

## РАЗВИТИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ КОМПЕТЕНЦИИ У ПЕДАГОГОВ ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ КАК ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА

**Жуманиязова Тупажон Алимовна,  
Усманов Улугбек Умарович,  
Курбанбаева Дилноза Кахрамановна**  
*Ассистенты Ургенчского филиала  
Ташкентской медицинской академии*  
E-mail: [tubaxanum@gmail.com](mailto:tubaxanum@gmail.com)

**Олимова Мадинабону Махмудовна**  
*Студентка Ургенчского филиала  
Ташкентской медицинской академии*

Развитие здоровьесберегающей компетенции у педагогов высших учебных заведений представляет собой актуальную педагогическую проблему.

Стремительные изменения в современном образовании требуют от педагогов высших учебных заведений обладания здоровьесберегающими компетенциями. Здоровье педагога является неотъемлемой частью качества образовательного процесса.

Педагогический персонал высших учебных заведений часто сталкивается с проблемами, связанными с стрессом, избыточной нагрузкой и недостатком времени для заботы о своем здоровье. Развитие здоровьесберегающей компетенции позволит педагогам эффективно управлять своими ресурсами и поддерживать баланс между работой и личной жизнью.

У педагогов высших учебных заведений есть необходимость примерять роль здорового образа жизни для обучающихся, что влияет на формирование их здоровьесберегающих навыков и привычек. Компетентные педагоги сами должны быть практиками здорового образа жизни, чтобы эффективно воздействовать на студентов и способствовать их развитию.

Отсутствие здоровьесберегающих компетенций у педагогов высших учебных заведений может привести к истощению, снижению качества образовательного процесса и негативным последствиям для самого преподавателя, его здоровья и психического благополучия.

Кроме того, важно проводить научные исследования, направленные на изучение эффективных методов и подходов к формированию здоровьесберегающей компетенции у педагогов. Это позволит разработать оптимальные стратегии и программы, которые будут способствовать более эффективному воздействию на студентов и их здоровье.



В целом, развитие здоровьесберегающей компетенции у педагогов высших учебных заведений является важным шагом в обеспечении здоровья и благополучия студентов, а также в формировании здоровой образовательной среды. Поэтому данная проблема заслуживает особого внимания и усилий со стороны образовательных учреждений, педагогов и научного сообщества. Также важно создать специальные условия для здорового образа жизни на территории учебного заведения, такие как оборудование спортивных залов, организация занятий йогой или фитнесом, предоставление педагогам здорового питания в столовых и кафе. Наконец, необходимо проводить систематическую мониторинг и оценку эффективности мероприятий по формированию здоровьесберегающей компетенции у педагогов. Это позволит корректировать программы и стратегии в соответствии с реальными потребностями и результатами.

Только комплексный подход, включающий обучение педагогов, создание благоприятных условий для здорового образа жизни, позволит добиться значительных результатов в формировании здоровьесберегающей среды в высших учебных заведениях.

## Список литературы

1. Jumanyozova T. A., Bakhtiyarova A. M. TEACHING PERSONNEL IN HIGHER EDUCATION PERSONAL CHARACTERISTICS //International Bulletin of Medical Sciences and Clinical Research. – 2023. – Т. 3. – №. 5. – С. 273-278.
2. Jumaniyozova T. A., Baxtiyarova A. M. OLIY TA'LIMDA PEDAGOG KADRLARINING SHAXSIY MAHORATINI RIVOJLANTIRISH //Past and Future of Medicine: International Scientific and Practical Conference. – 2023. – С. 8-9.
3. Kurbanova Nodira Navruzovna, Karimova Maksuda Ahmedjanovna, Alimova Mahliyo Mahmud Kizi, Musaeva Amina Fayzullaevna, Ismailov Anvarbek Ulugbek Ogli Biochemical changes in hepatocyte subcellular fractions in experimental ischemic stroke // Вестник науки и образования. 2019. №7-2 (61). URL:
4. Turdievna, K. Z., & Tursunaliyeva, A. M. (2023). Problems of Understanding and Translating Homonyms in the Artificial Intelligence System. INTERNATIONAL JOURNAL OF LANGUAGE LEARNING AND APPLIED LINGUISTICS, 2(5), 63-67.
5. Ruzimovna, K. G., & Xolmanova, Z. Formation and Development of Axiolinguistics. International Journal on Integrated Education, 3(9), 128-131.
6. Rasulovna, K. R. (2023). Complex Nickel (II) Compounds Based on Acylhydrazones of Aroyltrifluoracetylmethanes. EUROPEAN JOURNAL OF INNOVATION IN NONFORMAL EDUCATION, 3(10), 3-5.
7. Алимова М.М, Ибодуллаев Д.И, & Олимова М.М. (2023). ФИТОТЕРАПИЯ ПРИ КЛИМАКТЕРИЧЕСКОМ СИНДРОМЕ. *International Conference on Multidisciplinary Science*, 1(5), 4. Retrieved from <https://mjstjournal.com/index.php/icms/article/view/271>