Государственное профессиональное образовательное учреждение

Тульской области

«Алексинский химико-технологический техникум»

«**Формирование здоровьесберегающей среды в техникуме**

**как основа успешного развития профессиональных и общих компетенций обучающихся**»

Подготовил: преподаватель Лангаев Р. А.

Алексин, 2022 г.

Здоровьесберегающая компетенция – это способы физического, духовного и интеллектуального саморазвития; личная гигиена, забота о собственном здоровье, способы безопасной жизнедеятельности.

Здоровьесберегающие технологии - предполагают совокупность педагогических, психологических и медицинских воздействий, направленных на защиту и обеспечение здоровья, формирование ценного отношения к своему здоровью. Понятие здоровьесберегающая относится к качественной характеристике любой образовательной технологии, показывающей, насколько при реализации данной технологии решается **задача сохранения здоровья студентов**.

Компетенции «закладываются» в образовательный процесс посредством: технологий обучения; содержания образования; стиля жизни образовательного учреждения; типа взаимодействия между преподавателями и обучающимися и между обучающимися.

В обобщённом виде **выделяются три группы** компетенций:

- компетенции, относящиеся к самому себе как личности;

- компетенции, относящиеся к взаимодействию человека с другими людьми;

- компетенции, относящиеся к деятельности человека, проявляющиеся во всех ее типах и формах.

Компетенции здоровьесбережения относящиеся к **первой группе** включают в себя: знание и соблюдение норм здорового образа жизни, знание опасности курения, алкоголизма, наркомании, СПИДа; знание и соблюдение правил личной гигиены, обихода; физическую культуру человека, свободу и ответственность выбора образа жизни.

**Для студентов это**:

-Проведение психофизических тренингов;

-Участие в соревнованиях по видам спорта;

-Встречи с известными спортсменами.

-Проведение конкурсов знатоков здорового образа жизни;

-Участие в работе спортивных секций;

-Участие в массовых спортивных, физкультурно-оздоровительных мероприятиях.

**Для преподавателей, сотрудников и родителей:**

-Корпоративные физкультурно-оздоровительные мероприятия (дни здоровья, спартакиады, оздоровительно-прикладной туризм);

-Круглые столы по проблемам здорового образа жизни;

-Организация работы консультативно-оздоровительного центра;

-Проведение психофизических тренингов.

**Содержанием компетентности здоровьесбережения** является

-выполнение профилактических, санитарно-гигиенических мероприятий по здоровьесбережению, применение комплексов физических упражнений, средств закаливания;

-понимание особенностей влияния социальных отношений на физическое и психическое здоровье, позитивное отношение к жизнедеятельности, к себе, желание жить в гармонии с окружающим миром и людьми;

-умение определять состояние своего здоровья, сознательное обращение к врачу, саморегуляция своего психоэмоционального и функционального состояния в стрессовых ситуациях.

**Организация воспитательно-оздоровительной работы**

Формирование здорового образа жизни и его пропаганда включают: овладение преподавателями формами и методами изучения личности студента, его отношения к своему здоровью и здоровью окружающих с целью выявления лиц, относящихся к группам риска по состоянию здоровья и поведению для планирования индивидуальных и коллективных мероприятий;

-создание информационного банка данных о состоянии здоровья студентов, преподавателей и сотрудников и использование его для планирования мероприятий по восстановлению и укреплению здоровья;

-создание творческих студенческих групп с целью изучения и распространения идей здорового образа жизни; проведение коллективных зрелищных мероприятий, направленных на пропаганду здорового образа жизни; издание студенческих стенных газет, журналов и других материалов для санитарно-гигиенического просвещения;

-обучение студентов, преподавателей и сотрудников стандартам гигиенического поведения, в частности, приемам самообследования, самопомощи и взаимопомощи.

Таким образом, **компетентностный подход** в оценке эффективности здоровьесберегающего образования в техникуме **отражает смысл деятельности** техникума по сохранению и укреплению здоровья студенческой молодежи, **мотивирует к знаниям**, к соблюдению норм и правил личной гигиены, физическому и духовному самосовершенствованию.