**«ФОРМИРОВАНИЕ КОМПЕТЕНЦИИ ЗДОРОВЬЕ-СБЕРЕЖЕНИЯ**

**БЕДУЮЩИХ ПЕДАГОГОВ»**

**Аннотация:** В данной статье представлены проблемы образования будущих педагогов по вопросам сохранения и укрепления здоровья, расширения их профессионального кругозора в этой области, формирование позитивного отношения к собственному здоровью, а также главные направления в подготовке педагога к ведению образовательной деятельности в здоровьесберегающем режиме и факторы риска педагогического труда.

**Annotation:** The article introduces the problems in education of future teachers, concerning the issues saving and strengthening health, expanding their professional knowledge in this area and formation of the positive attitude to their own health. This article also considers the major ways in getting teachers ready for educational activity, connected with health-saving. The risk-factors of teachers work are also mentioned here.

**Ключевые слова:** педагог, образование, просвещение, здоровье, формирование здоровья, факторы риска, культура здоровья.

**Key words:** teacher, education, enlightenment, health, promotion health, risk factors, culture  of health.

Культура самооздоровления, ведения здорового образа жизни не дается человеку изначально, а является результатом его обучения, воспитания, саморазвития.

В этой связи важно уяснить и суть деятельности педагогов. Общеизвестно, что школьная атмосфера сегодня стала небезопасна для здоровья детей. Ухудшение здоровья детей прямо пропорционально учебным перегрузкам учащихся, их неудовлетворенности своим учителем и негативным отношением к части изучаемых предметов. Очевидно, одним из правил педагогической деятельности должно стать следующее: обучая и воспитывая, помни, не навредят ли твои действия здоровью твоего ученика [1].

Однако, чтобы учитель мог квалифицированно руководствоваться этим правилом, он должен многое знать и уметь в области валеологии. Кроме того, успех формирования здоровой, гармонично развитой личности ребёнка во многом зависит от того, каким личностным и физическим потенциалом обладает сам учитель, ведет ли он сам здоровый образ жизни. Образ жизни человека является отражением суммы его знаний, умений, навыков, мировоззрения и т.д. – всего того, что в конечном итоге и формирует культуру личности.

В связи с вышесказанным мы поднимаем проблему формирования здоровьесберегающей компетенции будущего учителя, компонентами которой являются: знания медицинского характера, умения, мышление, мировоззрение и поведение, имеющие валеологическую направленность, здоровый образ жизни, культура чувств [5].

Мы полагаем, что проблема может быть решена в педагогическом вузе за счет комплекса мероприятий, направленных на изменение существующих форм подготовки учителя, создания новых программ обучения, имеющих здоровьесберегающую направленность, иного структурирования учебной информации, возможности применения.

Одним из требований государственного образовательного стандарта к уровню подготовки бакалавров педагогики является осознание будущими специалистами ценностного значения здоровья, ориентирование будущих специалистов на развитие и формирование «коммуникативных личностных качеств, правового самосознания, отношения к здоровью человека как самоценности». Так, в цикле общепрофессиональных дисциплин ФГОС следует ориентировать подготовку бакалавров на построение здоровьесберегающей среды в школе, модернизацию воспитания и обучения детей разных возрастов, освоение современных средств оценки достижений учащихся, психологическое консультирование родителей, работу с младшими школьниками, подростками и старшими школьниками, оказавшимися в экстремальной ситуации [4].

В наших исследованиях было установлено, что в педагогическом вузе, большую часть знаний о здоровье, методах его сохранения и укрепления студенты получают путем самообразования. Существенную роль в формировании здоровьесберегающих знаний у будущих педагогов имеют занятия по физической культуре и подготовке. Наиболее полезными дисциплинами с точки зрения приобретения знаний о здоровье студенты называют физиологию, гигиену, анатомию, психологию.

Здесь следует отметить малую эффективность использования только лекционной формы обучения для целей здоровьесберегающего образования в силу отсутствия атмосферы самопознания и помощи в выборе личностно значимой системы ценностных ориентаций. Отсюда следует необходимость комплексной реализации всех видов учебной деятельности: лекций, семинаров, практических, лабораторных занятий, дискуссий, тренингов, внеурочной работы, системы дополнительного образования. Отдельно можно обсуждать процесс физического воспитания, организацию деятельности по повышению двигательной активности (соревнования и т.п.) [4].

 Культура здоровья, как результат здоровьесберегающего образования, должна быть присуща каждому человеку, но для педагога она является особенно значимой и необходимой, так как является одним из интегральных показателей, определяющих культурный уровень общества. Процесс формирования культуры здоровья должен осуществляться в атмосфере интеллектуальных, нравственных и эстетических переживаний, столкновения мнений, взглядов, поиска истины, проектирования различных возможных решений [5]. При этом основным условием выступает вовлеченность студента в критический анализ личностно значимого содержания знаний. Осуществление межпредметных связей позволяет студентам увидеть одно и то же явление с разных точек зрения, получить целостное представление о нем.

К сожалению, большинство учебных программ по здоровьесбережению существует в рамках только информационно-познавательного подхода.

Обучение здоровьесберегающим технологиям в педагогическом вузе преследует следующие основные цели:

- Формирование у бакалавров мотивации, знаний, навыков реализации здорового образа жизни;

- Развитие у бакалавров способностей и навыков, необходимых для формирования здорового образа жизни у будущих учеников.

Неразрывно с процессом сбережения здоровья связано и формирование здоровьеориентированных позиций в процессе обучения в вузе [2].

По нашему мнению вектор здоровьеориентированного образования можно условно разделить на формирование здоровья и обучение его сбережению, что характерно для процесса становления педагога в вузе и сохранения собственного здоровья педагога и здоровья обучаемых в процессе профессионального труда в образовательных учреждениях.

Выявление факторов риска и создание благоприятных условий для реализации принципов социальной программы здорового образа жизни на рабочих местах (витаминизация, кислородные коктейли, комната психологической разгрузки, штатный психолог, ежегодная диспансеризация, вакцинация, организация рационального питания) должны способствовать повышению уровня здоровья в трудовых педагогических коллективах [2].

Не последнее место в работе педагога занимает хорошо поставленная речь и голос. Только благодаря нормативному и правильному дыханию педагог способен на долгие годы сохранять четкую красиво звучащую речь, что немаловажно в педагогическом процессе. Хорошая физическая форма, правильно поставленное дыхание, профилактика сосудистых и инфекционных заболеваний – гарантия здоровья и профессионального долголетия [3].

Основными методами педагогической практики здоровьесбережения могут стать методы выявления, анализа и формирования ценностных ориентаций. Использование интерактивных форм обучения: ролевые игры, мозговой штурм, дискуссии позволяет формировать личное отношение учащегося к данной проблеме, выработать навык собственной защиты в критических ситуациях, самостоятельно принимать решение и быть ответственным за выбор здорового образа жизни [4]. Умение осуществлять личностно ориентированное здоровьесберегающее сопровождение образовательного процесса несомненно оказывает существенную помощь в работе педагога по здоровьеформирующей ориентации учащихся.

**СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Борисов А. А. Организационно-методические условия преподавания медико-валеологических дисциплин будущим специалистам безопасности жизнедеятельности **/** А. А. Борисов, Л. И. Сыромятникова, Л. П. Борисова **//** Молодой ученый. - 2012. - №5. - С. 507-509.

2. Борисов А. А. Реализация здоровьеформирующих образовательных технологий в области педагогического образования / А. А. Борисов, Л. И. Сыромятникова, Л. П. Борисова **//** Молодой ученый. - 2012. - №6. - С. 375-377.

3. Пазыркина М.В. Значение валеологической культуры в формировании здоровья педагога / Пазыркина М.В., Сопко Г.И., Журина Т.Г. **//** Молодой ученый. 2012.- № 3. - С. 380-382.

4. Пазыркина М.В., Сопко Г.И. Значение формирования здоровьесберегающих компетенций педагога // Школа будущего. – 2013. – № 2. – С. 138-142.

5. Сыромятникова Л.И. Компетентностный подход к изучению медико-валеологических дисциплин будущими специалистами безопасности жизнедеятельности // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. – 2009. – № 98. – С. 201-204.