

Научная статья
УДК 378.17
DOI: 10.47438/1999-3455_2024_2_345

ВУЗ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ (НА ПРИМЕРЕ КГПУ ИМЕНИ В. П. АСТАФЬЕВА)



Наталья Александровна Попованова ¹, Владимир Сергеевич Зоммер ²

*Красноярский государственный педагогический университет имени В. П. Астафьева ^{1, 2}
Красноярск, Россия*

¹ *Кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой физической культуры и здоровья
тел.: +7(913) 031-15-44, e-mail: fkreferat@mail.ru
ORCID 0000-0001-6732-0461*

² *Старший преподаватель кафедры физической культуры и здоровья
тел.: +7(913) 835-39-07, e-mail: vz_forward@mail.ru
ORCID 0009-0007-9954-1323*

Аннотация. В статье рассматриваются актуальные вопросы сохранения и укрепления здоровья студентов путем создания здоровьесберегающего пространства в высших учебных заведениях. Представлен анализ теоретических источников, раскрывающих подходы к созданию здоровьесберегающего пространства в образовательных учреждениях. Раскрыта сущность понятия «здоровьесберегающее образовательное пространство вуза». Разработаны критерии и определены показатели, отражающие сущностные характеристики здоровьесберегающего пространства вуза. Рассмотрен механизм реализации структурно-функциональной модели здоровьесберегающего пространства на примере Красноярского государственного педагогического университета (далее – КГПУ им. В. П. Астафьева). Выявлены индикаторы эффективности работы всех структур и подразделений университета. Представлен опыт скоординированной деятельности Института физической культуры, спорта и здоровья им. И. С. Ярыгина, кафедры физической культуры и здоровья и спортивного клуба, реализующих программы и проекты по оздоровлению студентов университета. Отражена информация о результатах социологического исследования физкультурно-оздоровительной деятельности в КГПУ им. В. П. Астафьева. Представлены данные мониторинга показателей сформированности здоровьесберегающего пространства для обучающихся вуза путем участия в конкурсе «Вуз здорового образа жизни». Затронут вопрос о важности проведения в университете внеучебных спортивных мероприятий, являющихся методически обоснованным продолжением учебной работы по физическому воспитанию. Проведена статистическая обработка данных вовлеченности студентов в спортивные соревнования различного уровня, обеспечивающие необходимый двигательный режим для сохранения и укрепления здоровья будущих педагогов.[©]

Ключевые слова: здоровый образ жизни, студенты, вуз, физическая культура, здоровьесберегающее пространство вуза, физкультурно-оздоровительная деятельность.

Для цитирования: Попованова Н. А., Зоммер В. С. Вуз здорового образа жизни (на примере КГПУ имени В. П. Астафьева) // Культура физическая и здоровье. 2024. № 2. С. 345-349. DOI: 10.47438/1999-3455_2024_2_345.

Введение

В настоящее время наблюдается тревожная тенденция ухудшения состояния здоровья и снижение двигательной активности среди студенческой молодежи. Цифровизация образования, растущая интенсивность учебной нагрузки в дистанционном формате, неблагоприятная экологическая ситуация актуализируют проблему формирования здоровьесберегающего пространства в высших учебных заведениях [Попованова, с. 287].

В ходе теоретического анализа научной литературы был определен круг ученых, изучающих данную проблематику в различных ее аспектах. Грачев К.Ю., Аleshina Л.И., Федосеева С.Ю. рассматривали модель здоровьесберегающего пространства вуза на основе скоординированной деятельности объединенных в группы людей, представляющих соответствующие службы [Грачев, с. 110]. Кузнецова Е.Т. рассматривает управление системой физического воспитания как целенаправленное и организованное взаимодействие на всех уровнях образовательной среды [Кузнецова, с. 33]. Понарина О.С. рассматривает основные аспекты обеспечения

успешной реализации мероприятий по формированию здоровьесберегающего пространства образовательного учреждения [Понарина, с. 120]. Тюмасева З.И., Валева Г.В., Орехова И.Л., Романова Е.А. рассматривают здоровьесберегающее пространство «вуз-школа» как необходимое условие профессионального становления студентов педагогического вуза [Тюмасева, с. 160].

В контексте нашего исследования здоровьесберегающее образовательное пространство вуза – это образовательное пространство, обеспечивающее сохранение и укрепление психологического и физического здоровья студентов, развивающее личностные качества студентов и ориентированное на самореализацию молодежи в будущей профессиональной и социальной сферах жизни.

Материалы и методы исследования

Нами разработана структурно-функциональная модель здоровьесберегающего пространства вуза, центральным субъект-объектом в которой является студент, на которого направлены содержательно-качественные связи, отражающие единство когнитивного, ценностного и деятельностно-результативного компонентов [Попованова, с. 68].

Рассмотрим механизм реализации данной модели на примере КГПУ им. В. П. Астафьева. В основе реализации модели лежит механизм управления формированием здоровьесберегающего пространства в данном вузе (рис. 1).

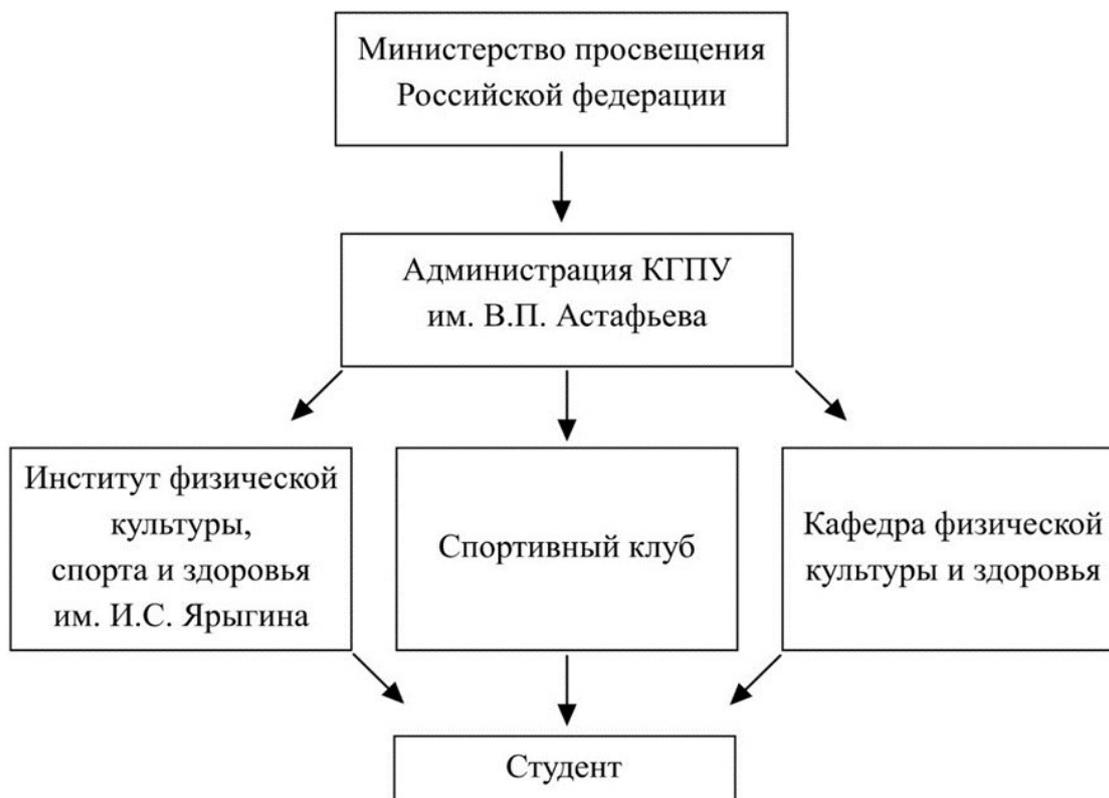


Рис. 1 – Структура управления формированием здоровьесберегающего пространства вуза

В настоящее время для решения практических задач коллектив научных сотрудников кафедры физической культуры и здоровья КГПУ им. В. П. Астафьева приступил к апробации модели формирования здоровьесберегающего пространства вуза. Для оценки эффективности

реализации данной модели были разработаны критерии и определены показатели, отражающие существенные характеристики здоровьесберегающего пространства вуза. Информация о результатах социологического исследования представлена в данной таблице.

Таблица 1 – Физкультурно-оздоровительная деятельность в КГПУ им. В. П. Астафьева

№ п/п	Содержание деятельности	Ответственные
1	Разработка и осуществление мер по повышению эффективности использования физической культуры и спорта в укреплении здоровья студентов, в физическом и психологическом развитии личности	Директор спортивного клуба, директора институтов и деканы факультетов, кафедра физической культуры и здоровья
2	Преподавание на всех направлениях подготовки теоретических и элективных дисциплин по физической культуре и спорту	Институт физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина; кафедра физической культуры и здоровья
3	Организация и проведение занятий по физической культуре обучающихся с ОВЗ и инвалидностью	Кафедра физической культуры и здоровья

№ п/п	Содержание деятельности	Ответственные
4	Системное проведение в университете массовых оздоровительных, физкультурных и спортивных мероприятий	Директор спортивного клуба; кафедра физической культуры и здоровья
5	Участие в российских, краевых, городских первенствах по различным видам спорта	Директор спортивного клуба
6	Разработка и реализация во всех подразделениях университета мероприятий, направленных на профилактику девиантного поведения, мотивацию на здоровый образ жизни и воспитание культуры здоровья	Директора институтов и деканы факультетов
7	Организация летних выездных спортивно-оздоровительных, образовательных и туристических лагерей («Куртак», «Ергаки»)	Проректор по воспитательной и социальной работе
8	Участие в городских, региональных научно-практических конференциях, интеллектуальных, творческих мероприятиях, направленных на формирование здорового образа жизни	Проректор по воспитательной и социальной работе; проректор по научной работе и внешнему взаимодействию
9	Подготовка и издание печатных и электронных учебных пособий, методических рекомендаций по формированию здорового стиля жизни	Институт физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина; кафедра физической культуры и здоровья; факультет биологии, географии, химии
10	Организация системы повышения квалификации специалистов физической культуры и спорта, а также преподавателей дисциплин, направленных на формирование здорового образа жизни студенческой молодежи	Директора институтов, деканы факультетов; зав. кафедрой физической культуры и здоровья

Ежегодный мониторинг тенденций формирования здоровьесберегающего пространства для работников и обучающихся вуза реализуется путем участия в конкурсе «Вуз здорового образа жизни», который включает в себя мониторинг индикаторов эффективности работы всех структур и подразделений университета. Вузы, участвующие в данном конкурсе, предоставляют данные по всем показателям мониторинга.

В настоящее время в КГПУ им. В.П. Астафьева обучаются 3595 студентов бакалавриата и магистратуры очной формы обучения. Проведение в вузе внеучебных

спортивных мероприятий является методически обоснованным продолжением учебной работы по физическому воспитанию. Основными организаторами и исполнителями данной деятельности являются институт физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина, спортивный клуб, кафедра физической культуры и здоровья. Вовлеченность студентов в спортивные соревнования различного уровня обеспечивает необходимый двигательный режим для сохранения и укрепления здоровья будущих специалистов (табл. 2).

Таблица 2 – Количество студентов, участвующих в спортивных соревнованиях различного уровня

Наименование мероприятий	2020-2021 гг.		2021-2022 гг.		2022-2023 гг.	
	КОЛ-ВО соревнований	КОЛ-ВО участников	КОЛ-ВО соревнований	КОЛ-ВО участников	КОЛ-ВО соревнований	КОЛ-ВО участнико В
Соревнования на факультетах в институтах	35	567	38	687	45	736
Межфакультетские спортивно-массовые мероприятия	14	876	16	1047	17	1141
Участие в краевой межвузовской Универсиаде	15	150	16	170	18	201
Участие в Чемпионатах, кубках и первенствах России, Европы и мира	-	31	-	40	-	44
Итого	64	1624	70	1944	80	2122

В течение 2022-23 учебного года студенты приняли участие в 80 спортивных мероприятиях. В университете проведено 62 спортивно-массовых мероприятия с участием 1877 обучающихся. Студенческие команды университета приняли участие в 18 соревнованиях краевой межвузовской универсиады (201 участник).

Выводы

Результаты данного мониторинга в КГПУ им. В.П. Астафьева в 2022-23 учебном году свидетельствуют о том, что охват субъектов образовательного процесса мероприятиями по формированию здорового образа жизни достиг высокого уровня. Таким образом, системная,

скоординированная работа всех структурных подразделений КГПУ им. В.П. Астафьева способствует формированию здоровьесберегающего пространства, а данные мониторинга показателей конкурса «Вуз здорового образа жизни» подтверждают данный вывод.

Конфликт интересов

Авторы декларируют отсутствие явных и потенциальных конфликтов интересов, связанных с публикацией настоящей статьи.

Библиографический список

1. Ахвердова О.А. К исследованию феномена «культура здоровья» в области профессионального физкультурного образования / О.А. Ахвердова, В.А. Мягин // Теория и практика физической культуры. – 2002. – № 9. – С. 5-7.
2. Грачев К.Ю., Алешина Л.И., Федосеева С.Ю. Модель здоровьесберегающего пространства вуза. Электронный научно-образовательный журнал ВГСПУ «Грани познания», №4 (47), октябрь 2016. С. 108-112.
3. Исаев А.П. Система здоровьесберегающей среды образовательного учреждения / А.П. Исаев // Актуальные проблемы управления образованием в регионе: Здоровьесбережение участников образования : сб. науч.-метод. матер. – Челябинск: Изд-во ИИУМЦ «Образование», 1999. – Вып. 2 (10). С. 114-119.
4. Касимов Р.А. Здоровьесберегающее образовательное пространство как социально-педагогическая система / Р.А. Касимов // Психологическое и социально-педагогическое сопровождение детей и молодежи : матер. междуна-род. конф. – Ярославль, 2005. – С. 178-180.
5. Кузнецова Е.Т. Система физического воспитания студентов в образовательном пространстве университета. Здоровье для всех, №1, 2021. С. 32-36.
6. Организация и оценка здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений : руководство для работников системы общего образования / М.В. Антропова [и др.]. – М. : Московский городской фонд поддержки школьного книгоиздания, 2004. – 380 с.
7. Понарина О.С. Антропологический подход к формированию здоровьесберегающего пространства образова-тельного учреждения // Человек. Общество. Наука. 2021. №2. С. 116-123.
8. Попованова Н.А., Зоммер В.С. Условия формирования здоровьесберегающего пространства вуза. // Культура физическая и здоровье. 2023. № 1 (85). С. 286-289.
9. Попованова Н.А., Зоммер В.С. Формирование здоровьесберегающего пространства вуза: методологический аспект // Alma Mater. Вестник высшей школы. № 7 июль 2022. С. 64- 67.
10. Тюмасева З.И., Валеева Г.В., Орехова И.Л., Романова Е.А. Критерии и показатели психолого-оздоровитель-ной оценки безопасности и здоровьесбережения образовательной среды в системе «вуз – школа» // Фундаменталь-ные исследования. – 2015. – № 8-1. – С. 158-167.
11. Шкель В.Ф. Здоровьесберегающие технологии в учебном процессе: учебно-методическое пособие / В.Ф. Шкель. – Саратов : Научная книга, 2,10. – 24 с.
12. Driving social impact with common global indicators for healthy lifestyle programs: lessons learned / N.R. Robinson, J. Gin, S. Kamath-Jha, M. Infantes, R. Hernandez, M. Alberg-Seberich, D. Suri, R. Perez-Escamilla // Food and Nutrition Bulletin. – 2014. – Т. 35. – P. 163-168.
13. Identifying common metrics for evaluating school-based healthy lifestyles programs in seven countries: intro-duction to workshop proceedings / R. Perez-Escamilla, M. Albert-Seberich // Food and Nutrition Bulletin. – 2014. – Т. 35. – P. 93-96.
14. Policy, system, and environment strategies to promote physical activivty and healthy food sources to address guam’s disparate non-communicable disease burden / M. Nitta, D. Navasca, N.A. Palafox, C. Tanner, K. Narvarte, R. Zabala, P. Lucas, A. Silverio, A. Sy // Journal of Health Care for the Poor and Underserved. – 2015. – Т. 26. – № 2. – P. 96-103.

References

1. Akhverdova O.A. On the study of the phenomenon of "health culture" in the field of professional physical edu- cation / O.A. Akhverdova, V.A. Myagin // Theory and practice of physical culture. - 2002. – No. 9. – pp. 5-7. (In Russian)
2. Grachev K.Y., Alyoshina L.I., Fedoseeva S.Y. Model of the health-saving space of the university. Electronic scientific and educational journal of VGSPU "Facets of knowledge", No. 4 (47), October 2016. pp. 108-112. (In Russian)
3. Isaev A.P. The system of a health-saving environment of an educational institution / A.P. Isaev // Actual prob- lems of education management in the region: Health-saving of participants in education: collection of scientific method. mater. Chelyabinsk: Publishing House of the IIUMC "Education", 1999. – Issue 2 (10). pp. 114-119. (In Russian)
4. Kasimov R.A. Health-saving educational space as a socio-pedagogical system / R.A. Kasimov // Psychological and socio-pedagogical support of children and youth : mater. international. conf. – Yaroslavl, 2005. – pp. 178-180. (In Russian)
5. Kuznetsova E.T. The system of physical education of students in the educational space of the university. Health for All, No. 1, 2021. pp. 32-36. (In Russian)
6. Organization and assessment of health-saving activities of educational institutions : a guide for employees of the general education system / M.V. Antropova [et al.]. – M. : Moscow City Fund for Support of School Publishing, 2004. – 380 p. (In Russian)
7. Ponarina O.S. Anthropological approach to formation of a health-saving space of an educational institution // Man. Society. Science. 2021. No. 2, pp. 116-123. (In Russian)
8. Popovanova N.A., Sommer V.S. Conditions for the formation of a health-saving university space. // Physical culture and health. 2023. No. 1 (85), pp. 286-289. (In Russian)
9. Popovanova N.A., Sommer V.S. Formation of a health-saving space of a university: a methodological aspect. Alma Mater. Bulletin of the higher school. No. 7 [July 2022], pp. 64-67. (In Russian)
10. Tyumaseva Z.I., Valeeva G.V., Orekhova I.L., Romanova E.A. Criteria and indicators of psychological and health assessment of safety and health of the educational environment in the "university – school" system // Fundamental research. – 2015. – No. 8-1. – pp. 158-167. (In Russian)
11. Shkel V.F. Health-saving technologies in the educational process: an educational and methodological guide / V.F. Shkel. – Saratov : Scientific book, 2,10. – 24 p.8. Driving social impact with common global indicators for healthy lifestyle programs: lessons learned / N.R. Robinson, J. Gin, S. Kamath-Jha, M. Infantes, R. Hernandez, M. Alberg-Seberich, D. Suri, R. Perez-Escamilla // Food and Nutrition Bulletin. – 2014. – Vol. 35. – P. 163-168. (In Russian)

12. Driving social impact with common global indicators for healthy lifestyle programs: lessons learned / N.R. Robinson, J. Gin, S. Kamath-Jha, M. Infantes, R. Hernandez, M. Alberg-Seberich, D. Suri, R. Perez-Escamilla // Food and Nutrition Bulletin. – 2014. – Vol. 35. – P. 163-168.

13. Identifying common metrics for evaluating school-based healthy lifestyles programs in seven countries: introduction to workshop proceedings / R. Perez-Escamilla, M. Albert-Seberich // Food and Nutrition Bulletin. – 2014. – Vol. 35. – P. 93-96.

14. Policy, system, and environment strategies to promote physical activity and healthy food sources to address Guam's disparate non-communicable disease burden / M. Nitta, D. Navasca, N.A. Palafox, C. Tanner, K. Narvarte, R. Zabala, P. Lucas, A. Silverio, A. Sy // Journal of Health Care for the Poor and Underserved. – 2015. – Vol. 26. – № 2. – P. 96-103.

Поступила в редакцию 04.04.2024

Подписана в печать 27.06.2024

Original article

UDC 378.17

DOI: 10.47438/1999-3455_2024_2_345

THE UNIVERSITY OF A HEALTHY LIFESTYLE
(BY THE EXAMPLE OF KRASNOYARSK STATE PEDAGOGICAL UNIVERSITY NAMED AFTER
V. P. ASTAFYEV)

Natalia A. Popovanova ¹, Vladimir S. Zommer ²

*Krasnoyarsk State Pedagogical University named after V. P. Astafiev ^{1, 2}
Krasnoyarsk, Russia*

¹ PhD of Pedagogy, Associate Professor, Head of the Department of Physical Culture and Health
ph.: +7(913) 031-15-44, e-mail: fkreferat@mail.ru
ORCID 0000-0001-6732-0461

² Senior teacher of the Department of Physical Culture and Health
ph.: +7(913) 835-39-07, e-mail: vz_forward@mail.ru
ORCID 0009-0007-9954-1323

Abstract. The article deals with topical issues of preserving and strengthening the health of students by creating a health-saving space in higher education institutions. The analysis of theoretical sources revealing approaches to the creation of a health-saving space in educational institutions is presented. The essence of the concept of "health-saving educational space of the university" is revealed. Criteria have been developed and indicators reflecting the essential characteristics of the university's health-saving space have been determined. The mechanism of implementation of the structural and functional model of a health-saving space is considered on the example of the Krasnoyarsk State Pedagogical University (hereinafter – KSPU named after V. P. Astafiev). The indicators of the effectiveness of the work of all structures and departments of the university have been identified. The experience of coordinated activities of the I. S. Yarygin Institute of Physical Culture, Sports and Health, the Department of Physical Culture and Health and the sports club implementing programs and projects for the improvement of university students is presented. Information on the results of a sociological study of physical culture and recreation activities at the KSPU named after V. P. Astafiev is reflected. The data of monitoring the indicators of the formation of a health-saving space for university students by participating in the competition "University of a healthy lifestyle" are presented. The question of the importance of conducting extracurricular sports events at the university, which are a methodically justified continuation of educational work on physical education, was raised. Statistical processing of data on student involvement in sports competitions of various levels was carried out, providing the necessary motor regime to preserve and strengthen the health of future teachers.

Keywords: healthy lifestyle, students, university, physical education, health-saving space of the university, physical culture and wellness activities

Cite as: Popovanova, N. A., Zommer, V. S. (2024) The university of a healthy lifestyle (by the example of Krasnoyarsk State Pedagogical University named after V. P. Astafiev). Physical Culture and Health. (2), 345-349. (In Russ., abstract in Eng.). doi: 10.47438/1999-3455_2024_2_345.

Received 04.04.2024

Accepted 28.06.2024