



**Original Article: CREARE UNA CULTURA DELLA SALUTE IN INSEGNANTI IN
FORMAZIONE MODERNA**

Citation

Verhorubova, O. V. Creare una cultura della salute in insegnanti in formazione moderna. *Italian Science Review*. 2014; 7(16). PP. 443-446.
Available at URL: <http://www.ias-journal.org/archive/2014/july/Verhorubova.pdf>

Author

Oksana Verhorubova, Bryansk State University named after academician I. G. Petrovsky, Russia.

Submitted: July 15, 2014; Accepted: July 25, 2014; Published: July 31, 2014

Politica moderna della Federazione russa è focalizzata non solo sul miglioramento della qualità della vita della società, ma anche per mantenere la salute. Questo è sottolineato nei documenti del governo russo. In particolare, il concetto di politica demografica della Federazione Russa per il periodo fino al 2025, uno dei principi fondamentali sono i seguenti: mantenere e migliorare la salute della popolazione, un aumento della vita attiva, per creare le condizioni e gli incentivi per la formazione di uno stile di vita sano, ecc.

Il processo di modernizzazione dell'istruzione russo ha provocato cambiamenti nel sistema di istruzione superiore. Molta attenzione è stata rivolta non solo l'istruzione, ma anche sulla formazione dei futuri professionisti. Secondo NV Kuzmina, specialista futuro deve possedere non solo la cultura del pensiero scientifico e pedagogico e di essere un professionista nel loro campo di conoscenze teoriche, ma hanno anche la salute fisica e mentale [1, p. 5].

Tuttavia, i risultati della ricerca scientifica (Kisliakof, P.A., Kudelina, O.V., Magin, V.V., et al.) Indicano che il trend di deterioramento della salute delle giovani generazioni viene salvato e diventa sostenibile.

Gli studenti possono essere identificati come una categoria di persone con elevati fattori di rischio [1, 2, 3, 4]. Questi fattori sono: stress nervoso e la stanchezza mentale, malattia cronica del lavoro e di riposo, mangiare e dormire abitudini, abuso di cattive abitudini (fumo, alcool, droghe, giocare ai videogiochi e internet, e altri), Mancanza di attività fisica, le difficoltà di vivere in un dormitorio et al.

Ha analizzato i dati degli esami 1° anno gli studenti di medicina (2000-2013). Bryansk State University, siamo giunti alla conclusione che il numero di studenti esonerati dall'attività fisica, è aumentata. Soprattutto questi indicatori sono aumentati durante l'anno scolastico 2012-2013 dal 12% (2000) al 42%.

Nel periodo 2012 - 2013. le malattie più comuni nel 1° anno gli studenti sono stati: vegetativa-vascolare distonia (68%), pielonefrite cronica (4,89%), malattie del sistema muscolo-scheletrico (3,16%), e altri. Quindi, possiamo concludere che la condizione la salute degli studenti tende a deteriorarsi.

Per identificare i fattori che influenzano la salute dei futuri insegnanti nel processo di accertamento sperimento, abbiamo chiesto di rispondere a una delle domande, "la vostra salute" di Zhuravlevoj, I.V.

(2005). Il sondaggio è stato condotto presso la Facoltà di Storia e Relazioni Internazionali degli Studenti 1-2 corsi, l'indagine ha coinvolto 200 intervistati. Agli studenti è stato chiesto di rispondere alla domanda: "Pensi che il maggiore impatto sulla salute umana?" Gli studenti possono scegliere 2 opzioni di risposta e determinare il luogo di significatività (Tabella 1).

Secondo la tabella 1, i futuri insegnanti di storia hanno determinato che i fattori determinanti che incidono sulla salute degli studenti, sono "la condizione umana" e "gli sforzi dell'uomo stesso". È stato notato da - 42,5% degli intervistati. In terzo luogo, gli studenti hanno notato l'influenza di fattori quali le "cattive abitudini" - il 38,8% degli intervistati. Di conseguenza, al quarto posto - "eredità" - identificato 33,3% degli studenti; il quinto - "qualità delle cure" individuato l'11% degli studenti; e al sesto posto - "fattore di impatto ambientale" - pensa il 9% degli studenti intervistati.

Pertanto, tutto quanto sopra suggerisce che i fattori più importanti che influenzano la salute dei futuri insegnanti, secondo gli studenti - sono - "Gli sforzi dell'uomo stesso" "la condizione umana" e sulla base di questi dati, è chiaro che cambiando l'ambiente di apprendimento presso l'università, spingendo l'interesse degli studenti per formare la propria salute e per formare una motivazione stabile per uno stile di vita sano, è possibile modificare l'atteggiamento degli studenti alla cultura della salute.

Nella nostra ricerca, abbiamo determinato il significato di "cultura della salute". Cultura della Salute - è "la formazione integrativa personale, che sono espressione di ricchezza e integrità armoniosa dell'individuo, l'universalità delle sue connessioni con altre persone, così come la capacità di vita creativa e attiva" [3, p.2].

Per identificare il rapporto alla loro salute, abbiamo intervistato 540 studenti provenienti da diverse facoltà - i futuri insegnanti (la fisica e la matematica, sociali e pedagogici e storici), Università di

Brjansk Stato. Valutare il vostro stile di vita solo il 10% degli intervistati BSU (a tempo pieno e uffici part-time) considerano in buona salute.

Degno di nota è il basso livello di alfabetizzazione nella conservazione e promozione della salute. Circa il 25% degli studenti intervistati, per esempio, ritiene lecito usare l'igiene personale di un'altra persona. Solo il 40% sa che il fumo è dannoso per il corpo umano. Il 50% degli intervistati ritiene che il consumo "moderato" di alcol non è dannoso per l'organismo. Solo il 3% degli studenti coinvolti nei club sportivi o cimentarvi in qualsiasi tipo di esercizio.

Sulla base di questi dati, abbiamo concluso che gli studenti - futuri insegnanti non solo un basso livello di alfabetizzazione nella conservazione e promozione della salute, ma anche in relazione alla mancanza di educazione fisica, che è, a nostro parere, è un fattore importante nella formazione di cultura della salute tra gli studenti.

Per risolvere questo problema, vi offriamo un programma speciale corso di "metodi di cura non tradizionali del futuro insegnante" per il 1° anno gli studenti di Bryansk State University dal nome Petrovsky, I.G.

Lo scopo di questo corso è quello di introdurre metodi non tradizionali di guarigione, volti a rafforzare e mantenere il miglioramento della salute della cultura degli studenti dell'istruzione.

Conoscenze e competenze individuate dal programma del corso, concentrarsi sui seguenti compiti:

- Focus su vita sana e stile di vita;
- Correzione di violazioni in sviluppo fisico e lo stato di salute;
- Migliorare il valore e orientamenti motivazionali nel campo della cultura fisica;
- Aumentare le prestazioni fisiche e mentali.

Le lezioni, gli studenti vengono introdotti:

-Con i concetti, obiettivi e classificazione dei metodi non tradizionali di guarigione (CME);

-Le basi di uno stile di vita sano;

-Con i meccanismi dell'effetto di diversi tipi di CME sul corpo umano;

-Con elementi di miglioramento delle competenze necessarie.

Al workshop sulla preparazione fisica viene effettuata per studiare raccomandazioni pratiche sulle forme più convenienti ed efficaci di metodi non tradizionali di guarigione. Di particolare nota è di far conoscere agli studenti l'educazione fisica non tradizionale: Yoga, Callanetics, Pilates, danza e potenza aerobica, ecc.

Seminari contribuiscono al livello di conoscenza teorica della cultura fisica. Mezzi di self-study sono: preparazione di progetti creativi con presentazione elettronica, abstract, tavoli, ulteriore studio della letteratura scientifica su questo argomento. Qui di seguito diamo un esempio di insegnamento e piano tematico

del corso speciale per i futuri insegnanti di storia (68 h.).

Così, l'apposito modulo alla cultura della salute come il primo valore, insegnare uno stile di vita sano - i compiti importanti per il futuro insegnante. A nostro parere, la formazione di una cultura della salute del futuro insegnante nel processo educativo dell'università sarà efficace alla ragionevole combinazione di approcci psico-pedagogico e medico-biologico, la base principale dovrebbe essere una educazione fisica.

References:

1 Kuzmina, N.V. 1990. Professionalism of vocational schools teachers and trainers. Moscow. 120 p.

2 Kisliakof, P.A. 2008. Quality Management zdoroveformiruyushego training of future teachers. 23 p.

3 Ahverdova, O.A., Magin, V.V. 2002. On the study of the phenomenon of the "culture of health" in the field of vocational training, sports. № 9. pp. 5-7.

4 Kudelina, O.V. 2008. Building a culture of health in the educational process of the students of secondary vocational school. Moscow. 27 p.

Tabella 1

Fattori che influenzano la salute umana (accertamento esperimento, n = 200)

№p/p	Fattori che influenzano la salute	Posizione rilevanza	Dati in %
1.	condizioni di vita	1-2	42,5
2.	gli sforzi dell'uomo stesso	1-2	42,5
3.	eredità	4	33,3
4.	qualità delle cure	5	11
5.	L'ambiente naturale	6	9
6.	cattive abitudini	3	38,8

Tabella 2

I curricula del corso speciale di "metodi di cura non tradizionali del futuro insegnante" (68 h.)

N° p/p	Temi Sport	Conferenze	Seminari	Esercitazioni pratiche
1.	Cultura della salute del futuro insegnante	2	2	2
2.	Tipi di aerobica	2	2	4
3.	Shaping	2	2	4
4.	"Tecniche di respirazione"	2	2	4
5.	la pulizia del corpo	2	2	4
6.	formazione uditiva	2	2	4
7.	Miglioramento della natura con la componente ambientale	2	2	2
8.	Pilates	2	2	4
9.	Creazione di complessi personali studenti di recupero	2	2	4
	Totale: 68	18	18	32