**Здоровьесберегающие технологии обучения в высшем учебном заведении**

**Ольга Пиляева,** Ачинский филиал

Красноярского аграрного университета

Доцент, кандидат технических наук,

кафедра агроинженерии

**Аннотация** В статье рассматриваются различные виды образовательных здоровьесберегающих технологий и подчёркивается важность их использования в вузах для сохранения здоровья студентов. Методом традиционного анализа документов выделяются основные тематические аспекты, которое затрагивают учёные и специалисты в своих работах по этой проблеме[1].

Специалисты Всемирной организации здравоохранения считают, что здоровье человека зависит на 10 процентов от здравоохранения, на 20 процентов – от экологических факторов, еще на 20 процентов – от наследственности и на 50 процентов – от образа жизни человека. В России сформировалась иная структура причинно-следственной связи между состоянием популяционного здоровья и влияющими на него благоприятными и неблагоприятными факторами. В Государственном докладе в качестве приоритетных факторов, формирующих негативные тенденции в состоянии здоровья населения РФ, названы [3]: - санитарно-гигиенические (неблагоприятная комплексная химическая и биологическая нагрузка на население, воздействие физических факторов, условий труда, воспитания и обучения), болезнетворному влиянию которых подвержено 72,9 % населения; - социально-экономические (низкие уровни промышленного и экономического развития, социального благополучия), негативно влияющих на 55,1 % населения; - факторы образа жизни (отклонения от норм питания и его несбалансированность, потребление алкогольной продукции и пива, табакокурение), формирующие низкий уровень популяционного здоровья и болезнетворно влияющие на 54,4 % населения[4].

Исследовательница здоровьесберегающих технологий в системе высшего образования Н. В. Лядова считает, что задачи, которые ставятся в качестве основных, способствующих сохранению здоровья школьников, носят универсальный характер и могут быть применены ко всем категориям населе-ния, в том числе и студенческой молодёжи (создание установок по отношению к своему здоровью и способам его укрепления, пропаганда знаний, умений и навыков здорового образа жизни, создание в учебных учреждениях здоровьесберегающей среды (Е. П. Усанова, В. С. Шувалова, О. В. Шиняева, А. А. Баранов,В. В. Власов, Н. Л. Ямщиков и др.)

Учёные отмечают, что для студентов поступление в высшие учебные заведения характеризуется сменой деятельности и осложнением процессов адаптации. Студенты испытывают высокую психофизиологическую нагрузку на все функциональные системы организма. Исследователи А. В. Шахова, Т. В. Челышева и Н. И. Хасанова указывают на то, что в последние годы большие потенциальные ресурсы студенческого организма используются нецеленаправленно и нерационально[3].

Опираясь на классическую теорию онтогенеза, согласно которой у молодых людей в возрасте 17-25 лет наблюдается оптимизация почти всех функций организма, они утверждают, что у студентов на этом этапе имеются достаточно большие функциональные возможности для работы по 10-12 часов в сутки, но при условии соблюдения режима сна, питания, двигательной активности и отдыха. Однако студенческая молодёжь вынуждена работать в жёстких рамках, определяемых учебными планами и программами, когда чрезмерные нагрузки приводят сначала к формированию дисфункций, а затем к стойким нарушениям различных физиологических показателей. Умственный труд студентов сопровождается необходимостью переработки большого объёма разнообразной информации с мобилизацией памяти и концентрацией внимания.

Основными видами здоровьесберегающих технологий¸ применяемых для сохранения и укрепления здоровья студентов в российских высших учебных заведениях, являются физкультурно-спортивные мероприятия, технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности и про-светительско-педагогическая деятельность.

На сегодняшний день роль физической культуры и спорта в оздоровлении общества признаётся всеми государственными органами, и физическая культура присутствует во всех учебных планах образовательных учреждений России. Роль физического воспитания во всестороннем развитии личности студентов проявляется по трём основным направлениям. Во-первых, оно обеспечивает сохранение и укрепление здоровья студентов, высокую степень развития двигательных качеств, приобретение знаний, умений и навыков, необходимых для успеха в будущей профессиональной деятельности; во-вторых, приобщает студентов к систематическим занятиям физическими упражнениями, активному участию в спортивной жизни Основными видами здоровьесберегающих технологий¸ применяемых для сохранения и укрепления здоровья студентов в высших учебных заведениях, являются физкультурно-спортивные мероприятия, технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности и просветительско-педагогическая деятельность.

В то же время оздоровительная работа среди студентов носит бессистемный характер, слабо используются новые технологии оздоровления, диагностики, лечения и реабилитации, на низком уровне и материально-техническая база, предназначенная для успешного обучения. Все это усугубляется безответственным отношением большинства студентов к своему здоровью и неудовлетворительным настроем на его сохранение и развитие.

В условиях перехода к преимущественно интенсивному типу развития экономики здоровьесберегающие образовательные технологии приобретают роль неотъемлемого фактора профессионального роста.

Анализ этого вопроса показал, что до настоящего времени не определены эффективные средства, методы, технологии, формы, принципы и функции организации учебного процесса, не выявлены критерии, показатели и уровни сформированности здоровьесберегающего образования студентов; не выявлены педагогические условия, обеспечивающие успешность формирования здоровьесберегающего образования студентов, не определен понятийный аппарат исследования, не разработана модель формирования здоровьесберегающего образования в вузе; не определены содержательные (модульные) компоненты учебных программ дисциплин, обеспечивающих здоровьесберегающее образование и др. Следовательно, проблема формирования здоровьесберегающего образования в системе профессиональной подготовки специалистов в вузе требует разработки содержания образовательных программ, внедрения инновационных средств, методов и технологий обучения в вузовский образовательный процесс[2].

В связи с этим возникают **противоречия** между потребностью общества в здоровых, физически крепких специалистах, владеющих здоровьесберегающими компетенциями, и недостаточной теоретической и методической разработанностью проблемы их подготовки в вузе; между значимостью разработки и реализации системы здоровьесберегающего образования студентов и реальным недостатком педагогических инструментов и технологий ее внедрения в вузовский образовательный процесс; между необходимостью реализации здоровьесберегающей практики в работе со студентами с ограниченными физическими возможностями и недостаточной теоретической и методической разработанностью условий для эффективного их обучения.

**Список использованных источников**

1. Артемьева Л. О. 2009 Здоровьесберегающие технологии комплексного сопровождения детей, оставшихся без попечения родителей // Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе: проблемы и перспективы / Под ред.Л. О. Артемьевой. – Пенза: АНОО Приволжский Дом знаний.
2. Федоскина Е. М. 2010 Ценностные ориентации студентов, обучающихся по специальности «Адаптивная физическая культура» // Физическая культура и здоровье студентов: материалы VI Всероссийской научно-практической конференции. – СПб.: СПбГУП.
3. Русанов В.П., Рябцев С.М., Гончарова М.С. ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ В СИСТЕМЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ В ВУЗЕ // Современные проблемы науки и образования. – 2017. – № 3.
4. URL: http://science-education.ru/ru/article/view?id=26393 (дата обращения: 21.10.2019).