

## СОДЕРЖАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ КОНСЕРВАТОРИИ

<sup>1</sup>Коняева М.А.

<sup>1</sup>ФГБОУ ВПО «Саратовская государственная консерватория имени Л. В. Собинова», Саратов, e-mail: [sgk@freeline.ru](mailto:sgk@freeline.ru)

В связи с современной модернизацией Российского высшего образования проблема формирования здоровьесберегающих компетенций приобретает особую актуальность. Особое значение, вместе с тем, в процессе обучения имеет приобретение профессионально значимых компетенций. Система отечественного вуза в должной мере не может обеспечить необходимый и достаточный уровень сформированности здоровьесберегающей компетенции у выпускников в силу разных причин. Содержательные компоненты здоровьесберегающей компетенции расщеплены по содержанию дисциплин и профессиональных модулей основной профессиональной образовательной программы, что, собственно, и предопределяет трудности с её локализацией и оценением уровня сформированности у студентов. Определена необходимость разработки карты специальных компетенций для студентов вузов культуры и искусств, а именно для студентов консерватории. В структуре ЗСК обозначены компоненты, содержание и направления которых взаимосвязаны со структурой профессиональной деятельности студентов, обучающихся в музыкальном вузе: знания, мотивы и ценности, технологии, профессиональные навыки, педагогические условия формирования ЗСК. Выделена специфика прикладной физической культуры.

Ключевые слова: здоровьесберегающие компетенции, профессиональные компетенции, физическое воспитание, прикладная физкультура, студенты консерватории, ФГОС III поколения, критериальные показатели, компоненты ЗСК.

## THE MAINTENANCE OF HEALTH PROFESSIONAL COMPETENCE OF STUDENTS OF THE CONSERVATORY

<sup>1</sup>Konyaeva M.A.

<sup>1</sup>Fsbei HPE "Saratov state Conservatory named after L. V. Sobinov", Saratov, e-mail: [sgk@freeline.ru](mailto:sgk@freeline.ru)

In connection with the modern modernization of the Russian higher education the problem of formation of health-competence is of particular relevance. Of particular importance, however, in the process of learning is the acquisition of professionally significant competences. System local universities do not provide the necessary and sufficient level of formation of health-preserving competence in the graduates due to various reasons. Substantial components of health-preserving competence are spread across the content subjects and professional modules of the basic professional educational program that, in fact, predetermines difficulties with its location, and estimating the level of formation of students. Determined the need for the development of maps of specific competencies for students universities of culture and arts, and for Conservatory students. In the structure of the legislative Assembly designated components, the content and direction of which is interconnected with the structure of professional activity of students studying in music College: knowledge, motives and values, technology, professional skills, pedagogical conditions of formation of the legislative Assembly. Specifics of applied physical education.

Keywords: health-preserving competence, professional competence, physical education, applied physical education, students of the Conservatory, fgos III generation, criteria and indicators, the components of KYC

Одним из основных направлений модернизации современного отечественного образования является создание единого глобального образовательного пространства, которое обеспечит психолого-педагогические условия для целостного развития личности человека на всех этапах обучения. Включение в федеральные государственные стандарты метапредметных связей, общих и общепрофессиональных компетенций предполагает интеграцию и тесную взаимосвязь предметного контента изучаемых дисциплин. Эта

тенденция особенно важна в физкультурно-спортивном образовании, так как зачастую содержание занятий в данной области сводилось лишь к двигательной активности учащихся, без необходимой личностно-когнитивной составляющей. На сегодняшний день формирование и развитие у будущих выпускников здоровьесберегающих компетенций является актуальным и социально значимым педагогическим процессом. Важнейшей задачей является создание возможностей для качественной профессиональной подготовки будущих высококвалифицированных специалистов, которые обладают необходимым уровнем общей, физической и профессиональной культуры.

Вопросы формирования компетенций и необходимости их определения представляют собой предмет дискуссий во всем мире. Особую актуальность данная проблема представляет в современном российском образовании в связи с его модернизацией.

Полученные компетенции являются потенциальной базой для формирования профессиональных способностей. Профессиональные способности рассматриваются с психологических позиций и характеризуются способностями к приобретению умений в профессиональной сфере деятельности. В контексте новой парадигмы высшего профессионального образования особое значение имеет приобретение в процессе обучения профессионально значимых компетенций.

В Федеральной программе развития образования и Национальной доктрине образования общекультурные компетенции определены, как готовность использовать методы физического воспитания и самовоспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья. А профессиональные компетенции определены как готовность к обеспечению охраны жизни и здоровья, обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности [5].

Выпускник по направлению «Физическая культура и дополнительное образование» должен решать следующие профессиональные задачи: планировать и организовывать физкультурно-оздоровительную и рекреационную деятельность различных категорий населения; организовывать и проводить спортивно-массовые и физкультурно-оздоровительные мероприятия; формировать нормы здорового образа жизни с целью укрепления здоровья и увеличения продолжительности жизни; разрабатывать программы оздоровительной направленности; обучать занимающихся различным методам контроля физического состояния и саморегуляции физической нагрузки; применять различные формы и виды активного отдыха с учетом климатических и региональных особенностей.

Современный молодой специалист, выходящий из стен университета, должен обладать компетентностями, позволяющими ему сохранить статус здорового человека как можно дольше, что позволит ему более качественно выполнять свои профессиональные

обязанности в течение длительного времени. Вопросы, связанные с состоянием здоровья выпускников современных вузов, обсуждаются широким кругом исследователей [1].

Формирование здоровьесберегающих компетенций предполагает два пути:

1. Обучение здоровьесберегающей компетенции как самостоятельному (личностному) качеству. Такое обучение целесообразно проводить на факультативных занятиях, спецкурсах используя новейшие педагогические технологии.

2. Включение данной компетенции в учебные дисциплины. При этом важно, что овладение ключевыми компетенциями рассматривается как необходимый компонент формирования здоровьесберегающей компетенции [3, с.128-129].

В ближайшей перспективе высшим учебным заведениям России предстоит объемная и сложная работа по освоению компетентного подхода при разработке образовательных программ на основе ФГОС ВПО третьего поколения, по осознанию значимости формирования здоровьесберегающих компетенций у студентов художественных вузов. Этот аспект является главной предпосылкой для разработки новых идей, касающихся физического воспитания студентов профессиональных музыкальных учебных заведений. При этом новая концепция физического воспитания должна содержать принципиально новые ориентиры, которые базируются на ином осмыслении студентами ценностей физической культуры, а также ведут к формированию и укреплению мотивации студентов к занятиям физкультурой на системной основе.

Недостатки в работе вузов способствуют повышению актуальности данной проблемы на современном этапе. Формирование здоровьесберегающей компетенции – комплексная проблема, требующая междисциплинарного взаимодействия. Структура и содержание компетенций раскрываются через знаниево-умениевые и практические сегменты, которые распределяются по дисциплинам и профессиональным модулям. Содержательные компоненты здоровьесберегающей компетенции рассредоточены по содержанию дисциплин и профессиональных модулей основной профессиональной образовательной программы, что, собственно, и предопределяет трудности с её локализацией и оценением уровня сформированности у обучающихся.

Здоровьесбережение представляется важным направлением, реализующим принцип профессиональной направленности обучения. Данный принцип понимается и реализуется через систематическое формирование системно через формирование общих и профессиональных компетенций.

Здоровьесберегающая компетенция является одной из ключевых. Компетентность здоровьесбережения И. А. Зимняя относит к группе компетентностей, относящихся к самому человеку как личности, субъекту деятельности и общения [2, с.14-19].

Для наиболее качественного формирования здоровьесберегающих компетенций у будущих специалистов необходимо следующее:

1. Индивидуализация физической нагрузки для всех студентов. На сегодняшний день в связи с различным уровнем физической и технической подготовленности одно и то же упражнение может с легкостью выполняться одним занимающимся и доставить определенные трудности другому. Данная проблема может быть решена путем составления студентами индивидуальных тренировочных заданий с обязательным контролем их выполнения преподавателем.

2. Обязательная регистрация основных гемодинамических параметров в течение всего учебно-тренировочного занятия с целью наиболее полного и качественного контроля над уровнем физической и функциональной готовности организма к нагрузкам.

3. Включение в учебную программу по физической культуре разделов, связанных с вопросами формирования и воспитания мотивационно-ценностных установок на здоровый образ жизни. Организация и проведение методико-практических и семинарских занятий по темам: социально-биологические основы физической культуры, средства физической культуры, обеспечивающие устойчивость к психофизическим нагрузкам, основы здорового образа жизни студентов, личностное отношение к своему здоровью и т.д.

Таким образом, для качественного формирования и развития здоровьесберегающих компетенций у будущих специалистов необходим целый ряд комплексных мер, направленных на повышение качества преподавания физической культуры в образовательных учреждениях, совершенствование материально-технической базы занятий, обеспечение студентов и преподавателей необходимой учебно-методической литературой, наличие медицинской и научной поддержки процесса обучения [4, с. 112].

Резюмируя вышеизложенное, предлагаем авторскую трактовку понятия «здоровьесберегающие компетенции» как способность к мобилизации полученных знаний, умений, опыта и способов развития физических и психических качеств музыканта, а так же на формирование двигательных умений и навыков, применительно к конкретным особенностям той или иной музыкальной профессии.

#### Методика

Внедрение ФГОС III + поколения в вузах предусматривает формирование у студентов такой общекультурной компетенции, как готовность укреплять здоровье. Проанализировав работы ряда ученых (Н.М. Ковриго, В.В. Колбанова, Н.К. Смирнова, Г.А. Сулкарнаевой и др.), можно сделать вывод о необходимости качественной подготовки студентов к реализации здоровьесберегающей и здоровьесформирующей деятельности и исследования готовности к реализации функции сохранения и укрепления здоровья детей. Таким образом,

решение второй проблемы подразумевает выработку критериальных показателей уровня компетентности педагога физической культуры современной системы музыкального образования, так как происходит влияние его личностных качеств и социальной позиции на обеспечение эмоционального климата на занятиях и в учебных группах, а степень его профессионализма и наличие рефлексивных умений непосредственно отражены на качестве проведения и содержания занятий физической культурой, а также на отношении студентов к ним.

На основе анализа научно-практической литературы по проблеме развития специальных и общих компетенций у студентов, мы сочли возможным и необходимым разработать карту специальных компетенций для студентов вузов культуры и искусств, а именно для студентов консерватории. Мы не останавливали внимание на разработке общекультурных компетенций, так как в практике существует множество вариантов решения этой задачи. Нами разрабатывались узкоспециализированные компетенции применительно к студентам консерватории.

В структуре ЗСК нами были выделены следующие компоненты, содержание и направления которых взаимосвязаны со структурой профессиональной деятельности студентов, обучающихся в музыкальном вузе:

#### 1. Знания:

- оперировать правовыми нормами в рамках законов, связанных с профессиональной деятельностью;
- интегративный курс «Основы культуры здоровья студентов»: концептуально-интегрирующий (сущность понятия «здоровье», ноосферная модель здоровья, философско-математическая формула здоровья, закон сохранения (устойчивости) здоровья человека, закон устойчивости социального здоровья популяции);
- эмоционально-нравственный (влияние алкоголя на здоровье человека, пределы потребления алкоголя, влияние никотина на здоровье человека, норма курения, воздействие психоактивных веществ на организм человека, влияние питания на психофизиологическое состояние организма);
- деятельностный (основные подходы к преодолению стрессовых состояний человека, пища как источник опасности для человека, воздействие стрессовых реакций на организм человека, влияние анаболических стероидов на здоровье человека, организма).

#### 2. Мотивы, ценности:

- *профессиональные побуждения* – сосредоточены на использовании средств физкультуры в развитии профессионально значительных психофизических качеств, в формировании знания

и способностей на применении средств физкультуры в предотвращении и сохранении профессионального здоровья;

*социальные побуждения* – сосредоточены на формировании чувства ответственности, понимании социальной значимости доктрины, ориентации к различным способам взаимодействия с людьми вокруг, коммуникация и взаимодействие с другими людьми, заявляемыми роли и положения в обществе; *Информативные побуждения* – сосредоточены на эрудиции, увеличении знания в области физкультуры, здорового образа жизни, реализации чувства удовлетворения от процесса образовательной деятельности и полученного результата.

### 3. Технологии:

- знания и умения оценивать состояние собственного здоровья и здоровья окружающих (функциональное состояние сердечно-сосудистой системы и дыхания, определения PWC – физической работоспособности или оценка переносимости динамической нагрузки);
- технология обучения физическим упражнениям;
- технология оптимизации психофизического состояния и восстановления функциональной целостности организма.

### 4. Профессиональные навыки:

- знания физиологических характеристик, которые определяют содержание видов труда музыканта (рабочая поза, рабочее место и двигательные возможности человека, положение туловища, ног, рук и головы);
- учет высокой эмоциональности (работа с утомлением и нервным перенапряжением);
- знания особенностей профессиональной деятельности музыкальной специальности;
- воспитание физических качеств, которые важны для конкретной музыкальной профессии;
- формирование и совершенствование двигательных умений и навыков, которые имеют профессиональное значение;
- повышение устойчивости организма к неблагоприятным воздействиям условий музыкальной деятельности и профилактики профессиональных заболеваний;
- воспитание психических качеств, которые проявляются в профессиональной деятельности музыканта.

### 5. Педагогические условия формирования ЗСК, направления:

- *теоретико-методологическое*, разделы – концептуально-интегративный, эмоционально-нравственный, деятельностный;
- *диагностическое*, направления исследования – состояние здоровья (профессиональные заболевания):

- мотивационно-ценностная сфера;

- мотивационно-потребностная сфера;
- оценка переносимости динамической нагрузки (проба Руфье-Диксона);
- уровень выносливости (силовой);
- определение специальной физической выносливости (Коняева М.А.).

- *оздоровительно-восстанавливающее:*

- развивающее (аэробная и анаэробная нагрузка);
- эмоционально - психологическое (восстановительный психотренинг) (Коняева М.А.)

#### 6. Специфика прикладной физкультуры:

- развитие и учет физиологических характеристик и факторов, которые определяют содержание видов труда музыканта, рабочую позу, производственные операции, рабочее место и двигательные возможности человека, положение туловища, ног, рук и головы;
- учет большой нервно-психической нагрузки. Профилактика возникновения как общих, так и местных утомлений и нервного перенапряжения;
- решение дополнительных специфических задач, реализуемых:
  - в изучении особенности профессиональной деятельности студентов разных музыкальных специальностей;
  - в воспитании физических качеств, которые важны для конкретных музыкальных профессий;
  - в формировании и совершенствовании двигательных умений и навыков, которые имеют профессиональное значение;
  - в повышении устойчивости организма к неблагоприятным воздействиям условий музыкальной деятельности и профилактики профессиональных заболеваний;
  - в воспитании психических качеств, которые проявляются в профессиональной деятельности музыканта.

#### 7. Критерии, показатели, уровни сформированности ЗСК:

- особенности профессиональной деятельности студентов разных музыкальных специальностей;
- уровень воспитанности физических качеств, которые важны для конкретных музыкальных профессий;
- уровень сформированности двигательных умений и навыков, которые имеют профессиональное значение;
- уровень устойчивости организма к неблагоприятным воздействиям условий музыкальной деятельности и профилактики профессиональных заболеваний;
- уровень воспитанности психических качеств, которые проявляются в профессиональной деятельности музыканта.

Таким образом, вышеизложенное позволит на основе психолого-педагогических знаний о содержании, структуре и динамике формирования здоровьесберегающих компетенций определить условия, способствующие эффективному становлению, укреплению мотивации студентов к здоровьесбережению, и решить научную проблему в области педагогики, научной и практической, связанную с оптимизацией формирования здоровьесберегающих компетенций. От содержания взаимодействия и взаимовлияния компонентов концепции зависит эффективность формирования здоровьесберегающих компетенций в жизненных стратегиях студентов музыкальных вузов.

### Список литературы

1. Адольф В. Формирование профессиональной компетенции будущего учителя. // Педагогика. – 1998. - №1.
2. Зимняя И.А. Интегративный подход к оценке единой социально-профессиональной компетентности выпускников вузов / И.А. Зимняя, Е.В. Земцова // Высшее образование сегодня. - 2008. - № 5. - С. 14-19.
3. Маслова Н.В. Ноосферное образование: монография. – М.: Институт холодинамики, 2002. – 338 с.
4. Новиков В.Н. Образовательная среда вуза как профессионально и личностно стимулирующий фактор / В.Н. Новиков // Электронный журнал «Психологическая наука и образование». - 2012. - № 1. - [Электронный ресурс] - Режим доступа. - URL: [www.psyedu.ru](http://www.psyedu.ru).
5. Федеральный государственный образовательный стандарт высшего профессионального образования по направлению подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование» (с двумя профилями подготовки). Приказ Минобрнауки России от 09.02.2016 N 91. - [Электронный ресурс] - Режим доступа. - URL: [www.phorum.fgosvo.ru](http://www.phorum.fgosvo.ru). – (Дата обращения 08.12.2016).