

АНАЛИЗ РЕАЛИЗАЦИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ РЕСПУБЛИКИ ИРАК

Фадель Саад Аббас¹

¹ ФГАОУ ВПО «Казанский (Приволжский) федеральный университет», Казань, Россия (420059 г. Казань, ул. Оренбургский тракт, 10), e-mail: saad_sportman@yahoo.com

Опираясь на опыт России, а также на ряд развитых стран в области физической культуры, специалистам в области спорта в Ираке необходимо переориентироваться на опыт и систему эффективной модернизации здоровьесформирующих ценностей физической и спортивной культуры. В соответствии с гипотезой, целью и задачами вся опытно-экспериментальная работа была направлена на исследование эффективности разработанной здоровьесберегающей технологии. Работа проводилась, используя и оценивая уровень готовности студентов, проживающих в России по выработанным ранее критериям: мотивационно-ценностный, когнитивно-содержательный, деятельностно-физический и рефлексивно-оценочный компонент. Основываясь на результаты констатирующего этапа эксперимента, в целом можно утверждать, что содержательная, методическая, технологическая и организационная стороны здоровьесберегающей и здоровьеразвивающей деятельности педагогов в вузе не обеспечивают в полном объеме развитие готовности студентов – будущих преподавателей физической культуры к формированию здорового образа жизни. В то же время у студентов чувствуется заинтересованность в получении знаний о здоровье, способах его сбережения и укрепления, в необходимом научном психолого-педагогическом, методическом обеспечении формирования здорового образа жизни. Отсюда следует, что необходима целенаправленная профессионально-педагогическая деятельность педагогов вуза по развитию готовности будущих преподавателей физической культуры к формированию здорового образа жизни.

Ключевые слова: здоровьесбережение, технологии, мотивационно-ценностный, когнитивно-содержательный, деятельностно-физический, рефлексивно-оценочный.

STUDY OF THE EFFECTIVENESS OF HEALTH TECHNOLOGIES IN EDUCATIONAL PROCESS OF IRAQ

Fadel Saad Abbas¹

¹ Kazan Federal University, Kazan, Russia (420059, Kazan, Orenburg tract, 10), e-mail: saad_sportman@yahoo.com

Drawing on the experience of Russia, as well as a number of developed countries in the field of physical culture, experts in the field of sports in Iraq is necessary to shift to a system of experience and effective modernization of health-preserving values of physical culture and sports. According to the hypothesis, the purpose and objectives of the entire experimental work aimed to study the efficiency of health-developed technology. The work was done by using and evaluating the level of readiness of students living in Russia on the previously worked out criteria: motivation and evaluative, cognitive and informative, and physical activity-reflective-evaluative component. Based on the results of the ascertaining stage of the experiment, in general it can be argued that the substantive, methodological, technological and organizational aspect of health-developing activities and teachers in high school do not ensure the full development of the readiness of students - future teachers of physical training to promote healthy lifestyles. At the same time the students feel interested in gaining knowledge about health, how it can save and strengthen, where the scientific psychopedagogical, methodical maintenance of a healthy lifestyle. It follows that there must be a deliberate professional and pedagogical activity of teachers of the university for the development of readiness of the future teachers of physical training to promote healthy lifestyles.

Keywords: health preservation, technology, motivation and evaluative, cognitive meaningful, action-physical, reflexive-evaluation.

Реальные возможности использования инновационных образовательных технологий убедительно подтверждены в масштабных экспериментах по реализации идеи спортивно ориентированного физического воспитания, проведенных в различных регионах России [5,6]. Опираясь на опыт России, а также на ряд развитых стран в области физической

культуры, специалистам в области спорта в Ираке необходимо переориентироваться на опыт и систему эффективной модернизации здоровьесформирующих ценностей физической и спортивной культуры. Для этого можно использовать педагогические технологии, с помощью которых, охватывая различные формы двигательной активности, удовлетворяет потребности различных социальных групп населения в физкультурно-оздоровительной деятельности за счёт разнообразия программ, их доступности и эмоциональности занятий [2,3,4]. Они содействует повышению не только двигательной, но и общей культуры занимающихся, расширению их кругозора. Здесь необходимо учитывать религиозные приоритеты и направления. Обладая значительными адаптационными и интегративными возможностями, здоровьесберегающие технологии являются феноменом современной физической культуры, имеющим полифункциональное значение для различных сфер общественной жизни. Это способствует их интеграции во все виды физической культуры и, в частности, в физкультурное образование детей дошкольного и школьного возраста [7].

Отсутствие серьезной государственной поддержки внедрения инновационных технологий повышения качества жизнедеятельности народонаселения Ирака, обеспечивающих активизацию процессов освоения здоровьесформирующих ценностей физической и спортивной культуры в общеобразовательных учреждениях становится все более актуальной социальной проблемой. От ее разрешения во многом зависит выбор масштабных стратегических путей освоения ценностей физической и спортивной культуры как наиболее перспективных пространств здоровьестроения, необходимого для всех и для каждого [1].

Цель работы – в обосновании, реализации и выявлении эффективности здоровьесберегающей технологии в образовательном процессе республики Ирак. В образовательном процессе возможно достижение паритета образованности и здоровья студентов при обеспечении следующих условий: технология осуществления образовательного процесса спроектирована с учетом состояния здоровья и уровня образованности студентов; при проектировании здоровьесберегающей технологии обеспечивается системность педагогических средств развития образованности студентов без ущерба для их здоровья; осуществляется индивидуализация графиков усвоения учебного материала студентами.

В соответствии с гипотезой, целью и задачами вся опытно-экспериментальная работа была направлена на исследование эффективности разработанной здоровьесберегающей технологии. Таким образом, достижение цели нашей работы требует внедрения разработанных теоретических положений в образовательный процесс образовательных учреждений и отслеживания происходящих в связи с этим изменений. Для количественных

и качественных оценок предложенной здоровьесберегающей технологии был проведен педагогический эксперимент, включающий констатирующий и формирующий этапы.

Опытно-экспериментальная работа проводилась в три взаимосвязанных и взаимозависимых этапа: констатирующий, формирующий, аналитический. Каждый этап эксперимента отличается своими задачами, методами, средствами решения и результатами. Целью констатирующего этапа эксперимента было выявление реального уровня развития готовности студентов – будущих преподавателей физической культуры к формированию здорового образа жизни. Прежде чем оценить уровень их готовности по выработанным ранее критериям (мотивационно-ценностный, когнитивно-содержательный, деятельностно-физический и рефлексивно-оценочный), мы провели диагностику их физического развития. Для этого мы воспользовались стандартными оценочными шкалами физического развития отдельно для юношей и девушек.

В тестировании участвовали 104 студента: 69 юношей и 35 девушек. У каждого студента оценивались такие качества физического развития как быстрота (бег на 30м.), скоростно-силовая выносливость (прыжки в длину с места), силовая выносливость (отжимание, поднимание, вис, подтягивание), гибкость (наклоны), общая выносливость (бег на 1000 м.). Полученные при помощи тестов данные имеют достаточную значимость, так как позволяют понять свое физическое состояние, оценить значимость физической культуры в формировании здорового образа жизни.

Процедура обработки полученных данных заключалась в подсчете баллов в соответствии с результатами, вычислением уровней (низкий: 8-12 бал.; средний: 13-18 бал.; высокий: 19-24 бал.) и суммированием результатов для подведения итогов тестирования. Полученные данные тестирования таковы: юноши – высокий уровень показали 26 студентов или 37,7%; средний уровень показали 32 студентов (46,4%); низкий уровень показали 11 студентов (15,9%); девушки – высокий уровень показали 11 студентов или 31,4%; средний уровень показали 18 студентов или 51,4%; низкий уровень показали 6 студентов или 17,2%.

Анализ полученных уровней физического развития студентов показывает, что юноши и девушки имеют в основном высокий и средний уровень своего физического развития (83,7%), что будет способствовать развитию готовности студентов к формированию здорового образа жизни.

Для определения уровня мотивационно-ценностного критерия готовности студентов к формированию здорового образа жизни в общеобразовательном процессе на основе ряда методик (Н.В. Анушкевич, Е.А. Бабенкова, М.В. Антропов, И.В. Штых и др.) был

разработан тест из 8 вопросов, шкала оценки каждого ответа имеет диапазон от 1 до 5 баллов (табл. 1).

Таблица 1

Диагностика мотивационно-ценностного критерия на констатирующем этапе эксперимента

№ п/п	Вопросы	Средний балл
1	Я постоянно слежу за состоянием своего здоровья и контролирую свой уровень физической подготовленности и физического развития	2,9
2	Я стараюсь использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, расширения круга общения, приобретения, духовных ценностей	2,6
3	Я хорошо знаком с принципами здорового образа жизни, одобряю их и стараюсь им следовать	2,7.
4	Я знаком с некоторыми оздоровительными системами и стараюсь следовать той, которую выбрал	2,6
5	Я хотел бы в настоящий момент подкорректировать свой образ жизни, стать более привлекательным для противоположного пола	1,3
6	Я систематически проявляю инициативу и внимательность не только на уроках, но и самостоятельно!	1,1
7	Я считаю, что здоровье зависит напрямую от объема двигательных действий	3,1
8	Я умею правильно формулировать цели физкультурно-оздоровительной деятельности и жизненные цели	1,7

Уровень мотивационно-ценностного критерия рассчитывался персонально для каждого студента, затем суммировался и выводился средний балл. Полученные данные занесены в таблицу 2.

Результаты ответов респондентов показывают, что представления о здоровом образе жизни поверхностны, мотивация выражена слабо, опирается только на чувственный опыт.

Таблица 2

Уровни мотивационно-ценностного критерия

Уровни	Оценочный средний балл	Количество студентов	Количество студентов в процентах
Высокий	4,0 - 5;0	0	0
Средний	2,8- 3,9	37	35,6%
Низкий	1-2,7	67	64,4%

По мнению опрошенных, здоровый образ жизни — это отсутствие болезни, хорошее самочувствие; физическая подготовленность, но, главное, здоровый образ жизни для студентов не имеет личного смысла.

Для определения уровня когнитивно-содержательного критерия готовности студентов к формированию здорового образа жизни был использован модифицированный тест Н.В. Анушкевич и М.В. Антропова (табл. 3).

Таблица 3

Уровни когнитивно-содержательного критерия

Уровни	Оценочный средний балл	Количество студентов	Количество студентов в процентах
Высокий	4,0 - 5,0	0	0
Средний	2,8- 3,9	16	15,4%
Низкий	1-2,7	88	84,6%

Анализ проведенного теста показывает недостаточное владение студентами знаниями о работе анатомо-физиологической системе человека, неудовлетворительное знакомство со средствами физической культуры, которые способствуют совершенствованию здоровья. Опрошенные не могут проконтролировать основные параметры работы организма в процессе физкультурно-оздоровительной деятельности, осуществить правильный выбор методов формирования здорового образа жизни, скорректировать режим труда и отдыха. В основном все показатели находятся в зоне низкого уровня.

Для определения уровня деятельностно-физического критерия готовности студентов к формированию здорового образа жизни был разработан тест на основе диагностики И.В. Штыха (табл. 4).

Уровень двигательного-физического критерия развития готовности студентов к формированию здорового образа жизни на констатирующем этапе достаточно продвинутой. Особенно важным является показатель количества часов в неделю (6 часов) отданных на занятиях физической культурой. У респондентов он оценивался в основном на 4 и даже 5 баллов, что говорит о личностной значимости физической культуры. Опрошенные также понимают значимость правильного режима питания, контроля веса тела, коррекции осанки и телосложения. В тоже время респонденты показали слабое владение методами психоэмоционального регулирования, корректирующей гимнастики.

Для определения уровня рефлексивно-оценочного критерия развития готовности студентов к формированию здорового образа жизни нами был использован опросник «Самооценка уровня развития рефлексии» М.В. Козуб (табл. 5).

Таблица 4

Уровни деятельностно-физического критерия

Уровни	Оценочный средний балл	Количество студентов	Количество студентов в процентах
Высокий	4,0 - 5,0	12	11,5%
Средний	2,8-3,9	45	43,3%
Низкий	1-2,7	47	45,2%

Таблица 5

Уровни рефлексивно-оценочного критерия на констатирующем этапе эксперимента

Уровни	Оценочный средний балл	Количество студентов	Количество студентов в процентах
Высокий	4,0 - 5,0	28	26,9%
Средний	2,8- 3,9	17	16,4%
Низкий	1-2,7	59	56,7%

Анализ рефлексии и самооценки данного критерия показывает, что многие студенты (26,9% опрошенных) могут адекватно оценить свои занятия спортом, физической культурой, уровень физического состояния и разработать пути дальнейшего физического совершенствования. Респонденты умеют анализировать свои неудачи, находить ответы на сложные вопросы, критически оценивать свои достижения. В то же время очень многие студенты (56,7% опрошенных) не задумываются о проведенных спортивных соревнованиях, не могут адекватно оценить свою двигательную активность. Неудачи воспринимают как случайность, которая зависит от других людей, обстоятельств, судейства и др. Опрошенные, приступая к какому-либо делу, например, формированию здорового образа жизни, не задумываются о готовности его выполнения, а завершив его, не анализируют достижения или неудачи.

Полученные результаты констатирующего эксперимента (табл. 6) можно охарактеризовать следующим образом.

Таблица 6

Средние уровни развития готовности студентов к формированию здорового образа жизни на констатирующем этапе эксперимента

Уровни	Мотивационно-ценностный критерии	Когнитивно-содержательны и критерий	Деятельностно-физический критерии	Рефлексивно-оценочный критерий	Интегральная оценка
Высокий	0%	0%	11,5%	26,9%	9,6%
Средний	35,6%	15,4%	43,3%	16,4%	27,7%
Низкий	64,4%	84,6%	45,2%	56,7%	62,7%

Исходное состояние *мотивационно-ценностного компонента* готовности студентов к формированию здорового образа жизни оценивается как слабо выраженное. Студенты плохо представляют себе цели физкультурно-оздоровительной деятельности, не знакомы с оздоровительной системой, способствующими формированию здорового образа жизни, не в состоянии в полном объеме проследить за состоянием своего здоровья, физического развития, не обнаруживается потребность и интерес к работе по формированию здорового образа жизни.

Когнитивно-содержательный компонент готовности студентов оставляет желать лучшего. Студенты не имеют определенного представления о взаимосвязи между физическим воспитанием и здоровьем учащихся. Анатомо-физиологические особенности

организма в представлении опрошенных стоят особняком от физической культуры. Слабо сформированы представления об основных подходах, факторах и условиях осуществления здоровьесберегающей деятельности с использованием средств, методов и форм физической культуры. Большая часть студентов не в состоянии правильно сделать выбор в сторону здорового образа жизни и прокорректировать режим учебы, самостоятельной работы, досуга и составить индивидуальную программу физического развития на перспективу. Отсюда следует, что проблем формирования когнитивно-содержательного компонента не решена и данный компонент нуждается в целенаправленном совершенствовании.

Деятельностно-физический компонент готовности студентов к формированию здорового образа жизни в целом носит противоречивый характер. У почти половины студентов он не сформирован, в то же время у больше половины наблюдается средний и даже высокий уровень сформированности. У многих студентов наблюдается положительное отношение к деятельности, направленной на развитие физической активности сохранения и укрепления здоровья, повышения качества образования. Они осуществляют физкультурно-оздоровительную деятельность ежедневно, контролируют вес тела, правильно питаются, умеют использовать средства физической культуры и спорта для физического развития. В то же время студенты не могут проводить регулирование психоэмоционального состояния организма, обеспечивающего здоровый образ жизни, поверхностно знают приемы массажа, самомассажа, методы корригирующей гимнастики, не осуществляют закаливание организма, как профилактики против болезней. Получается, что вопросы формирования деятельностно-физического компонента нуждаются в особом внимании, так как данный компонент, являясь центральным (практико-ориентированным), создает предпосылки успешного развития готовности формирования здорового образа жизни [1].

Рефлексивно-оценочный компонент готовности студентов к формированию здорового образа жизни сформирован явно недостаточно, хотя высокий уровень проявился у 26,9% студентов. Анализ результатов показал, что высокий уровень показали студенты, имеющие высокие спортивные достижения (мастера спорта, кандидаты в мастера спорта, перворазрядники, победители различных соревнований). Однако 56,4% опрошенных (больше половины) показали низкий уровень самооценки и рефлексии.

Основываясь на результаты констатирующего этапа эксперимента, в целом можно утверждать, что содержательная, методическая, технологическая и организационная стороны здоровьесберегающей и здоровьеразвивающей деятельности педагогов в вузе не обеспечивают в полном объеме развитие готовности студентов – будущих преподавателей физической культуры к формированию здорового образа жизни. В то же время у студентов чувствуется заинтересованность в получении знаний о здоровье, способах его сбережения и

укрепления, в необходимом научном психолого-педагогическом, методическом обеспечении формирования здорового образа жизни. Отсюда следует, что необходима целенаправленная профессионально-педагогическая деятельность педагогов вуза по развитию готовности будущих преподавателей физической культуры к формированию здорового образа жизни.

Список литературы

1. Абдельмунем, М.Ш. Физическая культура в Ираке / М.Ш. Абдельмунем. – Багдад, 2004. – 157 с. (на араб.яз).
2. Андреев, В.И. Педагогика творческого саморазвития: Инновационный курс / В.И. Андреев. – Казань: Изд.КГУ, 1996. – 567 с.
3. Беспалько, В.П. Педагогика и прогрессивные технологии обучения / В.П. Беспалько. — М.: ИРПО МО РФ, 1995. — 336 с.
4. Бобиенко, О.М. Контрольно-измерительные материалы для оценки компетентностных образовательных результатов / О.М. Бобиенко // Вестник ТИСБИ. – 2012. - №2(50). — [Электронный ресурс] — Режим доступа:
<http://www.tisbi.ru/assets/Site/Science/Documents/BOBIENKO-MONITORING-AND-TEST.pdf>
5. Balsevich V.K. Methodological Bases of Human Ontokineziology // The 6th Annual Congress of the European College of Sport Science. – Jyviaskila. – 2002. – P. 178.
6. Balsevich V.K., Lubysheva L.I. Main regularities of human motoric's ontogenesis and their actualization in practice of school sport // 6-th Sport Kinetics Conference '99. – Ljubljana, Slovenia. – 1999. – P. 66-69.
7. Shephard R.J., Bouhard C. Associations between health behaviors and health related fitness. Brit. Journ. SportsMed., 1996; 30: 94-101.

Рецензенты:

Маликов Р.Ш., д.п.н., профессор, профессор кафедры безопасности жизнедеятельности ИФКиС КФУ, Институт физической культуры и спорта Казанского (Приволжского) федерального университета, г. Казань;

Вахитов И.Х., д.б.н., профессор, заведующий кафедрой адаптивной физической культуры ИФКиС КФУ Институт физической культуры и спорта Казанского (Приволжского) федерального университета, г. Казань.