

ТЕХНОЛОГИИ ОБЕСПЕЧЕНИЯ И ОЦЕНКИ КАЧЕСТВА ПРЕДМЕТНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

УДК 378.17

Новикова Х.В., Степанова А.А.

РОЛЬ СРЕДСТВ ОБРАЗОВАНИЯ В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ

Данная статья рассматривает значимость занятий физической культурой в жизни студентов и формирование их здорового образа жизни. В работе содержатся сведения о том, как педагогический процесс может повлиять на формирование спортивной культуры личности.

Ключевые слова: физическая культура, здоровый образ жизни, мотивация.

Студенты – это составная часть молодежи, которая представляет собой индивидуальную социальную группу и отличается свойственными ей условиями жизни, труда и быта, социальным поведением и психологией. Они относятся к группе повышенного риска, так как непростые проблемы студентов, такие как высокая эмоциональная и умственная нагрузка, приспособления к новым условиям проживания и обучения накладывают негативное воздействие кризиса всех основных сфер общества и государства. Все это приводит к ухудшению адаптации студентов, следствием чего являются серьезные медицинские и социально-психологические проблемы.

Здоровый образ жизни является важнейшей частью полноценного всестороннего развития студентов. Заимствование положительного опыта в направлении формирования здорового образа жизни молодежи средствами образования, создания и развития общественных программ, актуальных и близких молодежи, способствуют формированию устойчивого стереотипа положительного здорового образа жизни.

Укрепление здоровья, развитие физических сил повышают общую жизнедеятельность организма и способствуют подъему производительности в умственной деятельности человека. Функциональное состояние имеет непосредственную связь с производственной подготовкой и формирует в человеке только те качества, которые необходимы для высокопроизводительного труда: правильную осанку, скоординированность движений, умение действовать экономно, не тратя лишней энергии, быстро входить в нужный темп работы. В современном производстве работники всегда взаимодействуют с различными объектами и явлениями окружающей среды. Среди всего этого разнообразия факторов встречаются и такие, которые при определенных условиях могут плохим образом повлиять на человека. Именно поэтому на сегодняшний день студентам никак не обойтись без общей выносливости организма, его устойчивости, способности противостоять эмоциональным нагрузкам – всего, что отвечает за высокую умственную и физическую работоспособность, за приспособление к изменяющимся условиям.

Чтобы сохранить жизнь и здоровье в таких условиях, следует сформировать у студентов осознанную модель здорового поведения, которая поможет адаптироваться к условиям бытия, алгоритмы типичных безопасных и адекватных поведенческих реакций, которые должны базироваться на соблюдении ими законов функционирования организма как сложной биоэнергоинформационной системы – неотъемлемой части человечества и природы. Только в таком случае люди будут здоровыми, а их безопасность жизнедеятельности гарантирована.

Мотивация – это процесс формирования и обоснования намерения что-то сделать или не сделать. Она является одной из самых главных составляющих удачного выполнения физкультурно-спортивной деятельности.

Мотивация к физической деятельности – особое состояние личности, направленное на достижение оптимального уровня физической подготовленности и работоспособности [1]. Процесс формирования интереса к физической культуре и спорту является многоступенчатым процессом: от первых простейших гигиенических знаний и навыков до глубоких психофизиологических знаний теории и методики физического воспитания и интенсивных занятий спортом.

Мотив – это сформированное обоснование своего действия, внутреннее состояние личности, которое направляет и определяет ее действия в каждый момент времени. Мотивационный компонент отображает позитивную эмоциональную связь к физической культуре, выработанную потребность в ней, систему определенных знаний, интересов, мотивов и установок, волевых усилий, направленных на практическую, а также познавательную деятельность.

В наших социально-экономических условиях проблемы формирования здорового образа жизни студентов приобретают особую актуальность. В основном это все связано с неблагоприятными экологическими условиями, неправильным образом жизни, постоянными стрессами и многими другими факторами, влияющими на жизнедеятельность молодого человека, а именно: усталость и переутомление, конфликты, болезненные состояния и биологические ритмы человека.

Поэтому важными направлениями молодежной политики являются:

- создание и поддержка самореализации молодежи;
 - содействие интеллектуальному и творческому развитию личности;
 - патриотическое воспитание;
 - развитие духовности, нравственности и общечеловеческих жизненных принципов молодежи
- формирование и пропаганда здорового и безопасного образа жизни;
- профилактика негативных явлений в молодежной среде;
 - создание благоприятной среды для обеспечения занятости молодежи;
 - развитие гражданской активности молодежи, поддержка молодежных и детских общественных организаций.

Уровень образования многих развитых стран мира подтверждает, что одним из важных факторов, который оказывает значительное влияние на показатели здоровья человека, является физическая культура и спорт. То есть, система образования и воспитания может главным образом повлиять на образ жизни и состояние здоровья студентов. Было доказано, что в практической деятельности отечественных вузов важнейшую роль в развитии негативных тенденций снижения уровня здоровья молодежи играет недооценка ценности здоровья и ведения здорового образа жизни.

Концепция государственной физкультурно-спортивной политики должна базироваться не столько на стремлении достичь определенных характеристик физического развития и физической подготовленности молодого человека, сколько на необходимости переориентации на профилактику заболеваний и реабилитацию после них, продление жизни и активное долголетие.

Физическая культура объединяет многие компоненты: культуру двигательной активности, закаливание, дыхание, питание, массаж, медитацию, использование факторов природы, поэтому о физической культуре следует вести разговор в первую очередь именно в этом смысле. Тогда сразу становится явным, что она является основной движущей силой формирования здорового образа жизни.

Важным компонентом здорового образа жизни современной студенческой молодежи является организация двигательной активности. Самый верный и эффективный путь к высокой работоспособности, творческой активности, физического совершенствования и долголетия – это высокая физическая активность в режиме каждый день.

Постоянное участие студентов в различных спортивных мероприятиях влияет на их интеллектуальное развитие и на формирование черт характера, мобилизует их на активную и

творческую борьбу для достижения высоких спортивных результатов, а также воспитывает смелость, решительность, ответственность, трудолюбие, инициативность, коммуникабельность, общительность, а также стремление к взаимопониманию и взаимопомощи. Двигательная активность снижает состояние депрессии, помогает бороться со стрессами, поэтому она должна стать одной из главных норм поведения. Спортивные тренировки и спортивные соревнования учат студентов мыслить точно, быстро и практически с установкой на успех.

Сегодня проводится ряд исследований студентов, которые регулярно занимаются физическими упражнениями и спортом, и студентов, которые нерегулярно посещают занятия по физическому воспитанию, имеют низкие показатели физической подготовленности.

В ходе исследований отечественных ученых было выявлено, что качественно организованный процесс занятий по физическому воспитанию, систематическое проведение спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы существенно влияет на совершенствование не только физических, но также интеллектуальных и духовных качеств.

Также установлено, что у студентов, включенных в систематические занятия физической культурой и спортом и проявляющих в них достаточно высокую активность, вырабатывается определенный стереотип режима дня, повышается уверенность поведения, наблюдается развитие «престижных» установок, высокий жизненный тонус. Они в большей мере коммуникабельны, выражают готовность к сотрудничеству, радуются социальному признанию, меньше боятся критики, у них наблюдается более высокая эмоциональная устойчивость, выдержка, им в большей степени свойственен оптимизм, энергия, среди них больше настойчивых, решительных людей, умеющих повести за собой коллектив. Этой группе студентов в большей степени присущи чувство долга, добросовестности, собранности. Они успешно взаимодействуют в работе, требующей постоянства, напряжения, свободнее вступают в контакты, более находчивы, среди них чаще встречаются лидеры, им легче удается самоконтроль [5].

Самой главной задачей этого направления воспитания является, на наш взгляд, не только обеспечение необходимого уровня физической подготовленности студентов, но и воспитание осознанной потребности в физическом совершенствовании на всю жизнь.

К нашему глубокому сожалению, многие студенты ведут пассивный образ жизни. Этому существует два объяснения. Во-первых, одни проводят большое количество времени, сидя за компьютерами, телевизором; во-вторых, других «отвлекают» большие умственные нагрузки. Но все же каждый человек обязан выделять себе в день некоторый промежуток времени, чтобы заняться спортом, получить положительный заряд и гармонию. Всем становится ясно, что здоровый образ жизни складывается не только из правильного питания и сна, организму еще необходима и постоянная физическая нагрузка. Полноценная жизнь человека невозможна без спорта, поэтому для того чтобы сохранить и укрепить здоровье за все время обучения в высшем учебном заведении, студентам необходимо стабильно заниматься спортом и вести здоровый образ жизни.

В заключение хочется сказать, что здоровье является бесценным состоянием не только отдельного человека, но и всего общества. Это феномен всей нашей жизни, который в немалой степени обуславливается условиями ее организации, то есть образом жизни.

Поэтому проблема сохранения и укрепления здоровья учащейся молодежи является приоритетной задачей в образовании, от решения которой зависит не только здоровье отдельного человека, но и населения страны в целом.

Список литературы:

1. Беляничева В. В. Формирование мотивации занятий физической культурой у студентов» / В. В. Беляничева, Н. В. Грачева // Физическая культура и спорт: интеграция науки и практики. – 2009. – Вып. 2. – С. 6-7.
2. Григорьев В. И. Фитнесс-культура студентов: теория и практика: учеб. пособие / В. И. Григорьев, Д. Н. Давиденко, С. В. Малинина. – СПб.: СПб ГУЭФ, 2010. – 228 с.
3. Кудимова А.В., Лапко С. В. Роль физического воспитания в формировании мировоззрения студентов-медиков // Внедрение новых технологий по кредитно-модульной системы организации учебного процесса. – Тернополь: ТГМУ, 2012. – 600 с.

4. Манжелей И.В. Педагогические модели физического воспитания: учебное пособие. – М.: Теория и практика физической культуры и спорта, 2005. – 185 с.

5. Масляков В.А. Массовая физическая культура в вузе: учеб пособие / В.А. Масляков, В.С.Матяжов. – М.: Высш. шк., 1991. – 240 с.

Новикова Христина Викторовна

ст. преподаватель кафедры физической культуры

ФГБОУ ВПО «Орловский государственный институт экономики и торговли»

e-mail: alexeydolzhihov90@mail.ru

Степанова Анастасия Александровна

студентка 2 курса факультета информационных технологий и системного анализа

ФГБОУ ВПО «Орловский государственный институт экономики и торговли»

e-mail: nastygitaristka@rambler.ru

УДК 371 (091)

Понкратова Е.Ю.

ПОЛОЖЕНИЕ КЛАССИЧЕСКИХ ГИМНАЗИЙ В СИСТЕМЕ ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ИМПЕРИИ ВО ВТОРОЙ ПОЛОВИНЕ XIX ВЕКА

В статье анализируется положение классических гимназий в системе образования дореволюционной России. Выявляются особенности организации учебного процесса, ключевые предметы, продолжительность обучения. Определяются основные этапы реформирования среднего образования в Российской империи во второй половине XIX века.

Ключевые слова: Российская империя, гимназическое образование, классическая гимназия.

Образование играет очень важную роль в жизни любого человека, оно является одним из основных средств развития личности и формирование ее базовой культуры. Человеческий прогресс в основном зависит от хорошо образованных людей. Духовная жизнь и ценностные ориентиры молодого поколения в значительной степени определяются процессами, происходящими в обществе. Наследие российской дореволюционной школы (типовое многообразие учебных заведений, широкая местная инициатива, попечительские советы и т.д.) в настоящее время получает свое воплощение на практике в открытии гимназий, лицеев, воскресных школ. Всестороннее изучение процессов организации образования позволит учесть не только достижения, но и просчеты, допущенные в прошлом [5].

В результате реформ 60-70-х годов XIX века произошли глубокие изменения всей системы образования Российской империи. Реформирование разных сфер жизни русского народа, новые социально-экономические условия привели к росту интереса к русской культуре и образованию. Осмысление особенностей развития образования в дореволюционный период, понимание его сущностных характеристик приобретает особую актуальность в современных условиях, когда со всей очевидностью возникла необходимость повышения роли образования.

Ключевой ступенью в дореволюционной системе образования являлось гимназическое образование. Основными реформами в сфере среднего образования было принятие гимназического устава 1864 года, который закрепил принцип дуализма - деление гимназий на классические и реальные, а также дополнение к уставу 1871 года, которые изменили расстановку предметов и увеличили продолжительность обучения. С конца 50-х – начала 60-х гг. XIX века шла разработка нового гимназического устава, отвечающего потребностям общества и целям воспитания молодого поколения.

В 1864 году был введен новый устав, и гимназии стали делиться на классические и реальные, первые в свою очередь делились на те, в которых обучали только латинскому языку, и те, где учили и латинский, и греческий языки. Окончание классической гимназии