую часть времени за компьютером или в библиотеке, не уделяя достаточно внимания своему здоровью. Поэтому, образовательное пространство вуза должно быть организовано таким образом, чтобы студенты могли получать не только знания, но и умения и навыки, необходимые для поддержания здорового образа жизни.

Один из первых авторов, который затронул эту тему, был Л.А. Волков. Он отмечал, что образовательное пространство вуза должно быть организовано таким образом, чтобы студенты могли получать не только знания, но и умения и навыки, необходимые для поддержания здорового образа жизни [3, с. 25]. Также на эту тему писали Л.В. Белоусова и Н.М. Полищук. Они отмечали, что формирование здоровьесберегающих технологий является важной задачей современного образования [1, с. 47].

Цель данной статьи – рассмотреть основные принципы организации образовательного пространства вуза, которые способствуют формированию здоровьесберегающих технологий. Для достижения этой цели мы рассмотрим следующие задачи.

1. Описать основные принципы организации образовательного пространства вуза.
2. Рассмотреть роль образовательного пространства вуза в формировании здоровьесберегающих технологий.
3. Описать методы оценки эффективности образовательного пространства вуза в формировании здоровьесберегающих технологий.
4. Выявить факторы, формирующие здоровьесберегающие технологии у студентов

В данной статье мы будем опираться на работы Л.А. Волкова, Л.В. Белоусовой и Н.М. Полищук, а также на другие авторские работы, посвященные данной теме.

Организация образовательного пространства высшего учебного заведения должна основываться на следующих принципах:

1. *Интеграция здоровьесберегающих технологий в учебный процесс.* Здоровьесберегающие технологии должны стать неотъемлемой частью учебного процесса. Это может быть достигнуто через включение соответствующих тем в учебные планы и программы, проведение специальных лекций и семинаров, организацию занятий по физической культуре и спорту.

2. *Создание комфортных условий для здоровья студентов.* Образовательное пространство вуза должно быть организовано таким образом, чтобы студенты могли комфортно учиться и не испытывать негативного воздействия на свое здоровье. Это может быть достигнуто через создание удобных аудиторий, обеспечение хорошей освещенности и вентиляции, регулярную уборку помещений.

3. *Поддержка здорового образа жизни студентов.* Образовательное пространство вуза должно способствовать формированию здорового образа жизни у студентов. Это может быть достигнуто через организацию занятий по физической культуре и спорту, предоставление здорового питания в столовых и кафетериях, организацию мероприятий по здоровому образу жизни.

4. *Развитие самостоятельности студентов в вопросах здоровья.* Образовательное пространство вуза должно способствовать развитию самостоятельности студентов в вопросах здоровья. Это может быть достигнуто через проведение тренингов и семинаров по здоровому образу жизни, создание информационных ресурсов о здоровье и здоровом образе жизни.

Образовательное пространство вуза играет важную роль в формировании здоровьесберегающих технологий у студентов. В. И. Бондин утверждал в своем исследовании, что вузы могут стать центрами формирования здорового образа жизни, где студенты получают не только знания, но и умения и навыки, необходимые для поддержания своего здоровья [2, с. 16].

Организация занятий по физической культуре и спорту, предоставление здорового питания, проведение тренингов и семинаров по здоровому образу

жизни – все это способствует формированию здоровьесберегающих технологий у студентов. Кроме того, создание комфортных условий для здоровья студентов также является важным аспектом формирования здорового образа жизни.

Важным аспектом анализа здоровья студентов может быть их опрос, или оценка. Оценка эффективности образовательного пространства вуза в формировании здоровьесберегающих технологий может быть проведена через следующие методы:

1. Опрос студентов о своем здоровье и образе жизни. Это даст возможность измерить, какую роль играет вуз в здоровье студентов.

2. Анализ статистических данных о здоровье студентов. Это позволит оценить, насколько успешно вуз формирует здоровьесберегающие технологии у студентов.

3. Оценка эффективности проводимых мероприятий по здоровому образу жизни. Это позволит оценить, насколько успешно вуз формирует здоровьесберегающие технологии у студентов через проведение соответствующих мероприятий.

Данная оценка может помочь в развитии этих технологий, так как позволит выявить наиболее эффективные методы и подходы к обучению студентов. Оценка может показать, какие курсы и программы наиболее эффективны в формировании здоровьесберегающих навыков у студентов, какие методы преподавания наиболее эффективны для этой цели, какие ресурсы и материалы наиболее полезны для студентов [4, с. 110]. Это позволит улучшить образовательный процесс и повысить качество обучения, а также способствовать формированию здорового образа жизни у студентов и их дальнейшему применению здоровьесберегающих технологий в жизни.

Также, одной из задач нашей статьи является выявление факторов, влияющих на формирование здоровьесберегающих технологий у студентов. В ходе исследования были выделены следующие факторы:

1. *Образ жизни студента.* Он включает в себя такие аспекты, как питание, физическая активность, отказ от вредных привычек (курение, алкоголь), режим дня и сна.

2. *Социальное окружение.* Этот фактор включает в себя взаимодействие студента с другими людьми, общение в социальных сетях, уровень поддержки со стороны семьи и друзей.

3. *Психическое состояние студента.* Этот фактор включает в себя уровень стресса, тревожности, депрессии, а также способы управления эмоциями.

4. *Образовательная среда.* Этот фактор включает в себя качество образования, доступность информации о здоровье и здоровом образе жизни, а также возможности для занятий спортом и физической культурой.

Исследователи, в частности кандидат педагогических наук Н. А. Козлова, отмечают, что все эти факторы взаимосвязаны и влияют друг на друга [5, с. 95]. Например, плохой образ жизни может приводить к ухудшению психического состояния студента, а социальная поддержка может помочь ему справиться со стрессом и тревожностью.

На основе выявленных факторов, педагоги-тренеры предлагают ряд рекомендаций для формирования здоровьесберегающих технологий у студентов. Одна из них – создание благоприятной образовательной среды, которая будет способствовать развитию здорового образа жизни и поддерживать психическое благополучие студентов.

Кроме того, важно отметить, что формирование здоровьесберегающих технологий у студентов должно быть системным и комплексным подходом. Это означает, что необходимо учитывать все аспекты здоровья, включая физическое, психическое и социальное благополучие.

Одним из важных аспектов формирования здоровьесберегающих технологий является развитие у студентов навыков самоуправления своим здоровьем. Для этого необходимо обеспечить доступ к информации о здоровье и здоровом образе жизни, а также развивать у студентов критическое мышление и способность принимать информированные решения [7, с. 47].

Помимо этого, важно учитывать индивидуальные потребности и особенности каждого студента. Например, студенты с ограниченными возможностями здоровья могут нуждаться в специальной поддержке и адаптации занятий по физической культуре и спорту.

В целом, формирование здоровьесберегающих технологий у студентов является важным аспектом образовательного процесса вуза. Организация соответствующего образовательного пространства, проведение мероприятий по здоровому образу жизни и развитие навыков самоуправления здоровьем помогут студентам не только получить знания, но и сохранить свое здоровье на долгие годы.

Таким образом, можно выявить, что образовательное пространство вуза играет важную роль в формировании здоровьесберегающих технологий у студентов. Организация занятий по физической культуре и спорту, предоставление здорового питания, создание комфортных условий для здоровья студентов – все это способствует формированию здорового образа жизни. Оценка эффективности образовательного пространства вуза в формировании здоровьесберегающих технологий может быть проведена через опрос студентов, анализ статистических данных и оценку проводимых мероприятий по здоровому образу жизни.

Список литературы

1. Белоусова Л.В. Использование информационно-коммуникационных технологий в образовательном процессе высшей школы / Л.В. Белоусова, Н.М. Полищук // Информатика и образование. – 2013. – №10. – С. 47–51.

2. Бондин В.И. Здоровьесберегающие технологии в системе высшего педагогического образования / В.И. Бондин // Теория и практика физической культуры. – 2004. – №10. – С. 15–18. – EDN DVSPXX

3. Волков Л.А. Развитие критического мышления студентов в процессе обучения / Л.А. Волков // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Педагогика и психология образования. – 2009. – №1. – С. 21–26.

4. Грачев К.Ю. Модель здоровьесберегающего пространства вуза / К.Ю. Грачев, Л.И. Алешина, С.Ю. Федосеева // Грани познания. – 2016. – №4. – С. 108–111. – EDN WYCXIF

5. Козлова Н.А. Профессиональное самоопределение студентов в условиях современного образования / Н.А. Козлова // Вестник Московского государственного университета путей сообщения. – 2019. – №3. – С. 92–97. EDN MBTUNS

6. Салаватова А.М. Здоровьесберегающие технологии при организации здорового образа жизни студентов вуза / А.М. Салаватова // Almamater (Вестник высшей школы). – 2020. – №8. – С. 50–54. – EDN: VPHUGC. – DOI 10.20339/AM.08-20.050

7. Смирнова Е.А. Использование информационно-коммуникационных технологий в образовательном процессе высшей школы / Е.А. Смирнова // Информационные технологии в образовании и науке. – 2020. – Т. 1. №2 (3). – С. 45–49.