

ОРИЕНТАЦИЯ НА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ КАК УСЛОВИЕ СТАНОВЛЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ

Среди первоочередных задач, требующих незамедлительного решения, особое место занимают задачи, ориентированные на создание условий для сохранения и укрепления физического, психического и духовного здоровья учащихся и профессионального долголетия учителей. Это обусловлено значительным снижением уровня здоровья как населения в целом, так и здоровья подрастающего поколения.

В национальной образовательной инициативе «Наша новая школа» подчеркивается особая роль физической культуры в обеспечении здорового образа жизни населения, его жизнеспособности. Занятия физической культурой признаны одним из важнейших средств профилактики заболеваний, укрепления здоровья, поддержания высокой работоспособности человека. Подчеркивается, что забота о развитии физической культуры и спорта является важнейшей составляющей социальной политики государства. Среди первоочередных определены меры по развитию физического воспитания и оздоровления всех возрастных групп населения Российской Федерации, а также по совершенствованию программно-методического и организационного обеспечения физического воспитания детей и молодежи в образовательных учреждениях.

Новые образовательные стандарты ориентированы на усиление практической составляющей высшего образования, при этом результаты подготовки выражены в форме компетенций специалиста. Поэтому статус, цели и основные задачи дисциплины «Физическая культура» в новых основных образовательных программах третьего поколения будут определяться ее вкладом в формирование соответствующих компетенций и свойств личности.

В то же время в Программе модернизации педагогического образования в качестве важной проблемы выделен низкий уровень готовности выпускников вузов к обеспече-

нию условий сохранения собственного здоровья и здоровья обучающихся в образовательных учреждениях. Поэтому новые технологии занятий физической культурой в вузе должны быть направлены на то, чтобы формировать у будущих специалистов компетенции, ориентированные на здоровьесбережение, здоровьесформирование и здоровьесоздание в физкультурно-спортивной деятельности: способности определять физическое развитие, развитие физических качеств и владеть технологиями развития двигательных умений и навыков и основных физических качеств; способности определять и корректировать функциональное состояние; способности владеть методами психодиагностики и психорегуляции на занятиях физкультурно-спортивной деятельностью.

В РГПУ им. А. И. Герцена проводится большая многоаспектная работа по развитию физической культуры и спорта в целях сохранения и укрепления здоровья студентов, преподавателей и сотрудников университета.

Процесс физического воспитания в университете проводится на всех факультетах на I—III курсах и в магистратуре. Занятия со студентами в основном организованы с учетом их интересов (разработаны программы на основе 12 видов спорта), физической подготовленности и состояния здоровья. Сегодня по дисциплине «Физическая культура» занимаются более 5500 студентов дневной формы обучения. Программы по дисциплине «Физическая культура» стали разнообразнее, они включают новые виды оздоровительной физической культуры: аэробику, фитбол-аэробику, степ-аэробику, шейпинг, пилатес, калланетику, танцевальную аэробику, атлетическую гимнастику, спортивное ориентирование и оздоровительный туризм и др.

Занятия носят не только практический, но и методический характер, что позволяет решать важную задачу, особо отмеченную в национальной образовательной инициативе «Наша новая школа»: подготовить выпускников педагогических вузов к обеспечению условий сохранения здоровья детей в школе, сформировать положительное отношение к физической культуре и потребность к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

Создано учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов. Для студентов, обучающихся по программам магистерской подготовки, разработаны темы по 30 направлениям физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности.

Необходимой задачей в современных условиях является разработка и внедрение целевых программ по физической культуре, ориентированных на работу со студентами, нуждающимися в коррекции и развитии физического и психического здоровья. В университете уделяется внимание методической работе со студентами, имеющими отклонения в состоянии здоровья. Студенты разрабатывают оздоровительные программы-рефераты с целью дальнейшего их использования для коррекции состояния здоровья и руководства при занятиях физическими упражнениями. Кроме того, научно-исследовательской лабораторией факультета физической культуры разработаны и апробированы комплексные методики, направленные на оценку физических кондиций, психических познавательных процессов, психосоматического здоровья (благополучия) студентов.

Важную роль в сохранении и укреплении здоровья и привлечения студентов к здоровому образу жизни играют занятия студентов в группах повышения спортивного мастерства и спортивных секциях. За последние годы расширен спектр групп спортивного совершенствования, сегодня занятия проводятся в 31 секции по 23 видам спорта, в которых занимаются в соответствии с интересами и способностями более 400 студентов всех факультетов университета.

Большое внимание уделяется расширению календаря соревнований, совершенствованию организации и проведения физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприя-

тий, уточнению положений о соревнованиях. За последние годы увеличилось количество видов спорта, входящих в комплексный зачет спартакиады РГПУ им. А. И. Герцена, до 19 видов, а также возрасло количество студентов, принимающих участие в физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятиях (только в финальной части спартакиады за последние годы количество студентов возрасло примерно до 2100 человек).

Закономерным результатом активной деятельности по развитию физкультурно-спортивной работы являются успехи сборных команд и студентов университета в городских, всероссийских и международных соревнованиях. В комплексном зачете чемпионата вузов Санкт-Петербурга сборные команды университета из года в год повышают свою результативность. За последние два года (2008 и 2009) спортсмены университета в спартакиаде вузов Санкт-Петербурга заняли 3-е место среди вузов, имеющих контингент студентов свыше 7000, и 2-е место среди педагогических вузов. В 2008 г. в Первой универсиаде по летним видам спорта Санкт-Петербурга в командном зачете университет занял 5-е место, опередив основных конкурентов (в том числе университет им. П. Ф. Лесгафта), а в 2010 г. в Первой универсиаде Санкт-Петербурга по зимним видам спорта 4-е место (1-е место по спортивному ориентированию и лыжному спорту, 2-е место — по биатлону). Многие студенты выступают в соревнованиях за сборные команды города, России. В университете обучаются чемпионы и призеры Российской Федерации, Европы и мира.

Расширяется спектр программ дополнительного образования, реализуемых через спортивно-оздоровительный центр, занятия в котором организованы с учетом интересов, физической подготовленности и состояния здоровья занимающихся. Спортивно-оздоровительные услуги студентам, аспирантам, преподавателям и сотрудникам университета предоставляются по следующим направлениям: атлетическая гимнастика, ритмическая гимнастика, классический и точечный массаж, настольный теннис, каратэ, аэробика, коррекционная гимнастика и др. За последний учебный год дополнительную подготовку по 8 видам физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности прошли более 550 студентов.

В университете проводится физкультурно-оздоровительная работа с преподавателями и сотрудниками: в 2009/10 учебном году в 10 группах (по волейболу, атлетической гимнастике, баскетболу, аэробике и др.) занималось 84 человека. Сотрудники университета принимают участие в соревнованиях комплексной спартакиады преподавателей и сотрудников высших учебных заведений Санкт-Петербурга «Здоровье», организованной спортивным обществом профсоюзов «Россия». Так, в 2010 г. из 15 видов программы команды РГПУ им. А. И. Герцена приняли участие в 6 видах спорта. В соревнованиях по баскетболу наши мужские команды заняли 3-е место, по стрельбе — 4-е место, по дартсу — 6-е место.

Необходимым условием занятий физическими упражнениями и спортом является наличие современной спортивной базы. В университете последовательно реализуется адресная программа развития спортивной базы: приобретаются оборудование и инвентарь, отвечающие современным требованиям; в 2009 г. закончен ремонт спортивного зала на Московском пр., 80; завершено строительство спортивного зала на Лиговском пр., 275; построен мини-стадион на территории Мамкина сада (наб. р. Мойки, 48), который в скором времени позволит не только проводить учебные занятия, но и (мы надеемся) станет местом организации и проведения здорового спортивного досуга студенческой молодежи и сотрудников университета, местом проведения спортивных праздников, соревнований, культурных мероприятий.

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ СРЕДА

Таким образом, важной задачей физической культуры в профессиональных учебных заведениях должно быть осуществление системы мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья у студентов, формирование потребности в здоровом стиле жизни, инновационное развитие досуга.