

УДК 37.012

В. К. Самчук, Т. А. Фролова,факультет экономики, менеджмента, сервиса и туризма,
Омский государственный педагогический университет
Научный руководитель: канд. пед. наук, доц. П. И. Фролова

Актуальность использования игровых методик по профилактике здорового образа жизни в студенческой среде колледжа

Аннотация. В статье рассмотрены актуальные причины использования игровых методик с обучающимися для организации профилактики здорового образа жизни в студенческой среде.

Ключевые слова: профилактика, игровые методы, здоровый образ жизни, среднее профессиональное образование.

В настоящее время одним из направлений молодежной государственной политики является борьба за здоровый образ жизни, это способствует укреплению здоровья всех граждан страны — «увеличение ожидаемой продолжительности здоровой жизни за счет увеличения доли лиц, ведущих здоровый образ жизни», что отражено в государственных документах, а именно в приказе Минздрава РФ «Об утверждении Стратегии формирования здорового образа жизни населения, профилактики и контроля неинфекционных заболеваний на период до 2025 года» [4].

Физическое и психологическое здоровье подростков и молодежи становится всё более обсуждаемой темой среди педагогов, родителей, общественных деятелей, ученых. В возрасте 15–16 лет многие подростки начинают новый этап своей жизни, поступая в среднее профессиональное учебное заведение. Вместе с этим у обучающихся повышаются риски, связанные с новыми стрессами, неправильным питанием, вредными привычками и малоподвижным образом жизни. При вступлении во взрослую жизнь современному подростку часто тяжело адаптироваться к большим нагрузкам, незнакомому коллективу и изменениям в привычном режиме жизни, поэтому возникают проблемы, связанные со здоровьем.

Педагогам колледжей и техникумов при реализации программы воспитания в организации среднего профессионального образования необходимо формировать у студентов определенные личностные результаты, одним из которых является результат 9 — «Сознающий ценность жизни, здоровья и безопасности. Соблюдающий и пропагандирующий здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, фи-

зическая активность), демонстрирующий стремление к физическому совершенствованию. Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек и опасных наклонностей (курение, употребление алкоголя, наркотиков, психоактивных веществ, азартных игр, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе, в том числе в цифровой среде» [2]. То есть преподавателю необходимо не только формально информировать студента о возможных последствиях нездорового образа жизни, но и вовлекать обучающегося в деятельность, способствующую формированию здоровых привычек.

Но преподаватели в колледжах не всегда уделяют особое внимание здоровому образу жизни, часто используют традиционные методы воспитания, которые, в свою очередь, оказываются неэффективными, что приводит к незаинтересованности студентов в получении определенных знаний и навыков. Наиболее инновационным и эффективным в данном случае будет применение игровых методов воспитания, которые изучались такими авторами, как К. Д. Ушинский, Л. С. Выготский, С. Л. Рубинштейн, Д. Б. Эльконин, рассматривавших взаимосвязь игры и деятельности в воспитании, а также функции и периодизацию игр в воспитательной деятельности [6].

Игровые методы широко используют в педагогическом процессе благодаря их способности вдохновлять и мотивировать обучающихся [3]. Эти методы не просто инструменты для передачи знаний, это способствующие обучению механизмы, создающие уникальные условия для взаимодействия и активного участия. Как отмечает В. С. Зайцев, «понятие “игровые педагогические технологии” включает достаточно обширную группу методов

и приемов организации педагогического процесса в форме различных педагогических игр» [1, с. 5].

Игровые методики — это подход к обучению, создающий среду, которая вовлекает и мотивирует студентов. Эти методики представляют многообразные формы, включая ролевые игры, симуляции с использованием информационно-коммуникационных технологий, сюжетные занятия и многие другие. В сравнении с традиционными формами игровые методики имеют ряд преимуществ, которые далее рассмотрим подробнее.

Во-первых, игровые методы способствуют повышению мотивации студентов. Вовлеченность студентов в обсуждение проблемы формирования здорового образа жизни помогает осознать значимость темы, а также повышает интерес и стремление к самообразованию.

Во-вторых, благодаря игровым методикам применение теоретических знаний помогает эффективнее усвоить информацию о здоровых привычках.

В-третьих, происходит развитие коммуникативных навыков, поскольку большинство игр требует командной работы. Это особенно важно в формировании полезных привычек, поскольку студенты могут организовать сообщество, где им будет оказываться поддержка в их начинаниях.

Также одним из важных преимуществ игровых методов является возможность развития критичес-

кого мышления [5]. Например, на ситуационных воспитательных занятиях студентам приходится принимать различные решения исходя из имеющихся знаний по здоровому образу жизни и строить стратегии по достижению определенных целей.

Игровая форма воспитания и профилактики способствует снижению уровня стресса у студентов, поскольку создает комфортную атмосферу в воспитательном процессе для изучения темы здорового образа жизни в отличие от традиционных методов.

Таким образом, изучение формирования здорового образа жизни является неотъемлемой частью воспитательного процесса в колледжах на разных этапах обучения. Использование игровых технологий для профилактики здорового образа жизни среди студентов колледжей — актуальный и эффективный подход. Игровые методы способствуют не только передаче знаний, но и формированию устойчивых привычек, которые необходимы для поддержания здоровья.

Для того чтобы воспитать здоровых и активных молодых людей, способных справиться с вызовами современности, важно адаптировать процесс воспитания исходя из современных запросов общества. Именно поэтому, в век информатизации будет актуальным использование в воспитательном процессе колледжа игровых методик на основе информационных технологий.

1. Зайцев В. С. Игровые технологии в профессиональном образовании. — Челябинск : Биб-ка А. Миллера, 2019. — 23 с.

2. Личностные результаты реализации программы воспитания // Судебные и нормативные акты РФ. — URL: <https://sudact.ru/law/pismo-minprosveshcheniia-rossii-ot-28042022-n-ab-119705/metodicheskie-rekomendatsii-po-podgotovke-kadrov/prilozhenie-3/lichnostnye-rezultaty-realizatsii-programmy-vospitaniia/> (дата обращения: 15.10.2024).

3. Ожогова Е. Г., Чердынцева Е. В., Якубенко О. В. Современные технологии воспитательной и коррекционно-развивающей работы с детьми : учеб. пособие. — Омск : Изд-во ОмГПУ, 2022. — 140 с.

4. Приказ Минздрава России от 15.01.2020 № 8 «Об утверждении Стратегии формирования здорового образа жизни населения, профилактики и контроля неинфекционных заболеваний на период до 2025 года» // КонсультантПлюс. — URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_344362/b4565b496f8c11f50a63b08d5143df8f889c211e/ (дата обращения: 15.10.2024).

5. Руденко В. Е. Реализация здоровьесберегающего обучения при диалоговом обучении в процессе преподавания управленческо-экономических дисциплин // Современные проблемы науки, общества и культуры : сб. ст. VII Междунар. науч.-практ. конф., Омск, 28–29.04.2022. — Омск : Изд-во СиБАДИ, 2022. — С. 309–313.

6. Суслов И. Н., Фролова П. И. Сущность и функции игры в образовательном процессе // Омский научный вестник. — 2002. — № 20. — С. 176–179.