

**ЦЕНТР ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, ЗДОРОВЬЯ И НАУКИ
КАК ОРГАНИЗАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ИНТЕНСИВНОГО
ВОССТАНОВЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ПОЛЬЗОВАТЕЛЕЙ
ИНФОРМАЦИОННЫХ И КОММУНИКАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ
В ВУЗЕ**

Димова А.Л.

Накопленный за два десятилетия опыт применения информационных и коммуникационных технологий (ИКТ) в области образования доказывает, что информатизация образования – это не только интенсификация, индивидуализация образовательного процесса, его интерактивный характер, но и возможные негативные последствия для здоровья пользователей, связанные с использованием средств ИКТ.

Так, ведущие специалисты в области информатизации образования считают, что использование средств информационных и коммуникационных технологий в процессе учебной деятельности в образовательных учреждениях порождает проблемы психологического и медицинского характера [4; 12; 13; 16; 17]. Авторы сообщают о целом «букете» различных заболеваний основных систем организма пользователей ИКТ. Среди них: остеохондроз, ишемическая болезнь сердца, депрессия, бессонница, миопатия, бронхиальная астма и др. [1-9; 11; 12; 16].

Анализ научной литературы показал, что в России стали появляться научные исследования, посвященные решению проблемы профилактики и компенсации негативного влияния средств ИКТ на здоровье пользователей [1-3; 5-9; 11-13; 16; 17]. Известны также и средства нивелирования данного негативного влияния – профилактические и компенсаторные. К компенсаторным средствам, способствующим интенсивному восстановлению показателей здоровья пользователей ИКТ специалисты относят ряд

оздоровительных процедур, реализуемых на базе технического (аппаратного) оборудования [1-3; 5-9; 11].

Следует тем не менее отметить, что реализация оздоровительных процедур в условиях учебного процесса образовательного заведения требует устройства специальных помещений и разработки инновационных технологий проведения занятий с использованием компенсаторных средств, а также наличие у обучаемых специальных теоретических и методико-практических знаний в области здоровьесохранения.

В настоящее время основная роль в сохранении и укреплении здоровья студентов-пользователей ИКТ в вузе отведена кафедрам физического воспитания и медицинским центрам, соответственно, занятиям физической культурой и медицинским обследованиям. Однако, по мнению специалистов, физическое воспитание не справляется с решением возложенных на него задач. Характерной особенностью последних лет в России является значительное ухудшение состояния здоровья студентов в период их обучения в вузе [6; 8; 10; 12; 13; 15]. И это не случайность.

За последние два десятилетия резко снизилась эффективность функционирования данных структур. Отчасти из-за недостатка финансирования, но и не только. Так, кафедры физического воспитания сокращают аренду спортивных сооружений. Студентам предоставляется право самостоятельного выбора спортивного клуба для занятий физической культурой («зачет» по физической культуре производится на основании справки о посещении так называемой «секции»).

Процедура проведения врачебного контроля грубо нарушается. Вузы перестали заключать договоры с поликлиниками и врачебно-физкультурными диспансерами на медицинское обслуживание студентов. Вследствие этого допуск к практическим занятиям по физической культуре осуществляется при наличии у студента медицинской справки сомнительного происхождения. В ряде вузов отсутствуют здравпункты, медицинские услуги для студентов в некоторых вузах – платные.

Не выдерживают критики и теоретические занятия по физической культуре, а также научно-исследовательская работа. Следует отметить недостаток профессиональных кадров и специализированных площадок для проведения данной работы. На кафедрах физвоспитания свернута научно-исследовательская работа, практически не функционируют научные лаборатории, предусмотренные в структуре этих кафедр.

Очевидно, что в условиях интенсивного внедрения ИКТ в образовательный процесс, не представляется возможным создать полноценную систему формирования здоровьесберегающей информационно-коммуникационной образовательной среды в вузе на базе только вышеобозначенных традиционных организационных структур с использованием традиционных технологий, в рамках проведения занятий только по физической культуре и медицинских обследований.

Необходимо так сказать «помочь» физическому воспитанию и медицине. Кафедры физического воспитания «погружены в себя» и не могут оценить проблему со стороны, а все попытки внести изменения в налаженный десятилетиями «уклад» их работы встречают решительный отпор.

На государственном уровне в настоящее время делаются определенные шаги в решении проблемы формирования здоровьесберегающей информационно-коммуникационной среды в образовательном учреждении. Особое значение придается организации кабинетов здоровья в каждом образовательном учреждении на основе стандарта медицинского обеспечения услугами и оборудованием медицинских кабинетов. Планируется переподготовка медицинского персонала для работы на основе современных здоровьесберегающих технологий. Однако этот процесс зашел в тупик. По-видимому, вследствие того, что данный процесс не следует ограничивать созданием только одного кабинета здоровья.

Так, например, в вузе должна функционировать целая сеть кабинетов здоровья, имеющих определенное целевое назначение, а при устройстве

кабинетов различной оздоровительной направленности необходимо учитывать выявленные типы ухудшения состояния здоровья пользователей ИКТ [7].

Анализ литературных источников показал, что в настоящее время вузы не располагают ни целостным учебно-методическим комплексом, направленным на формирование у пользователей ИКТ компетенций в области здоровьесохранения, ни компетентностно-ориентированными методиками сохранения и укрепления здоровья, контроля за физическим и психическим состоянием, ни специализированными учебными площадками для обучения студентов данным методикам [6; 8; 10; 13; 15].

Таким образом, можно констатировать тот факт, что современное вузовское образование не позволяет сформировать у студентов необходимый (требуемый ФГОС ВПО третьего поколения) уровень компетенции в области здоровьесбережения.

Очевидно, что нужно объединить усилия физической культуры, медицины, науки и создать новую организационную структуру, позволяющую сформировать здоровьесберегающую информационно-коммуникационную образовательную среду в высшем учебном заведении.

Такой организационной структурой в вузе становится Центр физической культуры, здоровья и науки (далее Центр). Следует отметить, что еще 10-15 лет назад в ряде вузов стали организовывать Центры здоровья, кафедры физической культуры и здоровья, но в их состав входили только кафедры физического воспитания и спортивные комплексы.

Несомненно, что руководство Центром должно быть поручено представителям науки. Это дает возможность российской науки выполнить поручения Правительства РФ об активизации научной деятельности в вузах и встать во главе движения за сохранения и укрепления здоровья обучающихся. Тем более, что положительный опыт уже имеется.

Центр физической культуры, здоровья и науки выступает организационной моделью системы формирования здоровьесберегающей информационно-коммуникационной образовательной среды в вузе, а его

компонентами – традиционные и инновационные организационные структуры физкультурно-спортивной, медицинской и научной направленности. Каждая из данных структур имеет свои цели и задачи, но общей целью которых является оздоровление пользователей ИКТ, повышение показателей качества жизни в процессе учебной деятельности.

На рисунке 1 представлена структура Центра физической культуры, здоровья и науки, внедренного в Современной гуманитарной академии, г. Москва (800 филиалов) и в течение 2000-2004 гг. успешно прошедшего апробацию в условиях учебного процесса.

Состав Центра может быть сокращен или наоборот – расширен. В сокращенном виде в его структуру входят: кафедра физического воспитания, диагностический центр (здравпункт и кабинет тестирования показателей физического и психофизиологического состояния), научная лаборатория, кабинеты здоровья различной оздоровительной направленности.



Рис. 1. Структура Центра физической культуры, здоровья и науки в вузе

Сердцевиной Центра является инновационная организационная структура – оздоровительно-физкультурный центр.

Разработанная нами организация физкультурно-спортивной направленности «оздоровительно-физкультурный центр» должна быть включена в типологию физкультурно-спортивных организаций (ФСО) И.И. Переверзина как новый вид ФСО, как «оздоровительно-физкультурный центр учреждений высшего профессионального образования» [14].

Организация «оздоровительно-физкультурный центр» имеет существенное отличие от представленной в типологии И.И. Переверзина, организации «физкультурно-оздоровительный центр» [14].

Как у каждой коммерческой организации, основной целью деятельности организации «физкультурно-оздоровительный центр» является извлечение прибыли и распределение ее между участниками. Физкультурно-оздоровительный центр может быть организован и в вузе, но занятия в нем для студентов будут проводиться во внеучебное время на платной основе.

В то же время предлагаемая нами организация «оздоровительно-физкультурный центр» является некоммерческой организацией, функционирующей на правах структурного подразделения вуза с образованием или без образования юридического лица. А основной целью ее деятельности является создание условий и возможностей для оздоровления студентов – пользователей ИКТ, повышения показателей качества жизни именно в процессе практических занятий по физической культуре, тестирований и обследований (по учебному расписанию, дополнительных и факультативных).

Оздоровительно-физкультурный центр (ОФЦ) объединяет модули (кабинеты, залы, классы), в которых проводятся практические занятия с использованием физкультурно-оздоровительных технологий, спортивных и реабилитационных программ, контрольные занятия, медицинское обследование, тестирование физического и психофизиологического состояния студентов, сотрудников вуза и членов их семей, а также массовые физкультурно-оздоровительные, оздоровительно-профилактические, спортивные, культурные и образовательные мероприятия.

Исходя из заложенных в него функций, ОФЦ включает два отделения: оздоровительно-физкультурное и диагностическое. В состав оздоровительно-физкультурного отделения входят зона тренинга (гимнастический и тренажерный залы), зона оздоровительного процесса (кабинеты гидротермопроцедур и оздоровительных процедур), техническая зона (раздевалка и зона регистрации).

В состав диагностического отделения входят кабинет тестирования показателей физического и психофизиологического состояния, здравпункт.

Центр физической культуры, здоровья и науки позиционируется как центр интенсивного восстановления состояния здоровья пользователей ИКТ в вузе.

Литература

1. *Безгрешнов В.Н., Гончаренко В.Л., Скворцов Л.С.* Ионизированный воздух и здоровье человека // Наука Москвы и регионов. 2005. № 3. С. 71-74.
2. *Бодрова Р.А., Вороницкий Н.Е., Галлиулин Н.И.* Вибромассаж в комплексном восстановительном лечении при болях в спине // Вертеброневрология. 2006. № 3-4. С. 131.
3. *Боксер О.Я., Димова А.Л.* Современные методы психорегуляции в спорте, оздоровительной и адаптивной физической культуре. М.; Шуя: Весть, ШГПУ, 2001. 100 с.
4. *Бочаров М.И.* Информационные угрозы и защита от них в младшей школе // Народное образование. 2010. №8. С. 264-273.
5. *Вербин С.Г.* Снятие стресса и улучшение зрения с помощью цветотерапии // Сборник трудов II Международной научно-практической конференции «Информационные технологии в образовании, науке и производстве». Серпухов, 2008. С. 398-399.
6. *Димова А.Л.* Информационно-коммуникационные технологии и их влияние на физическое и психофизиологическое здоровье пользователей // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2008. № 10(44). С. 35-40.

7. *Димова А.Л.* Кабинет здоровья для формирования здоровьесберегающей информационно-коммуникационной образовательной среды в вузе // Ученые записки ИИО РАО. 2009. Вып. 29. С. 45-51.

8. *Карпенко М.П., Боксер О.Я., Димова А.Л.* Психофизиологические, организационные и технические аспекты оздоровления студентов методами физической культуры и метеобарокоррекции. М.: СГА, 2003. 112 с.

9. *Каширин А.Б., Безгрешнов В.Н.* Практические аспекты ионизации воздуха в офисных помещениях // Охрана труда. Практикум. 2008. № 8. С. 63-70.

10. *Ланда Б.Х.* Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности: учебное пособие. 2-е изд. М.: Сов. спорт, 2005. 192 с.

11. *Михеев А.А., Вороницкий Н.Е.* Влияние дозированной вибрационной тренировки на показатели поверхностной ЭМГ у спортсменов // Вертеброневрология. 2006. №1-2. С. 34-35.

12. *Мухаметзянов И.Ш.* Патологическая информатизация образования: санитарно-гигиенические и медицинские аспекты информатизации образования // Материалы мастер-класса «Профилактика и преодоление физической, психической зависимости», тренинга «Управление психическим состоянием», проведенных в рамках Всероссийского научного семинара «Социально-медицинские технологии работы с населением», при поддержке РГНФ (грант 06-06-14007Г). Ижевск: Изд-во «Удмуртский государственный университет», 2006. 148 с.

13. *Мухаметзянов И. Ш.* Здоровьеформирующее образование: сущность и технологии. Казань: Медицина. 2011. 218 с.

14. *Переверзин И.И.* Менеджмент спортивной организации: учеб. пособие. 3-е изд., перераб. и доп. М.: Физкультура и спорт, 2006. 464 с.

15. *Селуянов В.Н.* Контроль физической подготовленности студентов с помощью малонагрузочных тестов // Тезисы докладов 6-го Международного научного конгресса «Олимпийский спорт и спорт для всех». Варшава, 2002. С. 287-288.

16. *Роберт И.В.* Теория и методика информатизации образования (психолого-педагогический и технологический аспекты). 3-е изд. М.: ИИО РАО, 2010. 356 с.

17. *Роберт И.В.* Философско-методологические, социально-психологические и педагогико-технологические основания развития информатизации образования // Известия Российской академии образования. 2010. №1. С. 16-30.