

Министерство образования Республики Беларусь
Белорусский государственный университет
Факультет социокультурных коммуникаций
Кафедра экологии человека

Современные проблемы формирования здорового образа жизни
студенческой молодежи

Материалы
III Международной научно-практической интернет-конференции
08–09 октября 2020 г., Минск

Минск
2020

УДК 378.015.31:796(06)
С 568

Решение о депонировании вынес:
Совет факультета социокультурных коммуникаций БГУ
Протокол № 4 от 30.11.2020 г.

Редакционная коллегия:

И.В. Пантюк (отв. ред.), С.А. Важник, А.Н. Антоненко,
Т.П. Дюбкова-Жерносек, Л.М. Левшук, В.П. Малецкая, Н.А. Телюк,
Н.А. Шестиловская, Н.Г. Ковш (тех.редактор)

Рецензенты:

В.В. Гричик – доктор биологических наук, профессор, заведующий кафедрой
общей экологии и методики преподавания биологии
Белорусского государственного университета,
В.Ф. Кулеш – доктор биологических наук, профессор Белорусского
государственного педагогического университета им. М.Танка

Современные проблемы формирования здорового образа жизни студенческой молодежи : материалы III Международной научно-практической интернет-конференции, 8–9 октября 2020 г., Минск, Беларусь / БГУ, Фак. социокультурных коммуникаций, Каф. экологии человека ; [редкол.: И. В. Пантюк (отв. редактор) и др.]. – Минск : БГУ, 2020 г. – 192 с. : ил., табл. – Библиогр. в тексте.

В сборник включены материалы III Международной научно-практической интернет-конференции «Современные проблемы формирования здорового образа жизни студенческой молодежи», в которой приняли участие представители учреждений образования, культуры, здравоохранения Беларуси, России, Украины. Рассматривались вопросы поддержания и сохранения уровня физического здоровья во время пандемии; проблемы безопасности жизнедеятельности и формирования культуры здорового образа жизни при подготовке специалистов; освещались психолого-педагогические, экологические и философские аспекты здоровья, физической культуры и спорта у молодежи.

Материалы конференции предназначены для преподавателей, учителей, научных работников, специалистов в области валеологии и здравоохранения, аспирантов, магистрантов, студентов.

Ответственность за оформление и содержание материалов несут авторы.

*При полном или частичном использовании материалов ссылка на сайт
Электронной Библиотеки БГУ обязательна (www.elib.bsu.by).*

СОДЕРЖАНИЕ

Банникова Е.А. Семейное благополучие как фактор психологического здоровья	9
Бонина Т.А., Свирид А.А. Вопросы экологической безопасности при формировании культуры здорового образа жизни будущих специалистов педагогического профиля.....	15
Ваныкина Г.В., Сундукова Т.О. Модель экосистемы высшего образования.....	19
Волкова Ю.В., Федорченко Р.А. Оздоровительная система Запорожского государственного медицинского университета.....	25
Гришанков Д.А.– студент 3 курса, Лучинович Л.А. Информационные технологии в формировании здорового образа жизни.....	31
Деревинская А.А., Жудрик Е.В. Здоровьесберегающие образовательные технологии в процессе преподавания учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности человека»	39
Дюбкова-Жерносек Т.П., Роль эвристических заданий в формировании культуры безопасности жизнедеятельности.....	44
Жамардий В.А., Методология проектирования фитнес-технологий в образовательном процессе по физическому воспитанию студентов	50
Захарук Н.С. Характеристика отношения к здоровью и здоровому образу у студенток с разными профилями обучения	57

**ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ
ТЕХНОЛОГИИ В ПРОЦЕССЕ ПРЕПОДАВАНИЯ
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «БЕЗОПАСНОСТЬ
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЧЕЛОВЕКА»**

**HEALTH-SAVING EDUCATIONAL TECHNOLOGIES IN
TEACHING THE DISCIPLINE «HEALTH & SAFETY
PROFICIENCY»**

А.А. ДЕРЕВИНСКАЯ, Е.В. ЖУДРИК
А.А. DZERAVINSKAYA, E.V. ZHUDRIK

Белорусский государственный университет,
Белорусский государственный педагогический университет
имени Максима Танка
Минск, Республика Беларусь
Belarusian State University,
Belarusian State pedagogical University named after Maxim Tank
Minsk, Belarus
e-mail: derevinskaya.a@mail.ru, j.katty@mail.ru

В статье рассматривается опыт использования здоровьесберегающих образовательных технологий в учебном процессе вуза, которые способствуют увеличению активности обучающихся, формированию благоприятной психологической атмосферы на учебных занятиях, обеспечению условий для самообразования студентов.

Ключевые слова: здоровьесберегающие технологии, студенческая молодежь, безопасность жизнедеятельности человека.

The article considers the experience of using health-saving educational technologies in the university educational process, which contributes to an increase in students' activity, establishment favorable psychological atmosphere in classrooms and providing conditions for students' self-education.

Key words: health-saving technologies, students youth, Health & Safety proficiency.

В XXI веке использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе со студенческой молодежью является необходимостью, так как формирование навыков здорового образа жизни, укрепление и охрана здоровья, повышение работоспособности студентов является одной из задач подготовки высококвалифицированных специалистов.

Изучению различных аспектов применения здоровьесберегающих технологий в вузах посвящены многочисленные исследования зарубежных и российских специалистов, таких как Л.Н. Антонова, И.П. Борисова, С.Г. Сериков, В.Н. Соловьев, В. Зайцева, Г.А. Ивахненко, М. Монтессори, Э.Н. Вайнер, А.Я. Найн, С. Френе, рассматривающих организацию и содержание здоровьесберегающего образовательного процесса. Проблема использования здоровьесформирующих технологий в учреждениях высшего образования представлена в научных работах В.Ф. Балашовой, Н.А. Безруких, Д.В. Викторовой, Я.М. Герчак, Н.З. Кайгородовой, Э.П. Комаровой, М.М. Мельниковой, Д.С. Сомова, В.В. Стригина.

Понятие здоровьесберегающих технологий многими исследователями рассматривается по-разному, поэтому единого определения не существует, вместе с тем, можно выделить аспекты, их характеризующие:

1) Здоровьесберегающие технологии включают образовательные методы и приемы, применяемые для сохранения и укрепления здоровья не только студентов, но и преподавателей.

2) Здоровьесберегающие технологии выступают как совокупность педагогических принципов, которые дополняют общеобразовательный процесс, наделяя его признаками здоровьесбережения.

3) Включение здоровьесберегающих технологий в практику образовательного процесса позволяет реализовать принципы здорового образа жизни, формирует у обучающихся правильное восприятие и ценность собственного здоровья.

Н. К. Смирнов дает следующее определение: «Здоровьесберегающие образовательные технологии – это комплексная, построенная на единой методологической основе, система организационных и психолого-педагогических приемов, методов, технологий, направленных на охрану и укрепление здоровья учащихся, формирования у них культуры здоровья, а также на заботу о здоровье педагогов» [1, с. 125].

Н. И. Соловьева под здоровьесберегающей образовательной технологией понимает систему способов управления учебно-познавательной и практической деятельностью учащихся, научно и инструментально обеспечивающая сохранение и укрепление их здоровья [2, с. 23-28].

Наиболее обобщенным можно считать определение предложенное Должиковой Х.В. и Лобачевой Г.А., которое рассматривает здоровьесберегающие технологии как систему педагогических принципов, в реализации которых достигается сохранение и укрепление физического, психологического и интеллектуального здоровья участников образовательного процесса. Эта система включает оздоровительные, образо-

вательные, педагогические и прочие методы физического воспитания, с помощью которых возможно достижение поставленных целей [3, с. 110-113].

Здоровьесберегающие технологии классифицируются по характеру деятельности, могут быть как частные (узкоспециализированные), так и комплексные (интегрированные). К комплексным здоровьесформирующим технологиям относятся технологии профилактики заболеваний, коррекции и реабилитации здоровья (физкультурно-оздоровительные и валеологические технологии); технологии, формирующие здоровый образ жизни. Если рассматривать классификацию по направлению деятельности, выделяют: медицинские технологии; образовательные технологии, содействующие здоровью; социальные технологии; психологические технологии по профилактике и психокоррекции психических отклонений личностного и интеллектуального развития [4, с. 2-6].

Большинство специалистов придерживаются мнения, что здоровье населения – это обязательное условие благосостояния любого государства. Поэтому вопрос сбережения, поддержания и формирования здоровья, развитие ценностей здорового образа жизни и осознанного отношения к нему считается приоритетным в любой стране [5, с. 19-20]. Особенно это актуально для студенческой молодежи, так как она – ключевой фактор конкурентоспособности в современном обществе и является самой активной частью социума.

Технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности реализуют специалисты по охране труда, защите в чрезвычайных ситуациях, инженерно-технических служб, гражданской обороны, пожарной инспекции. Рекомендации данных специалистов подлежат учету и включению в общую систему здоровьесберегающих технологий. Грамотность студентов по этим вопросам обеспечивается освоением интегрированной учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности человека».

В системе подготовки специалиста в соответствии с образовательными стандартами I ступени высшего образования учебная дисциплина «Безопасность жизнедеятельности человека» относится к циклу общенаучных и общепрофессиональных дисциплин государственного компонента. Цель изучения дисциплины – формирование у будущих специалистов культуры безопасности жизнедеятельности, основанной на системе социальных норм, ценностей и установок, обеспечивающих сохранение жизни, здоровья и работоспособности в условиях постоянного взаимодействия с окружающей средой. Всего на изучение учебной дисциплины в течение семестра для очной формы получения высшего образования отведено: 102 часа, в том числе 68 аудиторных часов, из

них: лекции – 30 часов, практические занятия – 16 часов, семинарские занятия – 14 часов, управляемая самостоятельная работа – 8 часов.

В соответствии с учебной программой для дневной формы получения образования предусмотрено изучение разделов: «Защита населения и объектов от чрезвычайных ситуаций», «Радиационная безопасность», «Основы экологии», «Основы энергосбережения», «Охрана труда», программа также предполагает применение дистанционных образовательных технологий.

В ходе преподавания учебной дисциплины для студентов первого курса здоровьесберегающие образовательные технологии реализуются через информационно-коммуникационные технологии в условиях высокотехнологичной среды вуза. В образовательном процессе на лекционных, семинарских и практических занятиях используются элементы психолого-педагогических технологий, в частности коммуникативно-диалоговые и проблемно-поисковые технологии.

На лекционных и семинарских занятиях с целью формирования познавательной активности используются следующие коммуникативно-диалоговые формы взаимодействия преподавателя и студентов: дискуссия, «круглый стол», «техника аквариума». Такие организационные формы познавательной деятельности обеспечивают овладение студентами способами публичного выступления, правилами ведения дискуссии и диалога, умением работать в команде и слушать мнение оппонента, то есть в возникающей ситуации реального общения формируется коммуникативная компетентность.

Практические и семинарские занятия позволяют реализовать такие формы и методы проблемно-поисковых технологий: проблемное изложение, формулирование проблемных вопросов и ситуаций, создание и решение ситуационных задач, метод кейсов. Использование элементов проблемного обучения развивает логическое и креативное мышление, самостоятельность и самоорганизацию; формирует общенаучную компетенцию, умение работать в парах и малых группах.

Включение в учебный процесс системы дистанционного обучения Moodle создает условия для организации самостоятельной работы студентов. Электронный ресурс представлен набором интерактивных элементов, сгруппированных в модули: теоретический, практический, тематические тесты, полезные ссылки. Каждый интерактивный элемент курса используется для достижения дидактических целей: «Лекция» – повторение и актуализация имеющихся знаний, самостоятельное изучение студентами теоретического материала; «Тест» – контроль усвоения понятийного аппарата, основных изучаемых вопросов; «Задание» –

формирование умений применять полученные знания на практике, систематизация знаний; «Форум» – организация обратной связи и интерактивного обсуждения изучаемых вопросов.

Таким образом, образовательный процесс в вузе предполагает формирование у будущих специалистов готовности к профессиональной деятельности, для этого важно создать такие психолого-педагогические условия, которые эффективно стимулируют познавательную активность студентов, позволяют им занять личностную позицию и в полной мере проявить себя субъектами учебной деятельности. Для более эффективного достижения общеобразовательных и воспитательных целей, поддержания мотивации обучающихся важно использовать элементы здоровьесберегающих технологий.

ЛИТЕРАТУРА

1. Смирнов, Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе / Н.К. Смирнов. – М. : АРКТИ, 2006. – 320 с.
2. Соловьева, Н. И. Концепция здоровьесберегающей технологии в образовании и основы организационно-методические подходы ее реализации / Н.И. Соловьева // ЭКО. – 2004. – № 17. – с. 23-28.
3. Должикова, Х. В. Здоровьесберегающие технологии / Х.В. Должикова, Г.А. Лобачев. – Тюмень. Изд-во : «Вектор Бук», 2017. – 140 с.
4. Бальсевич, В. К. Здоровьеформирующая функция образования в Российской Федерации / В.К. Бальсевич // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2006. – № 5. – с. 2-6.
5. Спирин, В. К. Реализация здоровьесформирующей функции школы на основе актуализации педагогического потенциала образовательной среды / В.К. Спирин, Л.В. Смирнова, О.А. Чупехина // Теория и практика физической культуры. – 2017. – № 5. – с. 19-20.