

УДК 378.016

ИНФОРМАЦИОННЫЙ ПОДХОД В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ И СПОРТИВНОЙ ПРОФОРИЕНТАЦИИ ШКОЛЬНИКОВ

Елена Ивановна Потёмкина

старший преподаватель

lena.potyomkina@rambler.ru

ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет»

lena.potyomkina@rambler.ru

г. Севастополь, Россия

Аннотация. В данной статье рассмотрен информационный подход и его роль в формировании здорового образа жизни школьников, а также на выбор спортивного направления. Применение информационного подхода у обучающихся на уроке обеспечат их достоверной информацией о современных условиях работы в организациях и планирование карьеры в будущем. Среди информационных источников, были использованы интернет-ресурсы, социальные сети, пользующиеся популярностью у школьной молодежи. Предложенные нами стратегии использования современных технологий и методы их внедрения носят рекомендательный характер.

Ключевые слова: информационный подход, школьники, здоровый образ жизни, спортивная профориентация.

Оздоровление нации, формирование здорового образа жизни населения, гармоничное воспитание здорового, физически крепкого молодого поколения является одним из приоритетных направлений социальной политики государства [2].

В ежегодных посланиях Президента Российской Федерации Федеральному Собранию Российской Федерации неоднократно отмечалась необходимость выработки эффективной политики государства по формированию здоровой нации, способной обеспечить сохранение суверенитета России и дальнейшее развитие государства и общества. Это достижимо только при условии массового привлечения детей, подростков и молодежи к занятиям физической культурой и спортом [5].

Физическая культура как роль в установлении индивидуальных качеств усиливается благодаря гуманистическим функциям и возможностям в развитии большого количества основ духовности человека. Высокий результативный принцип выполнения разнообразных физических упражнений, в формате эмоционально окрашенных состязаний, благоприятствует развитию чувств сопереживания, взаимовыручки при осуществлении коллективных работ, ответственности друг за друга для достижения общих целей [4].

На сегодняшний день в школах города Севастополя проводится активная работа по внедрению и координации информационного подхода в формировании здорового образа жизни и спортивной профориентации школьников.

Современные школьники легко осваивают технические устройства, которые в их доступе с самого рождения. Опираясь на способности сенсорной памяти происходит усвоение информации на пробуждение непосредственного интереса и мотивации у учащихся на первоначальном этапе. Информационный подход строится на теории обработки данных, так как информация проникает в память и потом мозг извлекает проработанную нужную информацию [1].

Если применить на образовательных платформах и социальных сетях пропаганду ЗОЖ и ежедневными занятиями физкультурой, то посещаемость и популярность спортивных залов среди молодежи школьного возраста могут

увеличиться в разы. Однако простого привлечения внимания недостаточно, ведь пробуждение интереса длится не более 30 секунд. Чтобы информация перешла в долгосрочную память нужно ориентироваться на несколько стадий воздействий сенсорной памяти.

В начале наступает репрезентация – яркое впечатление от полученной информации. Далее начинается следующая стадия – емкость и краткость. Дети привыкли к быстрой смене информации, социальные сети, интернет канал Рутуб или Тик-Ток представляют собой быстро сменяющиеся посты и видеоролики, содержащие минимальное количество информации, но выражающие главную мысль.

После, когда успешно осуществилось влияние на сенсорную память, проработанная мозгом информация переходит в отдел кратковременной или рабочей памяти, в которой работает большая часть нашего сознания. Там информация ненадолго закрепляется, поэтому наша задача распространить информацию о спортивной ориентации и преподнести ее не только на специально отведенных сайтах и агитировать школьников в отведенные для этого часы, но постоянно напоминать о важности двигательной активности и здорового образа жизни. Именно для этого понадобятся онлайн-платформы с проведением пробных тренировок, социальные сети, где обучающиеся по спортивным направлениям вуза на профессиональном уровне, расскажут особенности освоения профессии. При этом школьники уже будут воспринимать двигательную активность, как неотъемлемую часть своего режима дня [3].

Последней стадией восприятия информации является долговременная память, которая предполагает хранение и воспроизведение информации в течение длительных периодов времени. Именно она и является конечной целью достижения внедрения формирования здорового образа жизни и спортивной профориентации школьников.

Профориентационная работа в школе включает множество компонентов, которые основаны на способностях, на мотивации, направленности личности,

интересах, представлениях, ценностных ориентирах, общении и физкультурной деятельности [6].

Большая часть школьников 10-17 лет на данный момент присутствует в виртуальном пространстве российского сегмента сети интернет «ВКонтакте», «Телеграмм» и «Рутуб» [2].

Социальные сети, созданные для максимально удобного общения между собеседниками, на современном этапе своего развития являются мощными ретрансляторами всевозможной информации и играют роль «новостей». Как следствие, любая информация, появляющаяся в мире, с большой вероятностью будет доведена до людей именно благодаря социальным сетям. Они спланируют людей по интересам со всей страны, в том числе и по темам, связанным со спортом и здоровым образом жизни. Однако использование сети Интернет как платформы для пропаганды здорового образа жизни не ограничивается социальными сетями [6].

В условиях современного состояния образовательного процесса, в том числе физической культуры, информационные технологии также находят отражение в программах обучения в высших учебных заведениях. Так, в Центре «Физическая культура и спорт» Севастопольского государственного университета в холле спорткомплекса транслируются на большом экране телевизора все спортивные новости, видео с занятий, рекомендации и требования к студентам для конкретного вида спорта. Таким образом реализуется возможность пропаганды здорового образа жизни на примерах рекламы спортивных мероприятий университета и города, а также максимально корректной информации обо всех существующих спортивных секциях. Данное взаимодействие позволяет студенческой молодежи СевГУ получать полезную информацию наиболее быстро и комфортно для себя.

Во время посещения школ на практической подготовке студентами по направлению подготовки «Физическая культура» Севастопольского государственного университета применялись для спортивной профориентации в образовательном процессе школьников некоторые информационные подходы:

- образовательные выставки, дни открытых дверей, ярмарки вакансий, встречи со специалистами, представителями различных вузов и организаций;
- спортивные публикации в СМИ и видеоматериалы;
- сайты, содержащие информацию об учебных заведениях, рейтинги вузов и специальностей, обзоры рынка труда;
- профориентационные минутки на уроках;
- встречи со знаменитыми спортсменами, встречи со спортсменами выпускниками школ и ВУЗов города Севастополя;
- система дополнительного образования и спортивные кружки на базе школы имеющие профориентационную направленность.

Для определения эффективности воздействия применения информационных методов по формированию ЗОЖ и спортивной профориентации во время урока провели анкетирование в ГБОУ СОШ № 35 г. Севастополя с сентября по декабрь в 2024 году. Все 47 учеников 11-х классов ответили положительно, что данные подходы и методы повлияли на них (рисунок 1).

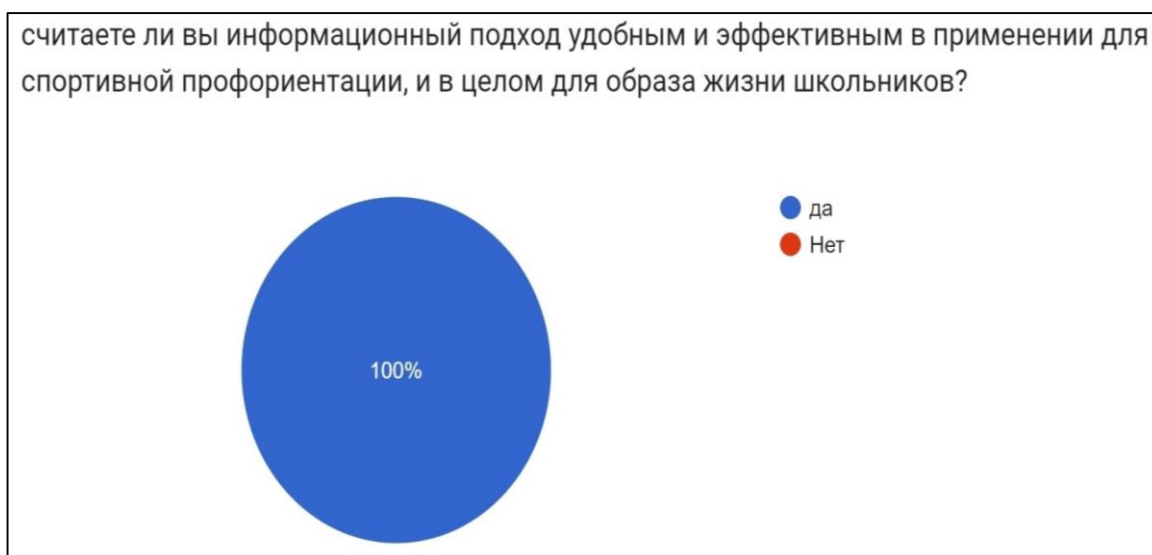


Рисунок 1 – Результаты анкетирования влияния информационного подхода в формировании ЗОЖ и спортивной профориентации школьников.

Все участники изменили свое отношение к занятиям физкультуры и задумались о будущей специальности в сфере физической культуры и спорта.

В заключении можем сделать вывод о том, что практика применения интернет ресурсов и социальных сетей очень развивается и является основным информационным подходом в формировании здорового образа жизни школьников и играет важную роль в развитии спортивной профорientации.

Данные в работе информационные подходы и методы рекомендуем применять на практической подготовке студентов в школе.

Список литературы:

1. Адольф В.А., Ковалевич И.А. Современные подходы к использованию информационно-образовательного потенциала образовательного учреждения для профессиональной ориентации учащихся в контексте успешной социализации // Современные проблемы науки и образования. 2009. № 4. С. 7-13

2. Амиров А.Ж., Каримова А.Н. Возможности применения информационных технологий в профорientационной работе с молодежью Каримова // Молодой ученый. 2016. № 26 (130). С. 623-624

3. Барсукова О.В. Медиаобразование как фактор развития личности ребенка в условиях информационного пространства // Вестник Тамбовского государственного технического университета. 2011. № 4. С. 111-118.

4. Лешкевич, С. А. Основные мотивационные факторы студентов для занятий физической культурой // Молодежь и наука. 2024. № 9. С. 32-37

5. Методические рекомендации по формированию здорового образа жизни у детей и молодежи, внедрению здоровьесберегающих технологий и основ медицинских знаний // Федеральное государственное бюджетное учреждение «Федеральный центр организационно-методического обеспечения физического воспитания».

6. Исследование роли современной информационной среды в формировании образа мира у современных школьников / Е. Ф. Сердюкова, М.Л. Шаповалова, С. А. Никулина // Общество: социология, психология, педагогика. 2023. № 2. С. 98-100

UDC 378.016

**AN INFORMATIONAL APPROACH TO THE FORMATION OF A
HEALTHY LIFESTYLE AND SPORTS CAREER GUIDANCE FOR
SCHOOLCHILDREN**

Elena Iv. Potemkina

senior lecturer

lena.potyomkina@rambler.ru

Sevastopol State University

Sevastopol, Russia

Abstract. This article examines the information approach and its role in shaping a healthy lifestyle for schoolchildren, as well as in choosing a sports direction. The application of the information approach to students in the lesson will provide them with reliable information about current working conditions in organizations and career planning in the future. Among the information sources, Internet resources and social networks were used, which are popular among school youth. Our proposed strategies for using modern technologies and methods of their implementation are advisory in nature.

Keywords: information approach, schoolchildren, healthy lifestyle, sports career guidance.

Статья поступила в редакцию 30.01.2025; одобрена после рецензирования 21.03.2025; принята к публикации 31.03.2025.

The article was submitted 30.01.2025; approved after reviewing 21.03.2025; accepted for publication 31.03.2025.