

Министерство образования Республики Беларусь

Учреждение образования «Барановичский государственный университет»

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Тамбовский государственный университет имени Г. Р. Державина»

**СПЕЦИАЛИСТ XXI ВЕКА:
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ
КУЛЬТУРА И ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ
КОМПЕТЕНТНОСТЬ**

Сборник материалов V Международной
научно-практической конференции

(Барановичи, 20—22 октября 2016 года)

Барановичи
БарГУ
2016

Включены материалы докладов V Международной научно-практической конференции «Специалист XXI века: психолого-педагогическая культура и профессиональная компетентность» по актуальным проблемам следующих научных дисциплин и направлений: психология, педагогика, филология, лингвистика и методика преподавания иностранных языков, человек в обществе, организация здоровьесбережения, обучение, воспитание и развитие дошкольников.

Адресовано преподавателям и студентам учреждений высшего образования, магистрантам, аспирантам.

Редакционная коллегия:

А. В. Никишова (гл. ред.), А. В. Прадун, Н. Ф. Захарченя (отв. секретари),
Е. А. Клещёва, Е. Ф. Нестер, К. С. Тристеня, А. В. Демидович, Е. И. Белая, О. Н. Фенчук,
И. В. Пинюта, А. А. Савко

Рецензенты:

доктор психологических наук, профессор Я. Л. Коломинский,
кандидат филологических наук, доцент, доцент кафедры русской и зарубежной литературы учреждения
образования «Гродненский государственный университет имени Янки Купалы» О. Е. Панькова

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЁЖИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Введение. В процессе развития современного общества в Республике Беларусь одной из основных целей образования становится помощь личности в поиске механизмов самоопределения и саморазвития, воспитание способности к творческому осмыслению окружающего мира, взаимодействию с окружающей средой, развитие профессиональной компетентности и общественной активности. Важнейшей задачей воспитания в настоящее время является обеспечение готовности личности к построению качественно новых социальных отношений, основанных на ценностях здоровья, свободы и творчества, партнёрства и ответственности.

Основная часть. Несмотря на чёткую формулировку задач в ряде директивных и обобщающих документов, педагогические условия, структура и содержание формирования здорового образа жизни раскрыты недостаточно. В первую очередь это касается профессиональной подготовки будущих специалистов в конкретных областях деятельности.

Среди практических разработок различных аспектов проблематики формирования здорового образа жизни в системе специального образования следует отметить труды М. Я. Виленского, Г. П. Грибан, В. И. Ильинича, Р. Т. Раевского, которые отмечают необходимость перейти от решения проблем чисто физического воспитания к решению проблем формирования комплекса профессионально важных личностных качеств, таких как конструктивные, организаторские, коммуникативные и гностические способности. Важнейшим средством этого является формирование здорового образа жизни в образовательном процессе учреждения высшего образования.

В структуре здорового образа жизни человека условно можно выделить три группы. Первая охватывает те стороны жизнедеятельности, во время которых человек, затрачивая свои знания, душевные и физические силы и способности, здоровье, создаёт материальные и культурные ценности, поддерживает мир и стабильность в обществе, воспитывает подрастающее поколение. В процессе этой жизнедеятельности запасы здоровья, нравственных, душевных и физических сил, качеств и способностей, безусловно, расходуются и растрачиваются. Но они не пропадают бесследно. Наоборот, они преобразуются и претворяются в материальные и культурные ценности, во всё то, что обеспечивает человеческую жизнедеятельность.

Вторая структурная группа включает в себя все те виды человеческой жизнедеятельности, которые направлены на восстановление и оздоровление человеческого организма в послепроизводственный период. Следовательно, сон и питание, личная гигиена и отдых, поддержание бытовых условий должны быть организованы так, чтобы человек в это время полностью восстанавливался. Продолжительность и направленность восстановления и оздоровления всегда предопределяются в основном характером и спецификой производственной деятельности, а также индивидуальными особенностями человека.

Третья структурная группа относится к тем видам человеческой жизнедеятельности, которые направлены на развитие и совершенствование физических сил и здоровья, качеств и способностей человека. Крайне важно, чтобы вся эта деятельность не осуществлялась лишь с узкофизкультурно-спортивных позиций, а рассматривалась бы в качестве важнейшего средства подготовки активного создателя и творца. Физическое совершенствование человека должно осуществляться в тесном единстве с формированием нравственных убеждений и высокой духовности, с умственным образованием и его профессионально-технической подготовкой [1, с. 47].

Приобщённость индивида к здоровому образу жизни объективно говорит об уровне его психического и физического развития, о его способности полностью и эффективно реализовать свои возможности в процессе жизнедеятельности, являясь при этом отражением единства социального и природного в человеке.

Здоровый образ жизни оказывает значительное влияние не только на повышение физической подготовленности, улучшение здоровья, но и на поведение человека в быту и в профессиональной деятельности, причём люди, приобщённые к здоровому образу жизни, не только сами активны в обществе, но и оказывают воздействие на формирование социальных качеств у своего ближайшего окружения, являясь как бы своеобразным магнитом, создающим поле высокого нравственного притяжения [2, с. 125].

Образовательный процесс, обеспечивающий упорядоченное формирование здорового образа жизни совместно с развитием других качеств человека, совокупность которых в решающей мере и определяет его психическую и физическую дееспособность, придаёт индивидуальному развитию черты целенаправленного процесса и является основным в приобщении личности к здоровому образу жизни [3, с. 98].

Главные образовательные задачи такого подхода состоят в том, чтобы сделать достижением каждого человека основные базовые знания общего и научно-практического характера, накопленные в сфере здорового образа жизни; обеспечить рациональное формирование индивидуального фонда умений и навыков в сфере здорового образа жизни, нужных в жизни, довести их до необходимой степени совершенства [4, с. 144].

Анализ литературных данных выявил, что формирование здорового образа жизни является одним из ведущих компонентов в подготовке будущего специалиста. Имеющиеся наработки в основном были направлены на решение проблемы профессионально-прикладной физической подготовки как предпосылки успешной трудовой деятельности, прежде всего, в плане собственно физического и психофизического, функционального, телесного её обеспечения. В работах С. С. Коровина, В. А. Пономарчука, Е. Е. Чепурных постулируется необходимость переориентации научных исследований с решения проблем профессионально-прикладной физической подготовленности на формирование здорового образа жизни как фактора социальной защищённости и профессиональной конкурентоспособности специалиста.

При этом главной специфической особенностью является прикладной характер, заключающийся в формировании тех потребностей и способностей, освоении того общественного опыта и нравственных ценностей, которые обладают наибольшей практической значимостью для личности, подготовки к труду и собственно эффективного труда. К числу основных характеристик указанные авторы относят: 1) комплекс знаний, необходимых и достаточных для понимания роли и места здорового образа жизни в профессиональной деятельности и повседневной жизни; 2) овладение фондом прикладных умений и навыков здорового образа жизни, имеющим непосредственное отношение к процессу профессионального образования [5, с. 14].

В плане необходимости формирования здорового образа жизни студенческой молодёжи основная целевая установка образовательного процесса определяется как решение следующих задач:

- овладение в ходе обучения нравственными ценностями здорового образа жизни, необходимыми в социально-личностном, психическом и физическом плане для решения на должном уровне проблем профессионального образования и осуществления в дальнейшем эффективной профессиональной деятельности;
- системное, комплексное решение проблем формирования здорового образа жизни студенческой молодёжи в образовательно-информационном и поведенческом плане;
- формирование мотивационно-установочного компонента педагогического процесса с ориентацией индивида на реализацию своих достижений в разных сферах человеческой деятельности (учебной, профессиональной, бытовой).

При этом должны приниматься во внимание не только собственно производственные перспективы такой реализации, но и учитываться её рекреативные и реабилитационные перспективы и возможности. Такой подход, по нашему мнению, является в настоящее время не только перспективным, но и достаточно эффективным.

Заключение. Сегодня процесс формирования здорового образа жизни даже при условии акцентированного внимания к выработке мотиваций и практических навыков самостоятельных занятий не способствует разрешению проблемы выработки у студентов потребности в оптимизации своего состояния и создания в этом плане перспектив на последующие периоды трудовой деятельности.

Теоретический анализ позволил нам сформулировать, конкретизировать и научно обосновать исходные позиции, позволяющие, на наш взгляд, оптимизировать процесс формирования здорового образа жизни студентов в образовательном процессе учреждения высшего образования: рассмотрение ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни принять как целевой и содержательный компонент образовательного процесса; включение в основу образовательного процесса университета овладение студентами нравственными ценностями здорового образа жизни, необходимыми в социально-личностном, психическом и физическом плане для повышения эффективности профессионального образования и осуществления в дальнейшем эффективной профессиональной деятельности; осуществление системного решения проблемы формирования здорового образа жизни будет протекать в образовательно-информационном и поведенческом плане; разработка системы программно-методического обеспечения формирования здорового образа жизни студентов будет переориентирована с механического воспроизведения предлагаемого содержания конкретных занятий на освоение комплекса методико-организационных мероприятий по реализации такового; концентрация внимания не только на собственно производственных перспективах такой реализации, но и на учёте её рекреативных и реабилитационных перспективах и возможностях.

Список цитируемых источников

1. Купчинов Р. И. Формирование здорового образа жизни студенческой молодёжи : пособие для преподавателей и кураторов средних спец. и высш. учеб. заведений. Мн. : УП «ИВЦ Минфина», 2004. 211 с.
2. Виноградов П. А. Жолдак В. И., Чеботкевич В. И. Социология физической культуры и спорта : учеб. пособие. Пенза, 1998. 347 с.
3. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры : учеб. пособие. М. : ФиС, 1991. 543 с.
4. Нифонтова Л. Н., Павлова Г. В. Физическая культура для людей, занятых малоподвижным трудом : бр. для практ. работников, организующих физкультурно-оздоровительную работу с людьми. М. : Совет. спорт, 2012. 48 с.
5. Коровин С. С., Беляев И. А. Методологические основы подбора прикладных видов спорта в профилированном физическом воспитании. Оренбург : ОГУ, 2001. 21 с.