

карточка-схема, где задаётся алгоритм управления программой. На первых этапах дети знакомятся с символами, проговаривают и отрабатывают способы управления с педагогом, в дальнейшем самостоятельно «читают» схемы. для глаз), для снятия мышечного и нервного напряжений (проводится гимнастика физических упражнений, расслабление под музыку).

Занятия построены на игровых методах и приёмах, позволяющих детям в интересной, доступной форме получить знания, решить поставленные педагогом задачи.

Режим работы — один из факторов профилактики утомления. За компьютером дети, как правило, очень активны и эмоциональны. С интересом выполняя задание, они увлекаются и могут долго сидеть у монитора, не чувствуя усталости. Поэтому следует обратить внимание на внешние признаки утомляемости: потеря контроля над собой: ребёнок часто трогает лицо, сосёт палец, гримасничает, кричит и т. п.; потеря интереса к компьютеру: ребёнок часто отвлекается, вступает в разговоры, обращает внимание на другие предметы, не желая продолжать работу; «утомлённая» поза: ребёнок склоняется то в одну, то в другую сторону, откидывается на спинку стула, задирает ноги, упираясь в край стола; эмоционально-невротическая реакция — крик, подпрыгивания, истерический смех и др.

Для предупреждения развития переутомления обязательны физкультурные паузы, которые могут проводиться как в компьютерном классе, так и в экологической студии. Рациональное размещение различных растений, ярких цветов, аквариума, успокаивающая мелодия помогут снять и зрительное, и нервное напряжение, которые могут возникнуть после занятий в компьютерном зале.

Таким образом, компьютер используется как одна из составляющих процесса, включаемая в специфические для детей виды деятельности при организации компьютерно-игрового комплекса и не оказывающая отрицательного влияния на здоровье детей. Компьютерно-игровой комплекс в дошкольном центре успешно функционирует, он органично вписался в общую систему педагогической работы, разностороннее развитие и социализацию воспитанников дошкольного возраста в соответствии с их возрастными и индивидуальными возможностями, способностями и потребностями.

**Заключение.** Рекомендации по использованию компьютеров в учреждении дошкольного образования:

1. Самые жёсткие требования необходимо предъявлять к монитору. Монитор должен соответствовать международным стандартам безопасности. На современном этапе лучшими по безопасности признаются мониторы на жидких кристаллах. В связи с этим желательно, чтобы дети (особенно дошкольники) пользовались компьютером, оснащённым именно таким монитором.

2. Сам компьютер (системный блок) должен быть не ранее 1997 года выпуска, что соответствует уровню Pentium II. Компьютеры предыдущего поколения не обладают современными техническими возможностями и не поддерживают современное программное обеспечение.

3. Важную роль в уменьшении физической нагрузки на ребёнка при работе с компьютером является правильно подобранная мебель, соответствующая возрасту и росту ребёнка.

4. Компьютер должен устанавливаться в хорошо проветриваемом помещении, где регулярно проводится влажная уборка.

5. Комната должна иметь хорошее равномерное освещение, не допускающее бликов на экране монитора.

#### Список цитируемых источников

1. Дошкольное образование: опыт, проблемы, перспективы : IV Междунар. науч.-практ. семинар, 18 апр. 2013 г. : сб. науч. ст. : Барановичи : РИО БарГУ, 2012. — С. 291—292.

2. Об утверждении Санитарных норм и правил «Требования при работе с видеодисплейными терминалами и электронно-вычислительными машинами», Гигиенического норматива «Предельно-допустимые уровни нормируемых параметров при работе с видеодисплейными терминалами и электронно-вычислительными машинами» : постановление М-ва здравоохранения Респ. Беларусь от 28.06.2013 № 59.

Материал поступил в редакцию 10.12.2013 г.

УДК 378.172

*О. Л. Мулярчик, преподаватель кафедры социальной педагогики*

Учреждение образования «Белорусский государственный педагогический университет им. М. Танка», Минск

### ОРГАНИЗАЦИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ СТУДЕНТОВ В УНИВЕРСИТЕТАХ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ И РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ: АНАЛИЗ ОПЫТА

**Введение.** В последние годы повышается роль высшей школы как социального института, формирующего не только компетентного специалиста, но и полноценную, здоровую личность с такими качествами и свойствами личности, как социальная активность, ориентация на здоровый образ жизни, эстетические идеалы и этические нормы жизни. В связи с этим одной из основных задач учреждения высшего образования выступает

формирование культуры здорового образа жизни студенческой молодежи, так как определяющим фактором, влияющим на состояние здоровья учащейся молодежи, является именно образ жизни человека. Ученые и практики отмечают, что на рубеже веков возникла насущная потребность в развитии самостоятельной области воспитания, которая получила название здравоохранительного воспитания или формирования здорового образа жизни. Его роль исключительно велика, ибо сегодня обществу нужны специалисты, обладающие высокой культурой здоровьесбережения. Университет должен быть в первую очередь базовым ядром для укрепления здоровья студенческой молодежи.

**Материалы и методы исследования.** В нашем исследовании были проанализированы материалы (сайты, научные отчеты, научные публикации, результаты анкетного опроса), характеризующие деятельность десяти российских и белорусских университетов в аспекте организации спортивно-оздоровительной работы и здравоохранительного воспитания студентов. Для анализа мы выбрали как классические (Белорусский государственный университет, Псковский государственный университет), так и профильные — педагогические учреждения образования («Белорусский государственный педагогический университет им. М. Танка», «Мозырский государственный педагогический университет им. И. П. Шамякина»), Однишевский гуманитарный институт, Российский государственный социальный университет в Минске и технические (Ухтинский государственный технический университет, Московский государственный строительный университет, Иркутский государственный технический университет, Санкт-Петербургский технический университет) университеты стран СНГ. Это позволило увидеть общую картину, выявить приоритеты, направления и формы работы высшей школы по организации здоровьесбережения студенческой молодежи. Основными методами исследования были изучение, анализ и обобщение педагогического опыта, изучение и анализ документов, анкетный опрос.

**Результаты и их обсуждение.** Проведенное исследование показало, что важными направлениями воспитательной работы со студенческой молодежью в большинстве университетов являются спортивно-массовая и оздоровительная работа, сутью которой заключается в укреплении здоровья студенческой молодежи, пропаганде здорового образа жизни, повышении уровня физической подготовки студентов посредством создания благоприятных условий для развития физических способностей. Так, в учреждении образования «Белорусский государственный педагогический университет им. М. Танка» (далее — БГПУ) данное направление воспитательной работы координирует спортивный клуб управления информационно-массовых коммуникаций и молодежных проектов (УИМК и МП) совместно с кафедрой физического воспитания и спорта [1, с. 97]. Ежегодно они организуют спортивные мероприятия, многие из которых стали традиционными: спартакиада среди факультетов БГПУ, спартакиада студенческого городка БГПУ; зимний спортивный праздник; дни здоровья на факультетах; поведение итогов спартакиады «Триумф»; кубок БГПУ по оздоровительной азартке и др. Огромными возможностями в вопросах формирования здорового образа жизни обладают молодежные проекты. Так, при поддержке УИМК и МП студенческим советом в 2008—2009 гг. осуществлен проект «Фестиваль новых возможностей "POSITIVE VISION", который предполагает новый взгляд на проблему здорового образа жизни через изменение мотивации студенческой молодежи и пробуждение естественной потребности человека быть здоровой, гармонично развитой личностью. Проект стал победителем программы малых грантов Международного банка реконструкции и развития и получил материальную поддержку [2, с. 145].

В белорусском государственном университете (далее — БГУ) в целях пропаганды здорового образа жизни, привлечения студентов к занятиям физической культурой и спортом создан спортивно-туристский клуб студенческого городка БГУ. Клуб проводит спортивные мероприятия в рамках спартакиады студенческого городка БГУ, кубка дирекции студенческого городка БГУ, занимается организацией и проведением мероприятий по пропаганде здорового образа жизни и профилактике вредных привычек, организует туристические походы, экскурсионные поездки.

В Мозырском государственном педагогическом университете им. И. П. Шамякина спортивно-массовая работа является одним из составных компонентов формирования физической культуры студенческой молодежи, пропаганды и привития навыков здорового образа жизни. В университете ежегодно проводится круглогодичная спартакиада университета и общешкольной по следующим видам спорта: легкоатлетическому кроссу, волейболу, баскетболу, гандболу, армреслингу, настольному теннису, шахматам, шашкам, ориентированию, спортивному, легкоатлетическому кроссу «Стартует первокурсник», плаванию, лыжным гонкам. В университете, на факультетах и в общежитиях проводится спортивно-массовые и физкультурно-оздоровительные мероприятия, приуроченные к календарным датам: Всемирному дню туризма, Всемирному дню борьбы со СПИДом, Дню защитника Отечества, Дню Победы, дню здоровья и др. В университете ежегодно проводится спортивный праздник по поведению спортивных итогов года, на котором награждаются дипломами и памятными подарками лучшие спортсмены университета, отмечаются грамотами работники университета, вносящие огромный вклад в развитие спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы в университете [3].

Анализ опыта работы университетов в Российской Федерации свидетельствует, что в стенах учреждений высшего образования появляются новые структуры, занимающиеся вопросами спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы среди студенческой молодежи. Особенно следует отметить физкультурно-оздоровительные центры здоровья. По содержанию и направлениям деятельности данные центры являются

Т а б л и ц а 1 — Функции и задачи российских вузовских центров здоровья, осуществляющих здравоохранительное воспитание студентов

Функции	Задачи и содержание деятельности
Лечебно-оздоровительная	Лечебно-оздоровительные мероприятия для студентов и сотрудников университета, лечение опорно-двигательного аппарата методами массажа, мануальной физиотерапии
Диагностическая	Компьютерная диагностика здоровья студенческой молодежи
Спортивно-массовая	Проведение спортивных мероприятий, физкультурно-оздоровительных вечеров, игр, соревнований, восточными единоборствами, дзюдо, бадминтоном, бадминтоном и др.
Методическая	Разработка программ и специализированных курсов по психологии
Координационная	Координация и проведение мониторинга здоровья студентов и преподавателей
Информационно-просветительская	Информирование и просвещение студентов по вопросам здоровья и здорового образа жизни
Образовательная	Проведение лекционных и семинарских занятий, консультаций, тренингов и различных игр по здоровому образу жизни, использование учебных видеороликов по профилактике вредных привычек и пропаганда здорового образа жизни, повышение квалификации
Профилактическая	Профилактика социально-негативных явлений, формирование здорового образа жизни у студентов

многофункциональными структурами, призванными решать комплекс задач в области здоровьесбережения. Анализ содержания деятельности таких структурных подразделений университетов позволяет охарактеризовать их как эффективные в плане здравоохранительного воспитания студентов (таблица 1).

Интересный опыт в воспитательной работе по формированию здорового образа жизни и профилактике вредных привычек студенческой молодежи имеет Однишевский гуманитарный институт. Ведущая роль в этом направлении принадлежит волонтерскому отряду «Помощь», официально существующему с февраля 2008 г. и созданному при участии ГУЗ МО «Одншевский наркологический диспансер». Инновационной формой работы в области здорового образа жизни, которую волонтеры апробировали на базе данного института, является фотокроссинг, девиз которого — «Сегодня, завтра и всегда: здоровый образ жизни — да!». Эта форма работы рассчитана на достаточно большое промежуток времени — 6 часов. Задания для студентов (поиск фотографий на заданную тему) составлены таким образом, чтобы большую часть времени участники находились на свежем воздухе и вели активный образ жизни. Фотокроссинг эффективен и привлекателен для молодежи, ведь итогом его проведения стали 110 фотографий по трем номинациям: «В здоровом теле — здоровый дух», «Дети — здоровье наших», «Экополис Одншевский — здоровый стиль жизни» [4].

Формирование здорового образа жизни является необходимым и важным составляющим компонентом в образовательном пространстве Ухтинского государственного технического университета. Так, в составе университета функционируют четырехзальный учебно-спортивный комплекс с хоккейным и футбольным полями, три лыжные базы («Северное сияние», учебно-спортивная база «Собор», лыжная база корпуса «Д»), студенческий санаторий-профилакторий «Планета Университета», спортивный зал и стадион Центра обучения кадров, спортивные комнаты в пяти общежитиях студенческого городка. Основным структурным подразделением университета, отвечающим за физкультурно-оздоровительную и спортивно-массовую работу является спортивный клуб [5].

Анализ деятельности российских университетов свидетельствует о возможности заимствования и развития новых форм воспитательной работы со студентами по формированию здорового образа жизни.

**Заключение.** Несмотря на то, что сегодня в современной высшей школе, как в России, так и в Беларуси, существует огромное количество спортивных кружков, клубов, секций, которые занимаются разнообразными видами деятельности по формированию здорового образа жизни, необходим поиск эффективных инновационных образовательных технологий, отвечающих времени, потребностям и психологии студенческой молодежи. Одной из таких форм могли бы стать университетские центры здоровья на базе того небольшого количества имеющихся в Республике Беларусь центров здоровья (Гомельский областной центр здоровья, городской центр здоровья, Республиканский центр физического воспитания и спорта учащихся и студентов, Республиканский центр гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья в Минске и др.), которые ориентированы на решение отдельных задач здоровья и физической подготовки.

Опытно-экспериментальная работа, организованная нами на факультете социально-педагогических технологий БГПУ показала, что студенты являются активными субъектами здравоохранительного воспитания и способны анализировать и проектировать свою здоровьесберегающую деятельность с использованием существующих образовательных технологий.

#### Список цитируемых источников

1. Педагогический университет как учебно-методический центр непрерывного педагогического образования : метод. рекомендации / авт.-сост. П. Д. Кукарник [и др.] — Минск : [б. и.], 2008. — 122 с.
2. Отчет о работе БГПУ за 2008/09 учебный год / под общ. ред. П. Д. Кукарника (гл. ред.), А.И. Алдарава, А. В. Тирковой. — Минск : БГПУ, 2010. — 240 с.

3. Спортивно-массовая работа в университете [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <http://www.mgpu.gomel.by/sportwork.php>. — Дата доступа: 16.09.2013. — Загл. с экрана.
4. Одинцовский гуманитарный институт [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <http://odinuni.ru>. — Дата доступа: 06.10.2013. — Загл. с экрана.
5. Ухтинский государственный технический университет [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <http://www.ugtu.net>. — Дата доступа: 20.09.2013. — Загл. с экрана.

Материал поступил в редакцию 10.12.2013 г.

УДК 37.013.42

*Т. Э. Якас, магистрант*

Учреждение образования «Белорусский государственный педагогический университет им. М. Танка», Минск

## СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ВОСПИТАНИЯ ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВЬЮ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

**Введение.** Одной из главных задач Концепции реализации государственной политики формирования здорового образа жизни населения Республики Беларусь на период до 2020 года и Отраслевого плана мероприятий по формированию здорового образа жизни, сохранению и укреплению здоровья населения Республики Беларусь на период до 2015 года является формирование установки и мотивации на здоровье как высшую ценность, обеспечение условий для здорового образа жизни [1]. Исследования показывают, что здоровье человека лишь на 8—10% зависит от успехов здравоохранения и более чем на 50—60% — от его образа жизни [3]. Таким образом, следует отметить, что в современном обществе проблема воспитания ценностного отношения к здоровью в подростковом возрасте является актуальной.

**Основная часть.** Социально-педагогическая деятельность — это деятельность, направленная на конкретного учащегося, способствующая решению его индивидуальных проблем посредством изучения развития личности и окружающего его социума; поиска адекватных способов общения с ребёнком; выявления средств, помогающих ребёнку самостоятельно решить свою проблему. Данная деятельность реализуется в виде комплекса профилактических, реабилитационных мероприятий, а также путём организации различных сфер жизнедеятельности детей.

Целью социально-педагогической деятельности, направленной на воспитание валеологической культуры личности, является формирование ценностного отношения подростков к своему здоровью и здоровому образу жизни. Социально-педагогическая деятельность по формированию ценностного отношения к здоровью в подростковом возрасте может быть реализована путём решения следующих задач: создание форм активной социально-педагогической деятельности для конкретных групп подростков; формирование у подростка позитивного ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни; вовлечение школьников в социально-полезную деятельность, формирование у него разносторонних интересов и увлечений, которые способствуют сохранению и укреплению его здоровья; воспитание активной личности и привитие таких качеств, которые способствуют формированию валеологической культуры личности; укрепление физического и психологического здоровья путём осуществления комплекса социально-педагогических мероприятий.

В подростковом возрасте идет становление важнейших качеств человеческой личности, совершенствуются основные знания и навыки по формированию здорового образа жизни. Необходимо помогать подросткам осознанно относиться к здоровью и жизни; усвоить знания и навыки о здоровье и приобрести умения оберегать, поддерживать и сохранять его; самостоятельно и эффективно решать задачи, связанные со здоровым образом жизни, безопасным поведением, оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи.

Мировой опыт показывает, что весьма эффективным способом передачи информации являются программы, основанные на принципе «равный обучает равного». В последние годы обучение по данному принципу стало популярным как альтернатива традиционного подхода к образованию. В 2009—2011 годах Министерством образования при поддержке Фонда ООН в области народонаселения (ЮНФПА) и Детского фонда ООН (ЮНИСЕФ) был реализован проект «Сверстник обучает сверстника». Целью его является повышение участия молодёжи в организации и предоставлении эффективной информации для обучения сверстников жизненным навыкам в области здорового образа жизни и внедрение системы «равный обучает равного» в воспитательный процесс учреждений общего среднего образования. Существует много положительных наработок по использованию этой методики в образовательной среде [3].

Используя принцип «равный обучает равного», педагог социальный создаёт условия для формирования здорового образа жизни у подростков через восприятие ими идеала и норм здоровой жизни, осознания ценностей здоровья, понимания важности здорового образа жизни и формирования индивидуального поведения каждого. Это предотвращает курение, употребление наркотиков, риск заражения ВИЧ-инфекцией