УДК 796.011

Инновационные стратегии в высшем образовании в процессе формирования физкультурно-оздоровительного стиля жизни студента

Жданов Сергей Иванович, кандидат педагогических наук, доцент
Даниленко Оксана Валерьевна, кандидат педагогических наук, доцент
Орский гуманитарно-технологический институт (филиал) Оренбургского государственного университета

Аннотация. Воспитание гармоничной личности, обладающей профессиональными компетенциями и эффективно поддерживающей свое психическо-физическое здоровье, на сегодняшний день одна из ключевых задач современной системы российского образования. В связи с этим, авторы статьи рассматривают профессиональную подготовку высококвалифицированных специалистов в вузе с применением инновационных стратегий в процессе формирования физкультурно-оздоровительного стиля жизни студента. В статье дано описание инновационного подхода в качестве основы формирования физкультурно-оздоровительного стиля жизни студента.

Ключевые слова: здоровье студента, физическое воспитание студентов, инновационные стратегии, физкультурно-оздоровительный стиль жизни.

Innovative strategies in higher education in the process of forming a student's physical education and health style

Zhdanov Sergey Ivanovich, candidate of pedagogical sciences, associate professor
Danilenko Oksana Valeryevna, candidate of pedagogical sciences, associate professor
Orsk Institute of Humanities and Technology (branch) Orenburg State University

Abstract. The upbringing of a harmonious personality with professional competencies and effectively maintaining their mental and physical health is currently one of the key tasks of the modern Russian education system. In this connection, the author of the article refers to the professional training of highly qualified specialists at the university with the use of innovative strategies in the higher education system in the process of forming a student's physical culture and wellness lifestyle. The article describes an innovative approach as the basis for the formation of a student's physical culture and wellness lifestyle.

Keywords: student' health, physical education of students, innovative strategies, physical culture and wellness lifestyle.

ВВЕДЕНИЕ. Одна из задач социального и экономического развития российского государства связана с укреплением и сохранением здоровья молодого населения страны. Решение данной задачи возможно по следующим направлениям:

1) формирование здорового образа жизни среди студентов;
2) развитие физических качеств учащейся молодежи;
3) формирование гармонично развитой личности;
4) подготовка высококвалифицированных специалистов.

Хорошее психофизическое здоровье позволяет студенту выполнять учебные задачи, преодолевать умственные и эмоциональные напряжения и грамотно выстраивать успешные жизненные стратегии [1].

Во многих законодательных документах, связанных с вопросами сохранения здоровья («Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года»; «Закон об образовании в Российской Федерации» 2013 г. и др.) подчеркивается значимость здорового образа жизни человека. Особая роль отводится физическому воспитанию подрастающего поколения, в частности, студентов вузов. Система высшего образования способна не только дать знания и умения, а также профессиональные компетенции, но и сформировать субъектную позицию оздоровительной направленности у студента.

В современных условиях высшего образования в России актуализируется поиск новых методологических оснований, отвечающих современным реалиям. В качестве основы формирования физкультурно-оздоровительного стиля жизни студента выступают инновационные стратегии в физическом воспитании учащейся молодежи.

Инновационный подход обеспечивает формирование физкультурно-оздоровительного стиля жизни студента в рамках профессиональной подготовки и актуализирует значимость субъектной позиции оздоровительной направленности будущего специалиста в профессиональной деятельности.

Цель исследования – определить инновационные стратегии в рамках вузовского образования в процессе формирования физкультурно-оздоровительного стиля жизни студента.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. Исследователи, занимающиеся вопросами физического воспитания, говорят «о огромном потенциале физической культуры и спорта, которые способствуют организации ценностной системы личности и придают большую значимость состоянию здоровья студенческого контингента и роли системы образования в здоровьесбережении студенческой молодежи» [2].

Анализируя научную литературу о формировании личности в образовательном процессе вуза, можно выделить один из методологических подходов к формированию физкультурно-оздоровительного стиля жизни студента – инновационный подход.

Мы рассматриваем его как системный поэтапный процесс формирования у студентов ценностных ориентаций на здоровье и укрепление физического и психического здоровья будущего конкурентоспособного выпускника российского вуза.

В нашем исследовании инновационный подход заключается в организации учебно-воспитательного процесса в физическом воспитании с акцентом на субъектную позицию оздоровительной направленности у студента.

Чтобы повысить эффективность современного образования, необходим инновационный подход – это внедрение совершенно новых компонентов в педагогическую систему: содержательная часть учебного процесса, методическое обеспечение, средства и формы обучения, организация совместной деятельности преподавателя и студента [3].

Использование педагогических инноваций в физическом воспитании позволяет целенаправленно изменять образовательную среду с помощью новых технологий обучения и современных видов физкультурно-оздоровительной деятельности, их внедрения в образовательный процесс учебного учреждения.

В рамках данного подхода формирование физкультурно-оздоровительного стиля жизни студента обусловливается современным состоянием общества, изменениями в трудовой деятельности человека, где на смену активной двигательной деятельности приходит интеллектуальная.

Формирование физкультурно-оздоровительного стиля жизни студента в системе образования позволяет молодому человеку отвечать требованиям современного общества и иметь возможность адаптироваться к различным изменениям в социуме.

В настоящее время, когда студенты большую часть своего времени проводят в учебных аудиториях, офисах, в общежитиях или дома перед мониторами различных гаджетов, все более актуальным становится вопрос формирования такого образовательного пространства, где современные молодые люди проводят большую часть своей жизни, которое позволило привлечь молодых людей к занятиям оздоровительным тренингом и различной физкультурно-рекреационной деятельностью.

По нашему мнению, в системе физического воспитания можно выделить понятие «физкультурно-оздоровительный стиль жизни» – это способ самовыражения индивидуальности человека в жизнедеятельности средствами физической культуры и массового спорта, направленный на укрепление здоровья, восстановление и поддержание работоспособности, физическое и духовное самосовершенствование, организацию культурного досуга [4].

Технология формирования физкультурно-оздоровительного стиля жизни студента нами рассматривается как открытый творческий процесс, связанный с организацией профессионального обучения в системе высшего образования, где каждый студент решает свои задачи по коррекции собственного здоровья с учетом особенностей своего организма и удовлетворения личностных потребностей.

Содержательно образовательно-оздоровительное пространство в вузе включает в себя весь спектр жизненных миров участников, где ключевым механизмом организации является формирование у студентов физкультурно-оздоровительного стиля жизни как субъектной позиции оздоровительной направленности, где площадкой взаимодействия субъектов в образовательно-оздоровительном пространстве являются преподаватель, студент и среда.

Организация такого пространства оценивается как важная инновационная стратегия высшего образования в России, которая определяет многообразие форм, тем самым возникают условия выбора студентом своего индивидуального физкультурно-оздоровительного стиля жизни, соответствующего личностным способностям, запросам и возможностям [5].

Высшие учебные учреждения играют ключевую роль в формировании физкультурно-оздоровительного стиля студентов, предоставляя уникальные возможности для воздействия на их физическое и психологическое благополучие. Исходя из рассмотренных теоретических аспектов формирования стиля и анализа современного состояния образа жизни студентов, можно выделить конкретные стратегии, которые образовательные учреждения могут предпринять для эффективного поддержания здоровья студенческой аудитории:

1. Интеграция физической активности в учебный процесс.

2. Создание комфортных условий и доступных средств для физкультурно-оздоровительных занятий.

3. Проведение информационных мероприятий.

4. Создание безопасной и поддерживающей психологической среды в вузе.

5. Реализация индивидуальных здоровьесберегающих программ студентов в процессе образовательно-оздоровительной деятельности.

Инновационное обучение в образовательно-оздоровительном пространстве вуза строится на базовых положениях:

1. Целевая установка – развитие способности самостоятельно решать новые нестандартные проблемы.

2. Характер и стиль взаимодействия – диалогичность и рефлексивность.

3. Методы обучения – проблемно-исследовательские и эвристические.

4. Ведущий тип деятельности – творческий.

5. Функции преподавателя – сотрудничество.

Инновационный подход в физическом воспитании ориентирован на изменение воздействия образовательной среды вуза на студента, внедрение новых физкультурно-оздоровительных технологий и формирование физкультурно-оздоровительного стиля жизни студента.

ВЫВОДЫ. Таким образом, внедрение инновационного подхода в профессиональной подготовке дает возможность качественного удовлетворения потребностей учащейся молодежи в различных сферах жизнедеятельности человека и способствует формированию физкультурно-оздоровительного стиля жизни.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Аскарина И. Э. Особенности современного образа жизни студентов в период обучения в вузе // Современное образование в России и за рубежом: теория, методика и практика : сборник материалов международной научно-практической конференции. Чебоксары, 2016. С. 159–162.

2. Богачева Е. А. Основные сферы жизнедеятельности студентов и их влияние на качество жизни // Известия Саратовского университета. Акмеология образования. 2016. № 5 (2). С. 367–371.

3. Вагнер Р. Е., Борисова М. В., Мусохранов А. Ю. Современные физкультурно-оздоровительные технологии и их применение в физическом воспитании студентов высших учебных заведений // Научное обозрение. Педагогические науки. 2020. № 5. С. 41–45.

4. Жданов С. И. Структура и содержание физкультурно-оздоровительного стиля жизни студенческой молодежи // Балтийский гуманитарный журнал. 2019. Т. 8, № 2 (27). С. 40–42.

5. Макеева В. С., Широкова Е. А., Бруй К. Е., Ямалетдинова Г. А. Потенциал здоровья в субъективной оценке благополучия студентов // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. 2019. Т. 4, № 1. С. 65–74.

REFERENCES

1. Askarina I. E. (2016), "Features of the modern lifestyle of students during their studies at the university", *Modern education in Russia and abroad: theory, methodology and practice, a collection of materials from the international scientific and practical conference*, Cheboksary, pp. 159–162.

2. Bogacheva E. A. (2016), "The main spheres of students' life and their impact on the quality of life", *News of Saratov University. Acmeology of education*, Vol. 5, No. 2, pp. 367–371.

3. Wagner R. E., Borisova M. V. and Musokhranov A.Y u. (2020), "Modern physical culture and health technologies and their application in physical education of students of higher educational institutions", *Scientific Review. Pedagogical sciences*, No. 5, pp. 41–45.

4. Zhdanov S. I. (2019), "Structure and content of physical education and health style life of student youth", *Baltic Humanitarian Journal. Quarterly scientific journal*, Vol. 8, No. 27, pp. 40–42.

5. Makeeva V. S., Shirokova E. A., Bruy K. E. and Yamaletdinova G. A. (2019), "The potential of health in the subjective assessment of students' well-being", *Physical culture. Sport. Tourism. Car holidays*, Vol. 4, No. 1, pp. 65–74.

Информация об авторах:

Жданов С.И. кандидат педагогических наук, доцент кафедры безопасности жизнедеятельности и физической культуры Орского гуманитарно-технологического института (филиал) Оренбургского государственного университета, Gdanov-si@mail.ru

Даниленко О.В. кандидат педагогических наук, доцент кафедры безопасности жизнедеятельности и физической культуры Орского гуманитарно-технологического института (филиал) Оренбургского государственного университета, ok-danilenko@yandex.ru

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Поступила в редакцию 02.01.2024.

Принята к публикации 19.02.2024.