

этих показателей, записанных у квалифицированных спортсменов, и перенос показателей на начинающих, так как известно, что в процессе долговременной адаптации формируются определенные ответные реакции на раздражитель, скорость этой реакции и уровень состояния регуляции системы кровообращения.

Литература. 1. Зацюрский, В. М. *Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания* / В. М. Зацюрский. – 2-е изд. – М. : ФиС, 1970. – 199 с. 2. Осипчик, Е. Н. *Некоторые особенности контроля и самоконтроля при занятиях физической культурой в урочное и внеурочное время* / Е. Н. Осипчик // *Научно-методическое обеспечение физического воспитания и спортивной подготовки студентов вузов : материалы международной научно-практической конференции, Минск, 1–2 ноября 2018 г.* / Белорусский государственный университет ; редкол.: В. А. Коледа [и др.]. – Минск : БГУ, 2018. – С. 574–576. 3. Шестакова, Т. Н. *Анализ сердечного ритма и его нарушений у спортсменов с помощью попарного распределения R-R интервалов ЭКГ* / Т. Н. Шестакова, Н. Я. Петров // *Спортивная кардиология.* – Вильнюс, 1975. – С. 21–24.

УДК 378.17(476):[378.1+379.8]

ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ ПЕДАГОГИКИ ЗДОРОВЬЯ В СИСТЕМЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Полетаева И.В.

УО «Белорусская государственная орденов Октябрьской Революции
и Трудового Красного Знамени сельскохозяйственная академия»,
г. Горки, Республика Беларусь

Культ здоровья и здорового образа жизни современной молодежи становится жизненно важной стратегией функционирования национальной образовательной модели. Комплексная реализация стратегии педагогики здоровья и культуры ЗОЖ студенческой молодежи поддерживается государственной программой «Здоровье народа и демографическая безопасность Республики Беларусь» на 2016–2020 годы [1]. Действенность программы нацелена на повышение качества здоровья и уровня культуры здорового образа жизни на основе комплексного задействования потенциала физических и духовных сил личности.

Формирование здоровьесберегающей среды в системе высшего образования ориентировано на системное утверждение педагогических основ культуры здорового образа жизни и осознания здоровья как ценности. Данная тенденция подчеркивается исследовательскими изысканиями А.И. Жука, С.И. Коптевой, Т.А. Куземкиной, определяющими ценность здоровья личности и конструирование образовательного процесса на основе здоровьесберегающих технологий [2].

На этот ракурс указывают показатели мониторинга микроизмерений отношений учащейся молодежи аграрной академии к сохранению и укреплению своего здоровья [4]. Одним из приоритетных жизненных смыслов ценность здоровья выделили 73% студентов. Анализируя уровень валеологической активности и степень участия студенческой молодежи в здоровьесберегающих технологиях, было выявлено, что 72% из них оптимально сочетают учебные нагрузки и отдых, 63% постоянно контролируют свой ИМТ, выполняя методические рекомендации педагогических работников, 79% включены в физкультурно-оздоровительную деятельность, 57% соблюдают режим дня. Доля деятельностной позиции в отношении поддержания здоровья у студентов составила

89%. При этом увеличилось на 20% количество студентов, выбирающих ресурсы здоровьесберегающего вузовского пространства – спортивные секции, кружки здоровья, стадионы, бассейн, площадки, клубы фитнеса, тренажерные залы, теннисный корт, туризм. Показатели самооценки ответственного отношения студентов к личностному здоровью определили, что 78% из них разрабатывают траекторию практического действия, нацеленную на улучшение здоровья и развитие культуры быть здоровым человеком.

Комплексное воплощение принципов педагогики здоровья усиливает внедрение в белорусское пространство проекта «Здоровые города» в целостной Европейской сети Всемирной организации здравоохранения. Построение модели «Здоровые города» Беларуси активизирует движение инновационных технологий здоровья, объединяя ресурсы государственной социальной политики, городской и вузовской сред в аспекте улучшения здоровья и здоровой практики населения [3].

В данном объекте оптимально развивается проект «Горки – здоровый город». Свою нишу практического вхождения в проект занял академический клуб здорового образа жизни «Оптималист», в конструктивной деятельности которого проецируются программы «Инструктор-общественник по ЗОЖ», «Шаг навстречу», «Помоги себе сам». На платформе клуба в совокупности с кафедрой физического воспитания и спорта ведется изучение студентами всех факультетов спецкурса «Валеология», позволяющего овладеть знаниями о здоровье и культуре быть здоровым человеком [3].

Складывающаяся здоровьесберегающая практика академического клуба «Оптималист» содействует становлению активной социальной позиции студентов быть здоровым человеком и вести здоровый образ жизни. Причем валеологическое сознание и культура студентов формируется с учетом психолого-педагогических закономерностей и дидактического принципа присутствия единства слова и дела, теории и практики у субъектов образовательного процесса.

Для развития у студентов установки к собственному здоровью как жизненному смыслу в клубной среде формируется позитивный имидж о ценности физической культуры и спорта, специалистах и профессионалах в этой области, их высоких результатов, а также приоритетной роли спортивной, культурной, оздоровительной, волонтерской, духовной и туристической практик в утверждении основ здоровья растущей личности. Инновационные технологии педагогики здоровья способствуют вовлечению студенческой молодежи в комплекс действия здоровьесберегающего характера, обеспечивая самооценку валеологической грамотности и реализацию механизма эмоционального воздействия на большую студенческую аудиторию через средства массовой коммуникации.

Научно обоснованная позиция педагогических работников клуба «Оптималист» к здоровью студентов как ценности позволяет осуществлять профилактическую работу, вырабатывая у молодежи мотивированные ориентации на здоровые формы жизнедеятельности. Методология функционирования клуба совершенствуется на базе учебных и методических наработок, раскрывающих результаты действующей здоровьесберегающей модели клуба «Оптималист». Профессиональный ориентир деятельностного подхода клуба связан с достижением цели – быть гармонически здоровой личностью.

Положительным моментом формирования культуры здорового образа жизни в рамках деятельности клуба является наполнение профессионального образования информацией валеологического опыта студенческой молодежи в опоре на позицию добровольности иметь статус быть физически и морально здоровой личностью.

Несомненно, в этом направлении актуализируется еще один, и весьма важный, аспект – возможность свободы выбора студентов самостоятельно осуществлять инициирование, коррекцию и самооценку индивидуальных действий по реализации технологии здоровья образовательного пространства аграрного вуза.

Литература. 1. Государственная программа «Здоровье народа и демографиче-

ская безопасность Республики Беларусь» на 2016-2020 годы от 14 марта 2016 г. №200 / Национальный правовой Интернет-портал Республики Беларусь. – Режим доступа: <http://www.pravo.by/document/?guid=3871&p0=C21600200>. – Дата доступа: 30.01.2019. 2. Жук, А. И., Коптева, С. И., Куземкина, Т. А. Формирование здорового образа жизни у будущих педагогов / А. И. Жук, С. И. Коптева, Т. А. Куземкина // Адукацыя і выхаванне. – 2016. – №1. – С.3-9. 3. Ловгач, В. Белорусские Горки – в Европейской сети Всемирной организации здравоохранения «Здоровые города» / В. Ловгач // Беларуская думка. – 2018. – №3. – С.40-47. 4. Тороп, Ю. А., Соловей, М. А., Полетаева, И. В. Самооценка здоровья у студентов аграрного вуза / Ю. А. Тороп, М. А. Соловей, И. В. Полетаева // Среда, окружающая человека: природная, техногенная, социальная : материалы VI Международной научно-практической конференции студентов, аспирантов и молодых ученых, приуроченной к проведению Года экологии в России. Брянск, 26-28 апреля 2017 г. – Брянск, Изд-во БГИТУ, 2017. – С. 266-270.

УДК 796.062:378

ЗАДАЧИ И ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ СТУДЕНТОВ ВУЗА

Прохоров Ю.М., Полоз Я. Д.

УО «Витебская ордена «Знак Почета» государственная академия
ветеринарной медицины», г. Витебск, Республика Беларусь

Физическая культура представлена в вузах как учебная дисциплина и важнейший базовый компонент формирования профессиональной культуры студентов, будущих специалистов высшей квалификации. Она способствует гармонизации телесно-духовного единства, обеспечивает формирование таких общечеловеческих ценностей, как здоровье, физическое совершенство, нравственное соответствие, физическое и психическое благополучие субъекта общественных отношений. Понимание физической культуры личности студента как ценности может стать действенным фактором формирования трудового ресурса нации, решения демографических проблем и проблем безопасности, прогрессивных тенденций и обязательным элементом профессиональной компетенции будущего специалиста.

Роль физического воспитания и других форм направленного использования физической культуры в вузах многогранна. Технический прогресс, стремительное развитие науки и все возрастающее количество новой информации, необходимой современному специалисту, делают учебный труд студентов все более интенсивным и напряженным. Соответственно, возрастает значение физической культуры как средства оптимизации режима жизни, активного отдыха, сохранения и повышения работоспособности студентов на протяжении всего периода обучения в вузе. Средствами физической культуры обеспечивается общая и специальная физическая подготовка применительно к условиям будущей профессии. В этой связи в качестве задачной структуры физического воспитания в вузе определяются: 1) содействие укреплению и сохранению здоровья, физическому развитию и формированию высокого уровня работоспособности организма; 2) закрепление и совершенствование приобретенных ранее жизненно важные двигательных умений и навыков, расширение и пополнение их новыми действиями; 3) формирование: а) потребности в постоянном физическом и духовном совершенствовании; б) умений рационально использовать средства физической культуры в режиме лично бытовой, трудовой и другой деятельности; в) психофизической готовности выпускника вуза, обеспечивающей