МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«ПЕНЗЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

К. С. Бобкова, В. В. Сохранов-Преображенский, М. А. Лыгина

ТЕХНОЛОГИИ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ В КОНТЕКСТЕ РАЗВИТИЯ ОПЫТА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ

Учебно-методическое пособие

ПЕНЗА 2022

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Пензенский государственный университет» (ПГУ)

К. С. Бобкова, В. В. Сохранов-Преображенский,
М. А. Лыгина

ТЕХНОЛОГИИ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ В КОНТЕКСТЕ РАЗВИТИЯ ОПЫТА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ

Учебно-методическое пособие

Пенза
Издательство ПГУ
2022

УДК 37.01 (075)
ББК 74я7
Б72

Р е ц е н з е н т

кандидат педагогических наук, доцент,
доцент кафедры экологии, природопользования,
землеустройства и безопасности жизнедеятельности
Астраханского государственного университета
Т. В. Дымова

Бобкова, Ксения Сергеевна.

Б72 Технологии подготовки студентов в контексте развития опыта здоровьесбережения : учеб.-метод. пособие / К. С. Бобкова, В. В. Сохранов-Преображенский, М. А. Лыгина. – Пенза : Изд-во ПГУ, 2022. – 68 с.

В издании рассматриваются выводы и результаты, полученные в процессе концептуального обоснования и опытно-экспериментальной апробации готовности будущих педагогов-психологов к здоровьесберегающей профессиональной деятельности в ходе обучения дисциплинам психолого-педагогического цикла.

Издание предназначено для обучающихся по направлениям подготовки 44.04.01 «Педагогическое образование» и 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование», а также для преподавателей дисциплин психолого-педагогического цикла.

УДК 37.01 (075)
ББК 74я7

© Пензенский государственный
университет, 2022

ВВЕДЕНИЕ

Пособие составлено с учетом требований Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС ВО) по направлению подготовки 44.04.01 «Педагогическое образование», утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 22 февраля 2018 г. № 126, с изменениями и дополнениями от 26 ноября 2020 г., 8 февраля 2021 г.

ФГОС ВО представляет собой совокупность требований, обязательных при реализации основных образовательных программ образовательными учреждениями (ОУ) высшего образования на территории Российской Федерации. При этом одно из главных требований к условиям реализации образовательных программ на основе ФГОС – это сохранение и укрепление здоровья учащейся молодежи. В связи с этим высоким спросом пользуется широкое использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий в сочетании с внеаудиторной работой с целью развития готовности обучающихся к здоровьесберегающей профессиональной деятельности в контексте их будущей профессиональной деятельности. Охрана здоровья человека – одна из важнейших функций государства, поэтому в послании Президента В. В. Путина Федеральному собранию РФ отмечено, что «вопросам сохранения и укрепления здоровья людей в России уделяется особое внимание, и они по праву включены в число приоритетных национальных проектов» [10].

Качество образования граждан в современном обществе – важнейший показатель социально-культурного и экономического развития страны. У человека появляются установки на саморазвитие в контексте будущей профессиональной деятельности через проектирование и организацию эффективных образовательных процессов и формирование профессионально значимых компетенций. В то же время происходящие в нашей стране реформы показывают, что актуализировались новые функции образования, в частности, обеспечение реализации здоровьесберегающих технологий в педагогическом процессе вуза.

Многочисленными исследованиями доказано, что студенты высших учебных заведений относятся к группе людей с повышенным риском заболеваний в связи с большой психоэмоциональной и умственной нагрузкой и не эффективно организованным образовательно-воспитательным процессом, который с каждым годом становится все более напряженным и технологичным, а значит, и здоровьезатрат-

ным [5,7]. Статистические данные показывают, что 90 % выпускников общеобразовательных школ, поступающих на первый курс различных вузов страны, имеют какие-либо отклонения в состоянии здоровья. В некоторых вузах число студентов, отнесенных к специальной медицинской группе, возрастает с 12 % на первом курсе до 30–40 % на четвертом [9].

В национальной доктрине образования и в федеральной программе «Развитие образования» в качестве ведущих выделяются задачи сохранения здоровья, оптимизации учебного процесса, разработки здоровьесберегающих технологий обучения и формирования ценности здоровья и здорового образа жизни [9,10].

Знание и использование здоровьесберегающих технологий в образовательной среде вуза способствует повышению профессиональной компетентности руководителей ОУ, преподавателей, кураторов, необходимой для успешного выполнения здоровьесберегающей деятельности с учетом новых условий, запросов и потребностей государства и общества в целом.

ЧАСТЬ 1

ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ И СТУДЕНТОВ В СОВРЕМЕННЫХ НАУЧНЫХ ИССЛЕДОВАНИЯХ

Проблема сохранения здоровья была актуальна еще в древности.

Началом возникновения идеи здоровьесбережения следует считать V–II вв. до н.э., когда в Древнем Риме появились валеотугенарии, отвечающие за здоровье и работоспособность рабов. В тот же период греческие ученые обосновали значение закаливания, физических упражнений и здорового образа жизни.

Идея здоровьесбережения рассматривалась Платоном. Последующие поколения ученых развили ее. Аристотель же высказал идею природосообразности, которую развил Я. А. Коменский. Этот принцип заключается в том, что человек, будучи частью природы, подчиняется ее универсальным законам. Ж.-Ж. Руссо рассматривает природосообразность как следование и помощь природе ребенка.

В России над преобразованием дела воспитания работали прогрессивные общественные деятели и педагоги – И. И. Бецкой, Н. И. Новиков, Ф. И. Янкович. Н. И. Новиков в статье «О воспитании и наставлении детей» отмечает, что «первой главной частью воспитания является попечение о теле, поскольку образование тела и тогда уже нужно, когда иное образование не имеет еще места» [15].

В конце XIX – начале XX в. в России нарастает общественное движение в области народного образования. В это время работает П. Ф. Лесгафт – крупный ученый, организатор педагогического движения за введение физического воспитания в школы и другие детские учреждения. В труде «Руководство к физическому образованию детей школьного возраста» Лесгафт предлагает оригинальную систему физического воспитания на основе закона постепенности и последовательности развития и закона гармонии [13].

В период становления советской педагогики основное внимание уделялось трудовому воспитанию подрастающего поколения в органичной связи с умственным, физическим и эстетическим. Здоровье ребенка рассматривалось в его развитии через выполнение физического труда (Н. К. Крупская, П. П. Блонский, С. Т. Шацкий, В. Н. Шацкая, А. С. Макаренко и др.). Была создана широкая сеть дет-

ских учреждений нового типа, оздоровительные площадки, школы на открытом воздухе – лесные, степные, приморские, санаторные.

В 1980 г. И. И. Брехманом был предложен термин «валеология», который обозначил направление в науке, связанное с изучением здоровья и выявлением методов его активного формирования. На стыке наук о человеке развивается новое направление в педагогической науке – педагогическая валеология как наука о включении человека в процесс формирования своего здоровья.

Теория и практика вопроса, включенного в дефиницию «здоровьесбережение», в последнее десятилетие вновь становятся объектом для изучения. При этом каждый исследователь пытается разнообразить смысл этого понятия. В данном контексте любое понимание широкоупотребительного термина «здоровье» является относительным, носит выраженный исторический и социокультурный характер. Как правило, интерпретация термина «здоровье» является отражением картины мира, актуальной в обществе.

Согласно современным представлениям, здоровье человека определяется гармоничностью его физического развития, функциональным состоянием организма, прежде всего резервными возможностями сердечно-сосудистой системы, устойчивостью к действию неблагоприятных факторов.

Здоровье, формируемое под влиянием ряда факторов, во многом детерминировано социальными факторами. Г. И. Царегородцев считает, что здоровье человека более чем на 50 % зависит от образа жизни, на 20–25 % – от окружающей среды и на столько же от наследственности и системы здравоохранения. Он называет ведущими следующие факторы: режим дня, экологию, внутреннюю среду помещений, организацию физического воспитания, медико-санитарную помощь и т.д. [11].

Но прежде чем говорить о формировании здорового образа жизни, следует определить содержание понятия «здоровье».

Согласно определению Всемирной организации здравоохранения, «здоровье – это полное физическое, психическое и социальное благополучие, а не только отсутствие болезни, т.е. это физическая, социальная, психологическая гармония человека, доброжелательные отношения с людьми, природой и самим собой» [9].

Некоторые авторы связывают здоровье со способностью человека приспосабливаться к воздействию окружающей среды, другие понимают его как величину резервных мощностей основных функциональных систем организма.

Более широкое понимание категории «здоровье» включает в себя способность к выполнению не только психобиологических, но

и социальных функций. Академик В. П. Казначеев определяет здоровье как «процесс сохранения и развития физиологических, биологических и психических функций, оптимальной трудовой и социальной активности при максимальной продолжительности активной творческой жизни» [7].

С физиологической точки зрения определяющими являются следующие формулировки:

– индивидуальное здоровье человека – естественное состояние организма на фоне отсутствия патологических сдвигов, оптимальной связи со средой, согласованности всех функций (Г. З. Демченкова, Н. Л. Полонский);

– здоровье представляет собой гармоничную совокупность структурно-функциональных данных организма, адекватных окружающей среде и обеспечивающих организму оптимальную жизнедеятельность, а также полноценную трудовую жизнедеятельность;

– индивидуальное здоровье человека – это гармоническое единство всевозможных обменных процессов в организме, что создает условия для оптимальной жизнедеятельности всех систем и подсистем организма (А. Д. Адо);

– здоровье – это процесс сохранения и развития биологических, физиологических, психологических функций, трудоспособности и социальной активности человека при максимальной продолжительности его активной жизни (В. П. Казначеев) [4].

Здоровье студентов – это состояние полного социально-биологического и психического благополучия при уравновешенности процессов жизнедеятельности с социальными и природными характеристиками территории. Состояние здоровья студентов, как и населения в целом, не только важный индикатор общественного развития, отражение социально-экономического и гигиенического благополучия страны, но мощный экономический, трудовой, оборонный и культурный потенциал общества, фактор и компонент благосостояния. Поэтому познание закономерностей его формирования имеет чрезвычайно большое значение как для государства в целом, так и для каждого его гражданина.

В специальной литературе здоровье студентов рассматривается, в частности, с позиции теории адаптации. Процесс адаптации развивается на основе взаимодействия регуляторных систем. Нарушение их деятельности приводит к функциональным и органическим изменениям в организме. Даже незначительные отклонения в адаптивном потенциале человека могут вызывать самые разнообразные сдвиги в состоянии здоровья. Снижение адаптационных возможностей орга-

низма некоторыми авторами рассматривается в качестве основного фактора риска заболеваемости.

Обращаясь к вопросу о воздействии факторов, в целом влияющих на здоровье человека, следует отметить, что исследователи выделяют две основные группы:

1) факторы, укрепляющие здоровье, – факторы здоровья;

2) факторы, ухудшающие здоровье, – факторы риска.

Остановимся на второй группе. Факторы риска определяются как сочетание условий, агентов, как определенное физиологическое состояние, образ жизни, значительно увеличивающий подверженность той или иной болезни, повышающий вероятность утраты здоровья, возникновения и рецидива болезней. Механизм их влияния на организм заключается в снижении резистентности, нарушении развития под воздействием причинных агентов.

В эпидемиологических исследованиях широкое распространение получила концепция, согласно которой действие факторов риска является сугубо индивидуальным и вероятность возникновения и развития того или иного заболевания зависит от адаптационных возможностей организма [3].

Целью деятельности участников образовательного процесса по сбережению здоровья студентов является осознание индивидуальных потребностей и особенностей развития, на основе которых возможно создание индивидуального здорового образа жизни. Эта цель может быть достигнута с помощью реализации психолого-педагогического, медико-биологического и экологического воспитания и образования в структуре системы формирования здорового образа жизни у студентов.

Здоровый образ жизни (ЗОЖ) – это образ жизни, основанный на принципах нравственности, рационально организованный, активный, трудовой, закаливающий и в то же время защищающий от неблагоприятных воздействий окружающей среды, позволяющий до глубокой старости сохранять нравственное, психическое и физическое здоровье [17].

В ЗОЖ включают разные составляющие, но базовыми считаются следующие:

– воспитание здоровых привычек и навыков;

– окружающая среда: безопасная и благоприятная для обитания, знания о влиянии окружающих предметов на здоровье;

– отказ от вредных привычек – курения, употребления алкоголя и наркотиков;

– питание: умеренное, соответствующее физиологическим особенностям конкретного человека, информированность о качестве употребляемых продуктов;

– движение: физически активная жизнь, включая специальные физические упражнения, с учетом возрастных и физиологических особенностей;

– формирование межличностных отношений в трудовых коллективах, семьях, воспитание толерантного отношения к больным и инвалидам;

– гигиена организма: соблюдение правил личной и общественной гигиены, владение навыками первой помощи;

– закаливание.

Основные условия формирования ЗОЖ студентов университета в процессе профессионально направленного воспитательного процесса обеспечивают приобретение студентами опыта здоровьесберегающих профессиональных связей и отношений.

Для формирования ЗОЖ студентов требуется:

1. Осуществление комплексного подхода к формированию ЗОЖ студентов университета в учебном процессе.

2. Проведение мониторинга уровня сформированности ЗОЖ студентов.

3. Обеспечение оздоровительного эффекта у студентов в воспитательно-образовательном процессе по физическому воспитанию при условии координации, дифференциации, индивидуализации физического воспитания студентов.

4. Первоочередное содействие в сохранении и укреплении здоровья социально незащищенных студентов: сирот, инвалидов, малообеспеченных студентов и студентов с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ).

Относительно дефиниции «здоровьесбережение», при множестве подходов и трактовок, наиболее распространенной формулировкой является следующая: здоровьесбережение – процесс сохранения и укрепления здоровья.

Здоровьесбережение – это активность людей, направленная на улучшение и сохранение здоровья, а также согласованность и единство всех уровней жизнедеятельности человека.

В целом же термин «здоровьесбережение» имеет многогранное содержание:

1. Деятельность, направленная на улучшение и сохранение жизни человека – на оздоровление, лечение, восстановление физических сил и т.п. (рекреационная, хозяйственно-бытовая).

2. Деятельность, направленная на укрепление и создание семьи.

3. Профессиональная активность, трудовая деятельность.

4. Социально-культурная деятельность (общественная активность).

5. Духовно-нравственная активность.

Здоровьесбережение – общее понятие образа жизни, содержащее уровень его культуры, благоприятные условия жизнедеятельности человека, в том числе поведенческой, и гигиенических навыков, позволяющих сохранять и укреплять здоровье, способствующих предупреждению нарушений здоровья и поддерживающих оптимальное качество жизни.

Здоровьесбережение содержит такие части, как:

1. Социальная культура здоровья, определяющая эффективность социальной политики государства и основанная на выборе социумом здоровья населения как ценности, как первого приоритета общественной безопасности и благополучия, как ведущего критерия качества жизни каждого члена общества.

2. Гигиеническая и физическая культура – определяет двигательную активность, спорт, культуру питания, труда и отдыха.

3. Психогигиеническая культура, обеспечивающая защиту человека от интеллектуальных и эмоциональных отрицательно-экстремальных факторов социума.

4. Духовная культура, необходимая для психосоциального развития личности; формируется на основе совести, долга, доброты и отрицания злобы, зависти и корысти.

5. Культура воспитания у детей и молодежи ЗОЖ.

6. Культура планирования семьи, оказывающая существенное влияние на здоровье будущих поколений.

7. Индивидуальная культура, обеспечивающая воспитание у человека культуры здоровья как ценности личности. Индивидуальная культура формируется в процессе образования и самообразования и предполагает наполнение системы преподавания информацией о здоровье и ЗОЖ.

Здоровьесбережение – основа профилактики заболеваний. Человек, определяя для себя образ жизни, сам регулирует уровень вероятности любого заболевания. Здоровьесбережение на уровне личности предполагает выбор таких форм активности, которые способствуют сохранению и укреплению здоровья человека. Выбор определяется уровнем культуры человека, освоенных знаний и жизненных установок, определенным комплексом норм поведения, которые предусматривают здоровьесбережение. Это прежде всего:

1. Соблюдение оптимального двигательного режима с учетом гендерных, возрастных и физиологических особенностей.

2. Сбалансированное, регулярное, рациональное питание.

3. Отказ от саморазрушительного поведения – курения, употребления психоактивных веществ, злоупотребления алкоголем.

4. Соблюдение правил личной и общественной гигиены.

5. Соблюдение правил психопрофилактики и психогигиены.

6. Повышение уровня медицинских знаний, овладение навыками самоконтроля состояния здоровья.

7. Здоровое сексуальное поведение.

Под здоровьесбережением в образовательном пространстве также следует понимать процесс сохранения и укрепления здоровья, направленный на преобразование интеллектуальной и эмоциональной сфер личности студента, повышение ценностного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих на основе осознания студентом личной ответственности (рис. 1).

Рис. 1. Здоровьесберегающие технологии в образовании

В центре здоровьесберегающей системы образования находятся педагогические здоровьесберегающие технологии (ПЗТ). Остальные технологии имеют сопряженный характер: образовательные технологии здоровьесбережения (ОТЗ); технологии здоровьесберегающей социальной среды (ТЗССО); физкультурно-образовательные технологии

(ФОТ); медико-гигиенические технологии (МГТ); технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности (ТОБЖ); экологические здоровьесберегающие технологии (ЭЗТ); технологии психологического сопровождения системы образования (ТПССО); организационно-управленческие здоровьесберегающие технологии (ОУТЗСО).

К здоровьесберегающим технологиям относятся:

– условия обучения (отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания);

– рациональная организация учебного процесса (в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями);

– соответствие учебной и физической нагрузки возрастным возможностям;

– необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим.

В совокупности сопряженных здоровьесберегающих технологий особое место занимают образовательные технологии в сфере здоровья, физической культуры, культуры ЗОЖ, обеспечивающие самостоятельность и свободу в этой сфере:

– рефлексивность – способность выходить за пределы собственного «Я», осмысливать, изучать, анализировать свои возможности, способности, социальную и личностную значимость в контексте своего здоровья, стремление к самоуважению, самоутверждению и повышению уровня здоровья;

– коллизивностъ – способность обнаруживать, идентифицировать и анализировать скрытые (неявные, имплицитные) причины и факторы состояния здоровья и культуры ЗОЖ как в личностном, так и социальном плане; понимать внешние проявления событий посредством познания их внутренних источников, связей, механизмов развития, сути, смысла и на основе всего осуществлять прогноз;

– мотивирование – способность придавать личностный смысл собственной оздоровительной деятельности, отношениям с людьми (способствует выработке личностных жизненных целей и ценностной ориентации);

– опосредование – вывод сознания на уровень перевода внешних воздействий во внутренние импульсы поведения;

– ориентирование – умение выбирать оздоровительные системы для построения индивидуального мировоззрения, плана и программы деятельности;

– автономность – способность личности независимо от внешних социальных воздействий, культуры, среды организовывать и строить свое здоровье;

– смыслотворчество – определение и порождение системы личностных смыслов в здоровье и деятельности по его поддержанию;

– самоактуализация – высший уровень проявления духовного и творческого потенциала личности, стремление к самостоятельности, автономности и полному выявлению своих личностных возможностей, переход от состояния возможностей в состояние действительности;

– самореализация – стремление к признанию своего «Я» в культуре ЗОЖ окружающими, самостоятельное создание условий для его полного проявления [8].

Суть здоровьесберегающих педагогических технологий как функциональных систем творческого управления учебно-познавательной и практической деятельностью учащихся определяется совокупностью известных на сегодняшний день педагогических концепций гуманистической направленности.

Концепция «поиска истины» Сократа. Основные ценности предложенного им подхода к педагогической деятельности – душа, личность, свобода, выбор, самоопределение.

Концепция самоактуализации А. Маслоу. В педагогике актуализировать означает «извлекать, востребовать спрятанные (заложенные в сознании) от природы духовно-нравственные ценности, делать их значимыми для личности». Согласно А. Маслоу, тенденция к самоактуализации составляет сущность, ядро личности, это есть стремление человека постоянно воплощать, реализовывать свои способности, свою сущность. Но реализовывать, воплощать себя человек может только в деятельности. Потребность в самореализации и потребность в деятельности являются единым для личности. Развитие человека в этой связи представляется как восхождение по лестнице потребностей, имеющей уровни. Самый высокий – потребность в самоактуализации, самореализации и творчестве. Актуализироваться – значит становиться реальным, существовать фактически, а не только в потенциальности [9].

Обобщенная концепция генетической нравственности. Ставит вопрос о смысле, цели, ценности жизни, о совести, сознании, стыде и дает на них ответы, но эти ответы не абсолютная истина, а один из наиболее продуманных, субъективных вариантов ее понимания, ориентир для дополнения миллионами других пониманий. Сегодня

на смену необходимости ломать и подгонять развивающегося человека средствами воспитания к некой совершенной модели личности приходит необходимость плавного и осторожного развития человеческого измерения. В связи с этим личность может рассматриваться как взаимодействие двух программ – генетической и социальной.

Здоровьесбережение в образовании как ценность представлено тремя взаимосвязанными блоками – ценность государственная, общественная, личностная.

Здоровье человека как личное достояние – это залог полноценной жизни. Здоровый человек может учиться, овладеть любой специальностью, полностью развить свои способности, работать при любой нагрузке, родить и вырастить детей. Ценность здоровья для общества – это производительность труда и богатство, обеспечение рабочих мест и решение проблемы занятости населения. Здоровье ценно для государства в регуляции народонаселения, борьбе со старением общества, защите государства.

Здоровьесбережение как система характеризует собственно здоровьесберегающий аспект функционирования учебного заведения соответствующего уровня и профиля.

Любая такая система состоит из следующих взаимосвязанных компонентов: целей здоровьесберегающей деятельности; содержания этой деятельности (фиксируемого в планах, программах, учебниках, учебных пособиях, компьютерных обучающих программах, разнообразных видео-, информационных, телекоммуникационных и т.п. средствах); методов сбережения здоровья (процессуально понимаемой технологии здоровьесберегающей деятельности); средств, используемых в процессе здоровьесбережения; организационных норм, в которых здоровьесберегающая деятельность реализуется с тем или иным эффектом.

Система здоровьесберегающего образования наряду с обеспечением необходимых условий для полноценного естественного развития ребенка способствует формированию у него осознанной потребности в здоровье, пониманию основ ЗОЖ, обеспечивает практическое освоение навыков сохранения и укрепления физического и психического здоровья.

При этом система здоровьесберегающего образования может быть основана на следующих принципах:

1. Принцип природосообразности.

2. Принцип уникальности личности, в контексте которого цель и смысл образования – развитие уникальности и неповторимости каждого человека.

3. Принцип дополнения. Реализация этого принципа ведет к принятию и осознанию того, что природа творит все на земле, и человека в том числе, как дополнение одно другому; люди нужны друг другу, потому что для реализации своей жизненной задачи человеку необходима помощь других людей; без взаимодействия невозможно познать и реализовать себя; к взаимопониманию ведет умение слушать другого, принимать и согласовывать мнения и результаты деятельности.

4. Принцип неопределенности. Открывает путь к творчеству и сотворчеству, где ни дети, ни взрослые не имеют представления о том, что же они вместе получат в конечном итоге.

5. Принцип резонанса. Он признает в ребенке творца от природы. При этом назначение образования – моделировать ситуации для проявления человеком своих возможностей.

Итак, здоровьесбережение как процесс в образовании проходит в определенных организационных формах (индивидуальных, групповых, коллективных), с привлечением самых разнообразных средств.

Здоровьесберегающие технологии являются составной частью и отличительной особенностью всей образовательной системы, поэтому все, что относится к ОУ, т.е. характер обучения и воспитания, уровень культуры педагогов, содержание образовательных программ, условия проведения учебного процесса и т.д., имеет непосредственное отношение к проблеме здоровья. Необходимо лишь увидеть эту связь. Все существующие здоровьесберегающие технологии реализуются на основе личностно-ориентированного подхода. Осуществляемые на основе личностно-развивающих ситуаций, они относятся к тем жизненно важным факторам, благодаря которым студенты учатся жить вместе и эффективно взаимодействовать.

Вопросы к занятию

1. Дайте определение терминам «здоровье» и «здоровьесберегающее обучение».

2. Назовите этапы технологии организации здоровьесберегающего взаимодействия в образовательном процессе и раскройте их сущность.

3. Назовите формы взаимодействия преподавателя и студентов.

4. Назовите основные задачи здоровьесбегерающих технологий в образовании.

5. Охарактеризуйте критерии обучения при использовании здоровьесберегающих технологий.

Вопросы и задания для самостоятельной работы студентов

1. Изучите федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями на 2022 год и проанализируйте принципы государственной политики в области образования.

2. Изучите Стратегию развития воспитания в РФ на период до 2025 г.

3. Проанализируйте основные концепции здоровьесберегающих технологий в вузе.

4. Проанализируйте здоровьесберегающее взаимодействие преподавателей и студентов в вузе как педагогическую проблему.

Тематика рефератов, докладов для студентов

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» 2012 г. (с изменениями на 2022 г.) об основных принципах государственной политики и правового регулирования отношений в сфере образования.

2. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 г. как основа развития отечественной системы образования.

3. Взаимоотношения преподавателей и студентов. Формирование педагогического мастерства и психологической культуры преподавателя высшей школы.

4. Особенности организации здоровьесберегающего взаимодействия студентов и преподавателя в условиях современной высшей школы.

5. Педагогическое обеспечение здоровьесберегающего взаимодействия преподавателей со студентами высших образовательных учреждений.

6. Три формы взаимодействия преподавателя и студентов: пассивная, активная и интерактивная – в контексте реализации здоровьесберегающих технологий в вузе.

7. Позиции преподавателя в процессе взаимодействия со студентами.

8. Сущность и формы здоровьесберегающих технологий обучения, используемых в современном образовательном процессе.

9. Структура готовности преподавателей к реализации в вузе здоровьесбергающих образовательных технологий.

Список литературы

1. Артюнина Г. П. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. М. : Академический проект, 2009. 766 с.

2. Вайнер Э. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. М. : КноРус, 2017. 480 с.

3. Вдовина Л. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебник. Ростов н/Д. : Феникс, 2017. 276 с.

4. Дьяконов И. Ф. Основы здорового образа жизни для всех. СПб. : Спецлит, 2018. 126 с.

5. Мисюк М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учеб. пособие. М. : Юрайт, 2012. 431 с.

ЧАСТЬ 2

СОВРЕМЕННАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ СИТУАЦИЯ КАК ОСНОВА ГОТОВНОСТИ БУДУЩИХ ПЕДАГОГОВ-ПСИХОЛОГОВ К ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Образование является приоритетной сферой развития общества, так как от нее зависит социально-культурное и социально-экономическое развитие страны. Мировой и отечественный опыт свидетельствует о том, что любые изменения в образовательной системе практически неосуществимы до тех пор, пока не происходит изменение качества профессиональной деятельности самого педагога. Принятие концепции модернизации образования, разработка и реализация задач федеральной целевой программы «Развитие образования», конкурсные отборы в рамках приоритетного национального проекта «Образование» поставили перед педагогами новые задачи, обусловленные современным пониманием миссии образования [10]. Поле профессиональной деятельности современного педагога усложняется и наполняется новым содержанием. Сегодня важнейшей характеристикой профессионализма учителя является умение устанавливать взаимодействие с другими субъектами образовательного процесса; создавать и использовать образовательную среду; проектировать и осуществлять профессиональное самообразование. Возникает необходимость в развитии системы непрерывного педагогического образования, в овладении новыми технологическими и методическими знаниями, в развитии рефлексивных способностей учителя.

Современное общество предъявляет к работе будущих специалистов требования, предполагающие наличие у них самостоятельного аналитического мышления, гибкого реагирования на меняющиеся условия социальной среды. Молодому специалисту требуется немало времени, чтобы адаптироваться к условиям рабочего места после окончания учебного заведения. Одним из главных условий для реализации готовности специалиста к будущей профессиональной деятельности является наличие у него способности самостоятельно принимать решения, используя полученные компетенции. Отечественные ученые О. С. Анисимов, А. А. Деркач, Н. В. Кузьмина, В. А. Сластенин и др. констатировали, что используемая в высшем образовании информационная модель обучения нацеливает студентов не только на принятие, но и на переработку информации, а также ее освоение.

Такого рода модель детерминирует пассивную роль студента и формирует мотивы «избегания неудачи», инициирует приобретение необходимых компетенций, практически не способствует формированию психологической готовности к профессиональной деятельности [16].

Современная образовательная ситуация в Российской Федерации характеризуется рядом разнонаправленных тенденций, отражающих процессы, связанные с переоценкой теоретико-познавательного рассмотрения проблемы формирования человека и ее отражения в специальном научном знании. Это актуализирует обращение к теории и истории педагогической науки, нацеливает на переосмысление представлений об ее истоках, формирующем потенциале, путях развития методологического знания и решения эпистемологических проблем в истории учений о человеке [17].

Цифровизация – это реальность и одновременно вызов современности. Рассматривая вопрос о цифровых технологиях в высшем образовании, необходимо отметить, что движение в данном направлении не является самоцелью, а имеет более глубокий смысл и цели. Образование в течение всей жизни приобретает все большее значение для общества, экономики и благосостояния граждан нашей страны.

Цифровизация образования стала ключевой характеристикой изменений в системе образования в последние несколько лет. Наблюдающийся переход из количественного состояния (увеличение цифровых платформ, массовая компьютеризация и оцифровка всевозможных процессов в различных сферах и т.д.) в качественное (внедрение искусственного интеллекта, блокчейна, работа с большими базами данных и т.д.) серьезным образом изменил образовательный ландшафт по всему миру, способствовал появлению новых сущностей в образовании. Из межличностного коммуникативного процесса образование, по сути, превратилось в технологический процесс, зависимый от использования развивающихся стремительными темпами информационных технологий. За последние несколько лет возникли принципиально новые образовательные онлайн-проекты, сравнимые с «лавиной цифровых инноваций».

В распоряжении Правительства РФ от 21 декабря 2021 г. № 3759-р «Об утверждении стратегического направления в области цифровой трансформации науки и высшего образовании» четко обозначены цели и задачи цифровизации высшего образования. Целью цифровой трансформации сферы науки и высшего образования является достижение высокого уровня «цифровой зрелости» образовательными организациями высшего образования, научными организа-

циями и ответственным отраслевым федеральным органом исполнительной власти Российской Федерации [10].

Задачами цифровой трансформации являются:

– повышение качества высшего образования и научных исследований за счет внедрения комплексного подхода к цифровой трансформации через трансформацию пяти основных блоков, оказывающих наибольшее влияние на деятельность образовательных организаций высшего образования и научных организаций – «Цифровые сервисы», «Информационные системы», «Управление данными», «Инфраструктура», «Кадры»;

– внедрение инструментов, которые позволяют использовать в том числе методы прогнозной (предиктивной) аналитики для принятия стратегических решений;

– повышение эффективности деятельности Министерства науки и высшего образования Российской Федерации, образовательных организаций высшего образования и научных организаций за счет внедрения цифровых инструментов работы;

– создание механизмов для участия предпринимателей, государственных корпораций и компаний с государственным участием, органов власти субъектов Российской Федерации в решении наиболее важных проблем развития области науки и высшего образования Российской Федерации.

Цифровые технологии способствуют появлению ряда многообещающих проектов и платформенных решений в таких областях, как управление учебным процессом, оценка и сертификация результатов обучения, социальные сети для преподавателей и студентов, исследователей и работодателей и т.д.

Технологические тренды, влияющие на образовательный процесс (по версии The 2020 Educause Horizon Report): искусственный интеллект, технологические последствия его использования; цифровая обучающая среда следующего поколения; аналитика и вопросы конфиденциальности в сети.

Основные тренды в высшем образовании: изменение численности студентов; альтернативные траектории в образовании (нано- и микростепени, компетентностно-ориентированные программы, расширение коллабораций в обучении); онлайн-образование.

Технологии и практики, которые, по мнению экспертов, окажут значительное влияние на будущее преподавания, являющиеся инновационными и вносящие существенный вклад в образование: адаптивные технологии обучения как часть индивидуализированного обу-

чения; искусственный интеллект / машинное обучение; отслеживание достижений студентов; повышение уровня учебного дизайна и UX-дизайна в педагогике; открытые образовательные ресурсы; XR-(AR-/VR-/MR-/тактильные) технологии.

Цифровая трансформация – это разговор не столько о новых технологиях и перестройке бизнес-процессов, сколько о людях, которым важно обладать необходимыми компетенциями для работы с этими технологиями [13].

Цифровизация образования:

– требует развития новых компетенций у преподавателей и сотрудников вузов – формирование цифрового образовательного контента, организация смешанного обучения, навыки цифровой педагогики, предпринимательские компетенции и др.;

– приводит к появлению новых профессий в вузах – педагогические дизайнеры и разработчики цифровых образовательных ресурсов, создатели и методисты онлайн-курсов, администраторы массовых открытых онлайн-курсов (МООК), тьюторы, цифровые кураторы и др.

По результатам опроса студентов вузов России о работе в удаленном режиме в период вынужденного перехода на дистанционное обучение в марте-июне 2020 г. только 8,7 % опрашиваемых указали на такую проблему, как отсутствие необходимых технических навыков и компетенций в организации своего удаленного обучения. Это говорит о том, что нынешнее поколение молодых людей уже вполне адаптировано и интегрировано в цифровое образовательное пространство.

Современной тенденцией для университетов является развитие функциональной электронной информационно-образовательной среды, организация учебного процесса с масштабным применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий. Цифровой университет – это больше, чем приспособление цифровых инструментов под нужды традиционного образования. Необходимо перестроить и программы, и весь подход к обучению – ориентироваться не только на требования к специальности, но и на учащегося, его персональные потребности и возможности. Использование вузами новых технологий позволит сформировать индивидуальный подход к профессионально направленной педагогической системе вуза, поскольку система, которая основывается в том числе на обработке больших данных, позволяет учитывать интересы каждого – не только обучающегося, но и преподавателя.

Термин «электронное обучение» в научной литературе имеет множество определений, которые можно в основном свести к следующему: электронное обучение – обучение, построенное с использованием информационно-коммуникационных технологий, охватывающее весь спектр педагогических, организационных и технических действий преподавателей, администрации, инженерно-технического персонала учебных учреждений и обучающихся по применению в обучении и самообразовании электронных инструментов, а также по разработке электронного учебного контента, программированию последовательности его изучения, доставке его обучающимся, организации работы с учебным цифровым контентом и проверке результатов самообучения [5].

Сценарий «Персонализация» назван в материалах исследования группы немецких ученых «Сценарии электронного обучения в высшей школе» одним из восьми основных сценариев электронного обучения.

Анализ текущей ситуации развития средств и методов электронного обучения показывает, что именно сценарий «Персонализация» становится в настоящее время мировым трендом в электронном обучении. Авторы исследования, проведенного американским консорциумом новых медиа (New Media Consortium), относят персонализацию к актуальным труднорешаемым проблемам высшего образования: «проблема, которую мы понимаем, но способ решения которой пока неуловим». Растущую популярность персонализации у потребителей (обучающихся) можно объяснить, с одной стороны, отражением естественного для человеческой природы желания индивидуального подхода к личным запросам, с другой – обусловленным технологическими достижениями ростом потребности людей в еще большей производительности и комфортности работы по овладению новыми компетенциями. Преподаватели обращаются к электронным инструментам персонализации, с одной стороны, удовлетворяя растущий рыночный спрос, с другой – для интенсификации процесса обучения. Спрос потребителей – и обучаемых, и преподавателей – рождает соответствующие технологические предложения от разработчиков электронных платформ обучения.

Значение педагогической составляющей описываемого сценария обусловлено появлением возможности существенно приблизиться в электронном обучении к реализации педагогического принципа «индивидуальный подход к обучающимся», признаваемого всеми современными педагогическими теориями.

Анализ описанного в научной литературе мирового опыта электронного обучения позволяет утверждать, что сценарий «Персонализация» в электронном обучении может быть реализован в нескольких формах: через дифференцированное обучение, через расширение автономности обучающегося вплоть до самообразования, через адаптивное обучение [11].

Дифференцированное обучение подразумевает разделение обучающихся на группы, для каждой из которых, с учетом интересов, способностей, мотивации обучающихся, подбираются специфические методы и приемы учебной работы. Этот путь характерен и для персонализации неэлектронного обучения, и реализуем он с меньшими затратами, чем остальные формы, поскольку для его осуществления не требуется дорогостоящая разработка программного обеспечения.

Расширение автономности обучающегося особенно востребовано для больших вводных курсов в американских университетах и колледжах, в процессе изучения которых студенты определяют, какой набор дисциплин они будут изучать в дальнейшем. Для российского высшего образования, к сожалению, такой подход не характерен: учебные программы, как правило, разработаны заранее с жестко фиксированным набором дисциплин, образовательная траектория едина для всех и спланирована без участия обучающегося.

Электронное обучение предоставляет обучающемуся возможность самому выбирать учебные задачи, контент и дидактические средства для достижения образовательной цели, т.е. способствует его самообразованию. На наш взгляд, для обеспечения персонализации при самообразовании можно использовать все формы учебной работы, определенные исследователями как характерные для другого сценария электронного обучения – «Взаимодействие и совместное обучение»: использование социальных сетей, пиринговое и совместное онлайн-обучение.

Следует отметить, что путь «расширение автономности обучающегося вплоть до самообразования» доступен только пользователю, обладающему высокого уровня информационными, в частности мультимедийными, компетенциями, и добавим – способному составить собственную программу продвижения к учебной цели. Этот путь наиболее полно реализуем в дополнительном образовании специалистов. Среди студентов вузов, в частности российских, на сегодняшний день составить такую программу смогут лишь единицы, поэтому на первый план выходит третья форма персонализации электронного обучения – адаптивное обучение.

Адаптивное обучение определяется аналитиками образования и как концепция, и как инструмент и предполагает возможность предоставления студенту подходящих лично ему инструментов обучения, выбора объема получаемых знаний и индивидуальной траектории обучения. В идеале при предоставлении учебного контента и заданий обучаемому должны учитываться его эмоциональное состояние, пол, особенности восприятия текстовых и аудиовизуальных видов учебного контента, особенности культуры, уровень сформированности учебных навыков.

Адаптивная обучающая система (АОС), adaptive training system, tutorielle assistive systeme, intelligent tutoring systems – система, отражающая некоторые характеристики в модели обучаемого и применяющая данную модель для адаптации различных аспектов программированного обучения и контроля знаний. Можно выделить три уровня обучающих систем адаптивного обучения: обеспечивающие «пассивную», «активную» и «умную» адаптивность. Такая классификация как устоявшаяся приводится в онлайн-словарях европейских стран по психологии и педагогике [7].

Системы, обеспечивающие «пассивную адаптивность». Активная роль делегируется обучающемуся: на основе рекомендованного набора параметров обучающийся, исходя из собственных интересов, сам планирует траекторию своего продвижения в учебном материале, сроки изучения того или иного контента. В таких системах используются пассивные схемы «если…, → то…», простые системы гипертекста.

Системы, обеспечивающие «активную адаптивность». Сама система определяет на основании уже пройденного обучающимся учебного материала и на основе его ответов на тестовые вопросы траекторию его дальнейшего обучения. В таких системах используются активные схемы «если…, → то…», применяется программирование.

Системы, обеспечивающие «умную адаптивность». Система создает и постоянно корректирует полную психологическую картину обучающегося, картину его предпочтений и траекторию продвижения в освоении контента. В таких системах используются методы программирования на основе использования аналитики больших данных в области обучения – Learning Analytics. Разработка систем Learning Analytics предшествует созданию систем адаптивного обучения, предоставляя исходные данные для их проектирования.

Преимущества персонализации электронного обучения при помощи систем, обеспечивающих «умную адаптивность»:

– учебное планирование становится активным процессом, опирающимся на объективные данные;

– уровень сложности обучения соответствует индивидуальным особенностям обучаемого: учитывается уже имеющийся уровень подготовки, рационализируются конкретные пути достижения положительного результата;

– повышается мотивация обучающихся;

– при помощи системы пользователи могут выбрать для совместного обучения партнеров, равных им по образовательным возможностям и потребностям;

– предупреждается отчисление части обучающихся из-за неуспеваемости.

Трудности и недостатки персонализации как сценария электронного обучения можно свести к следующему перечню:

– есть риск неправильной трактовки учебных потребностей обучающихся из-за неправильной трактовки данных системами Learning Analytics;

– очень высоки затраты на создание адаптивных систем обучения и необходимых для их конструирования систем Learning Analytics;

– сколь дробными ни были бы классификации обучаемых, полностью отразить многообразие личностных характеристик пользователя на сегодняшний день никакая система не в состоянии;

– единый стиль персонификации – использование средних значений, выявляемых Learning Analytics и используемых для выстраивания типовых траекторий обучения (стиль персонификации образовательного опыта «дерево принятия решений») – противоречит индивидуальному подходу к обучаемому;

– при использовании адаптивных систем снижается способность обучающегося к самоорганизации своего продвижения в учебном процессе.

Таким образом, хотя индивидуальный подход в настоящее время по-прежнему в полной мере возможен лишь при работе преподавателя с обучаемым лицом к лицу, в процессе реализации сценария «Персонализация» возможности применения этого подхода в электронном обучении существенно расширяются.

Современные педагоги также уделяют большое внимание понятию поликультурности. По мнению Е. В. Бондаревской, педагогическая категория «поликультурность» означает создание различных культурных сред, где будет осуществляться развитие человека и где

он будет приобретать опыт культуросообразного поведения и ему будет оказана помощь в культурной самоидентификации и самореализации творческих задатков и способностей [3].

К настоящему времени проблема стала актуальной практически для всех регионов и территорий России, в большей степени для мегаполисов и крупных городов, но во все возрастающей мере и для малых городов, а также сельских поселений. Для поиска адекватных путей ее разрешения важно знать, в силу каких обстоятельств сложилась полиэтничность населения той или иной территории: была ли она исторически сформирована в процессе ее заселения и освоения или оказалась таковой в результате усилившихся в последние десятилетия миграционных процессов? В каждом отдельном случае необходим детальный анализ, чтобы выявить специфику ситуации и выбрать меры, позволяющие комплексно разрешать эту сложную социальную проблему средствами образования, с учетом общероссийских подходов и норм. Сегодня излишне доказывать, что необходима сбалансированная политика в сфере образования, учитывающая как общегосударственные российские интересы, так и национально-культурные особенности народов России.

К сожалению, данная позиция не находит прямого отражения в основополагающих документах по модернизации образования, а значит, и не получает непосредственного выхода на новые модели и механизмы управления образовательными системами. Вместе с тем без разрешения этой проблемы невозможно в полной мере ставить и решать задачи модернизации образования, воспитания подрастающего поколения в духе высокой нравственности, веротерпимости, готовности к межкультурному взаимодействию в условиях сложных общественных отношений.

В научно-педагогическом сообществе России идет дискуссия, связанная с поиском путей гуманитаризации и гуманизации образования, с определением нового социально-культурного типа личности, которая должна формироваться в образовательном процессе при сочетании общекультурного развития и всемерного сохранения национальных и региональных культурных традиций. Аспекты исследования проблемы поликультурного образования чрезвычайно разнообразны и отражены в работах Е. В. Бондаревской, В. П. Борисенкова, О. В. Гукаленко, Ю. С. Давыдова, Г. Ж. Даутовой, А. Н. Джуринского, М. Н. Кузьмина, З. А. Мальковой, Л. Л. Супруновой и др. Поликультурное пространство рассматривается в разных аспектах: как феномен культуры, механизм передачи социального опыта, сфера

педагогических ценностей, звено педагогической культуры преподавателя и новая информационная среда [1, 2].

Не отрицая важности отдельных аспектов, их теоретической и практической значимости для создания научного потенциала и полноценной поликультурной среды российского образования, заметим, что комплексное решение сложнейших задач возможно лишь при условии создания инновационных моделей управления, вобравших в себя не только наиболее ценный опыт поликультурного образования, но и современные средства эффективного менеджмента. Однако управленческий аспект наименее разработан. Полагаем, что угроза социальной нестабильности, возникающая в любом государстве из-за неподготовленности молодежи к жизни в условиях возрастающей полиэтничности общества и поликультурности среды, диктует необходимость возведения поликультурного образования в ранг государственной политики.

Под поликультурностью Н. А. Евлешина, Н. Н. Никитина, В. Р. Ясницкая и др. понимают совокупность социально-психологических характеристик, обеспечивающих возможность мирного сосуществования субъектов как представителей различных культур в условиях демократического гетерогенного социума.

По мнению А. В. Перцева, главным вопросом современных философов является вопрос о выяснении особенностей традиционного менталитета, сохраняющего значительную степень инерции по отношению к идеологическим – «демократическим» и «тоталитарным» – воздействиям, в различных постсоциалистических обществах [3]. Исследование этих особенностей позволит оценить эффективность уже произошедших на протяжении последних полутора десятилетий преобразований, определить перспективы дальнейшего реформирования посттоталитарных обществ и избрать наиболее действенные пути и средства такого реформирования (воздействия на общество с учетом особенностей инерции существующих в нем менталитетов). Данные идеи оптимизируют поликультурный компонент профессионально ориентированного образования.

Поликультурный компонент определен парадигмой применения в современной практике вуза лингвокультуроведческого подхода, предполагающего решение первостепенных задач изучения языковых и социокультурных процессов в ходе исторической эволюции этноса. Применение данного подхода в дидактическом плане основывается на паремическом творчестве и изучении оригиналов произведений великих классиков, которые являются лингвокультуремами, воссоздающими историко-культурный контекст.

Поликультурный подход рассматривался в работах таких исследователей, как Дж. Бэнкс, К. Грант, О. В. Гукаленко, Б. А. Жигалев, Н. В. Кузьмина, И. Ю. Макурина, В. В. Сохранов-Преображенский, Л. Л. Супрунова, П. Янг и др. Подходы к проблеме поликультурности в мировой педагогике эволюционировали от идеи ассимиляции обучаемых – теории аккомодации (Д. Равич и др.) этнических групп посредством воспитания – до политики плюрализма (Дж. Бэнкс и др.) [13, 15]. Поликультурное образование – это основа объединения многокультурного этнического опыта, сосуществование общенациональных ценностей и права личности на национально-культурное самовыражение. Идея поликультурного образования предполагает интегрированное изучение дисциплин на поликультурной основе и способствует выработке у обучаемых способности работать в поликультурном коллективе (Дж. Бэнкс, К. Грант, П. Янг и др.). В свете нынешних тенденций глобализации и интеграции России в мировое экономическое, политическое, культурное пространство, данные идеи не только могут, но и должны найти применение в образовательном процессе.

Как отмечалось выше, в России общая парадигма профессионального образования ориентирована на культуру, и в педагогической науке приобретает особую актуальность идея достижения ценностных смыслов – национальных и общечеловеческих. Идея поликультурного образования предполагает предотвращение непонимания, возникающего при общении разных национальностей.

Немецкий ученый В. Миттер в своих исследованиях утверждает, что «поликультурное образование может рассматриваться как межличностные отношения, то есть как сеть образовательных процессов (включая их организацию и результаты), характеризуется сосуществованием детей (и взрослых), происходящих из различного поколения и среды» [8].

Идей немецкого коллеги поддерживает российский ученый Л. Л. Супрунова, отмечая, что цель поликультурного образования состоит в формировании человека, способного к эффективной жизнедеятельности в многонациональной и поликультурной среде, обладающего развитым чувством понимания и уважения других культур, умением жить в мире и согласии с людьми разных национальностей, рас, верований.

Анализ педагогической литературы (И. С. Бессарабова, А. Н. Джуринский, Г. Д. Дмитриев, В. В. Макаев, З. А. Малькова, Г. В. Палаткина, Л. Л. Супрунова, и др.) позволил выявить, что поли-

культурный подход способствует созданию поликультурной среды, которая призвана за счет диалогового общения, познания, созидания и приобщения студентов к национальной и общечеловеческой культуре воспитывать профессионализм в его культурной идентификации. Познание поликультуры способствует развитию языковых навыков студентов и обеспечивает дальнейшую самореализацию личности в поликультурном мире, способствует быстрейшей социализации выпускников.

Опираясь на источники научной литературы, можно выявить некоторые задачи поликультурного подхода, такие как:

1) актуализация диалога и взаимодействия культур;

2) контрастивное овладение содержанием иноязычного образования;

3) творческая целесообразность, сохранение и создание новых профессиональных и языковых ценностей;

4) воспитание уважения к истории и культуре других народов;

5) создание поликультурной среды образования как основы взаимодействия личности с элементами других культур.

Функциями поликультурного подхода в этом случае являются:

1) формирование культуры профессионального языкового знания студента;

2) развитие культуры профессионального языкового поведения студента;

3) формирование эмоциональной языковой культуры;

4) формирование культуры саморазвития студента в поликультурной среде.

Таким образом, можно уточнить, что под поликультурным подходом к профессионально ориентированному иноязычному образованию мы подразумеваем такой образовательный процесс, который обеспечивал бы создание формирующей языковой среды студента, обогащал бы личность будущего специалиста ценностями общечеловеческой, национальной, индивидуальной культуры, вовлекал бы студентов в диалоговое общение, сотрудничество и самореализацию сущностных сил и способностей личности в ее профессиональной идентификации.

Перед высшим образованием встает комплекс проблем, связанных с формированием культуры межнациональных отношений студентов в поликультурном образовательном пространстве. Среди них – развитие аксиологических установок посредством обогащения сознания личности национально-специфическими ценностями разных

культур, этнопедагогическое просвещение молодежи с целью расширения и углубления ее этнокультурных представлений; формирование мировоззрения, толерантности, интеллекта межнациональных взаимоотношений, предполагающих гармонию межкультурного взаимодействия студентов. Эти проблемы часто решаются независимо друг от друга, на примере отдельных вузов, курсов или специализаций.

Вузы России отличаются поликультурным образовательным пространством: в них преобладает смешанный национальный состав. Практика показывает, что в таких вузах нужны не отдельные технологии, формы, методы, средства формирования культуры межнациональных отношений, а система, адекватная сущности и содержанию культуры межнациональных отношений студентов.

Эффективность педагогического процесса обусловлена готовностью и способностью преподавателей приобщать студентов к культурам, языкам через понимание ценностей и особенностей национальных культур, диалоговое взаимодействие, в котором учет поликультурности должен стать педагогическим приоритетом. Его соблюдение является залогом выхода из кризиса межнациональных отношений, основой формирования умений жить в мире с другими.

Межкультурное образование студенческой молодежи может не только свести к минимуму «культурный шок» и увеличить опыт межкультурного общения, но и способствовать конструктивным межнациональным отношениям, оптимальному диалогу в разных областях жизни и научить быть более терпимыми в человеческих взаимоотношениях. Для этого необходимо создать поликультурное образовательное пространство вуза – межкультурную среду социальной адаптации студентов, где созданы условия, способствующие развитию каждой личности; где происходит одновременное освоение, осмысление и осознание собственной культуры и культуры других народов; среду, которая готовит студентов к бесконфликтному взаимодействию с представителями иных культур на основе усвоения общечеловеческих ценностей; это образовательное пространство, которое призвано реализовать гуманизацию отношений с представителями разных национальностей.

Таким образом, на основе анализа современной образовательной ситуации можно сделать вывод о трех неразрывно связанных ее составляющих, а именно: цифровизации обучения, персонализации образовательного процесса и поликультурного взаимодействия. Именно эти основы следует учитывать при готовности будущих педагогов-психологов к здоровьесберегающей профессиональной деятельности.

Вопросы к занятию

1. Дайте определение термину «современная образовательная ситуация».
2. Назовите основные составляющие современной образовательной ситуации.
3. Охарактеризуйте цифровизацию образования.
4. Назовите основные задачи дистанционного образования в современном вузе.

Вопросы и задания для самостоятельной работы студентов

1. Изучите феномен поликультурности образования.
2. Выделите плюсы и минусы персонализации образовательного процесса.
3. Проанализируйте основные положения современной образовательной ситуации.
4. Дайте краткую характеристику дистанционных образовательных технологий.

Список литературы

1. Абакумова И. В., Ермаков П. Н. О становлении толерантной личности в поликультурном образовании // Вопросы психологии. 2003. № 3. С. 78–82.
2. Алиева Э. Ф., Алексеева А. С., Ванданова Э. Л. [и др.]. Цифровая переподготовка: обучение руководителей образовательных организаций // Образовательная политика. 2020. № 1 (81). С. 54–61. URL: https://edpolicy.ru/digital-retraining
3. Лившиц И. И. Дистанционный формат обучения: риски и возможности // Стандарты и качество. 2020. № 10. С. 102–107.
4. Уваров А. Ю., Гейбл Э., Дворецкая И. В. [и др.]. Трудности и перспективы цифровой трансформации образования / под ред. А. Ю. Уварова, И. Д. Фрумина. М. : Изд. дом Высшей школы экономики, 2019. 344 с.

ЧАСТЬ 3

ТЕХНОЛОГИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ В ПРОЦЕССЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНО ЗНАЧИМОГО ОБУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНАМ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ЦИКЛА

Здоровьесберегающие образовательные технологии – это многие из знакомых большинству педагогов психолого-педагогических приемов и методов работы, технологий, подходов к реализации возможных проблем плюс постоянное стремление самого педагога к самосовершенствованию. Только тогда можно сказать, что образовательный процесс осуществляется по здоровьесберегающим образовательным технологиям, когда при реализации используемой педагогической системы решается задача сохранения здоровья обучающихся и педагогов. Здоровьесберегающие технологии должны обеспечить развитие природных способностей человека: его ума, нравственных и эстетических чувств, потребности в деятельности, овладении огромным опытом общения с людьми, природой, искусством.

Исследователь здоровьесберегающих технологий в системе высшего образования Н. В. Лядова считает, что задачи, которые ставятся в качестве основных, способствующих сохранению здоровья школьников, носят универсальный характер и могут быть применены ко всем категориям населения, в том числе и студенческой молодежи (создание установок по отношению к своему здоровью и способам его укрепления, пропаганда знаний, умений и навыков ЗОЖ, создание в учебных учреждениях здоровьесберегающей среды) [16].

Основные структурообразующие компоненты здоровьесберегающих технологий: аксеологический, который проявляется в осознании учащимися высшей ценности здоровья, убежденности в необходимости вести ЗОЖ; гносеологический – связан с приобретением необходимых для здоровьесбережения знаний и умений, а также интереса к вопросам своего здоровья; собственно здоровьесберегающий – особая роль отводится физкультурно-оздоровительной деятельности, соблюдению режима дня, качеству питания, чередованию труда и отдыха, что способствует предупреждению возникновения вредных привычек и различных заболеваний; эмоционально-волевой – вклю-

чает в себя проявление эмоциональных и волевых психологических механизмов, которые закрепляют желание вести ЗОЖ.

Представляется необходимым подчеркнуть значимость роли не только государства и его институтов, но и иных неотъемлемых составляющих эффективного практического решения проблемы применения здоровьесберегающих технологий в сфере работы с молодежью. К таким технологиям относятся: заинтересованность и активное участие в процессе самих молодых людей, молодежных общественных объединений и др., что в полной мере соответствует Конвенции ООН о правах ребенка, согласно которой каждый имеет право голоса в принятии решений, оказывающих влияние на его здоровье; личный пример поведения в плане искоренения вредных привычек, что способствует формированию осознанной потребности в здоровом и безопасном образе жизни. Стоит отметить, что здоровьесберегающие технологии являются неотъемлемой частью образования. От правильного применения данных технологий будет зависеть сам процесс обучения и здоровьесберегающая деятельность университета.

Здоровьесберегающие технологии включены в Концепцию реализации национальных целей в сфере науки и высшего образования до 2030 г. (Совет по стратегическому развитию и национальным проектам, 13 июля 2020 г.).

Здоровьесберегающие образовательные технологии подразделяются на три группы:

– организационно-педагогические технологии – определяющие структуру учебного процесса, частично регламентированную в СанПиН, способствующих предотвращению состояния переутомления, гиподинамии и других дезаптационных состояний;

– психолого-педагогические технологии – связанные с непосредственной работой преподавателя на уроке (мастера производственного обучения на практических занятиях), воздействием, которое он оказывает на обучающихся. Сюда же относится и психолого-педагогическое сопровождение всех элементов образовательного процесса;

– учебно-воспитательные технологии – включают программы по обучению грамотной заботе о своем здоровье и формированию культуры здоровья учащихся, мотивации их к ведению ЗОЖ, предупреждению вредных привычек; предусматривают также проведение организационно-воспитательной работы с обучающимися после уроков, просвещение их родителей.

Отдельное место занимают еще две группы технологий, это:

– социально адаптирующие и личностно-развивающие технологии – включают технологии, обеспечивающие формирование и укрепление психологического здоровья обучающихся, повышение ресурсов психологической адаптации личности;

– лечебно-оздоровительные технологии – составляют самостоятельные медико-педагогические области знаний: лечебную педагогику и лечебную физкультуру, воздействие которых обеспечивает восстановление физического здоровья обучающихся.

В процессе формирования здоровьесберегающей среды обучающиеся должны не только знать, что такое здоровье, ЗОЖ, способ его ведения, но и формировать такие способности, как:

– владение комплексом статических и динамических упражнений;

– умение рационально организовывать свой режим отдыха и труда, а также умеренный труд;

– владение приемами психоэмоционального напряжения;

– владение способами гигиенически обоснованного питания;

– владение способами закаливания организма;

– умение оказать необходимую самопомощь в экстремальной ситуации;

– осуществление сбора и проведение анализа информации о состоянии здоровья, половозрастных и индивидуальных психофизиологических особенностях развития.

Учитывая, что технология – это последовательность шагов, этапов к достижению результата, а педагогическая технология – это еще и техника, которая включает в себя методы, формы и приемы, то здоровьесберегающие технологии объединяют все эти понятия плюс принципы здоровьесберегающей педагогики.

Проводя работу с педагогическим коллективом, необходимо помочь преподавателю и мастеру производственного обучения сориентироваться в смежных областях человекознания. Одной из эффективных форм такой поддержки может стать организация профессиональных объединений преподавателей разных предметов как технологическая основа здоровьесберегающей педагогики для разработки приемов, форм и методов организации образовательного процесса без ущерба для здоровья как обучающихся, так и педагогов.

Е. Ю. Котельников подчеркивает, что стиль общения педагога с обучаемыми влияет на состояние здоровья как преподавателя, так и студентов. Например, демократический стиль руководства ставит преподавателя и обучаемых в позицию дружественного взаимопони-

мания, что отражается на психологическом здоровье обучающихся и, следовательно, на их успешности. Студенты переживают позитивные эмоции, приобретают уверенность в себе и своих силах. Преподаватель высшей школы формирует у современных студентов здоровьесберегающую компетентность, которая выражается в умении самостоятельно заниматься физической активностью, соблюдать гигиенические основы, правильно планировать режим труда и отдыха, составлять комплексы упражнений для профилактики нарушения осанки, плоскостопия, заболеваний желудочно-кишечного тракта и т.д. Компетентность преподавателя, внедрение им здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс способствуют повышению качества образования в высшем ОУ и жизни в целом.

Поэтому так важно использование в процессе профессиональной подготовки студентов технологий, приемов и методов, которые будут направлены на здоровьесберегающее профессионально значимое обучение студентов высшей школы.

В течение длительного периода развития университетского образования формы организации обучения в высшей школе претерпели значительные трансформации, но сохранили свою традиционность, особый алгоритм взаимодействия преподавателя и студента, что позволяет говорить об их определенной технологичности. Таким образом, к традиционным технологиям обучения в высшей школе можно отнести технологии проведения лекций, семинаров, лабораторных работ, организации самостоятельной работы и т.д. [14].

На протяжении всей истории высшей школы лекция являлась ведущей формой обучения и в идеале представляла собой логически стройное, систематическое, последовательное и ясное изложение научного вопроса.

По месту в учебном процессе выделяют три основных типа лекций: установочную, тематическую, обзорную.

Установочная (вводная) лекция включает обзор структуры теоретического материала дисциплины, дает студентам общие установки на самостоятельное изучение теории курса или его части. Установочная лекция предполагает сообщение студентам источников информации, указаний и практических рекомендаций для самостоятельной работы, выделение наиболее важных и трудных частей материала. Чаще всего данный тип лекции носит объяснительный характер: преподаватель обобщает современные представления об изучаемом объекте, акцентирует внимание студентов на имеющихся проблемах, высказывает собственную точку зрения, дает научный прогноз относительно дальнейшего развития изучаемой отрасли знаний [11]. На лекции из-

лагается общее представление об изучаемой дисциплине, ее содержании, месте в учебном процессе и роли в будущей практической деятельности обучающихся. Студенты знакомятся с приемами самостоятельной работы с учетом специфики конкретной изучаемой дисциплины. Преподаватель разъясняет, какие вопросы будут изучены на семинарских занятиях; выделяет проблемы, решение которых потребует особых усилий студента; формулирует требования к результатам обучения, формируемым компетенциям, методам контроля.

Установочная лекция может иметь следующую структуру:

1) разъяснение целей изучения дисциплины;

2) характеристика ее структуры (с помощью наглядного сопровождения);

3) выделение и логический анализ единиц учебного материала, освещение узловых и наиболее трудных вопросов;

4) задание для самостоятельного изучения теоретического материала.

Назначение *тематической лекции* – демонстрация фактов, их анализ, выводы, доказательства по определенной проблеме и теме. В такой лекции преобладают информационная, организационно-ориентационная, методологическая функции.

Обзорная (обобщающая) лекция, как правило, завершает теоретический курс, обобщает материал за весь период изучения. Ее назначение – в максимально сжатой, концентрированной форме изложить стержневые идеи материала, прочитанного в семестре, структурировать учебный материал, выделить и систематизировать важнейшие сущностные связи и отношения зависимости между объектами и явлениями.

Традиционная лекция основана на репродуктивном (объяснительно-иллюстративном, образно-ассоциативном, повествовательном) изложении учебного материала с помощью различных информационно-рецептивных методов. Однако современные тенденции развития образовательных систем требуют совершенствования творческой, самостоятельной познавательной деятельности студентов. В связи с этим наибольшее предпочтение при чтении лекции следует отдавать таким продуктивным методам, как проблемное, диалогическое, персонифицированное изложение. Именно они активизируют студентов при проведении лекции.

Примером поиска новых подходов к конструированию лекционных занятий являются проблемные лекции, лекции-визуализации, лекции-пресс-конференции, бинарные лекции и т.д. Практически все

они позволяют вводить профессиональные задачи в любой блок дисциплин учебного плана, придавая деятельностный и контекстный характер данной форме обучения в высшей школе.

Структура *проблемной лекции* предполагает, что новое знание вводится в процессе разрешения проблемной ситуации в сотрудничестве и диалоге со студентами путем организации поиска решения проблемы. Проблемное построение лекции, возможность включения в нее проблемных задач и последовательное развертывание их решения способствует принятию студентами целей учебно-познавательной деятельности, включению их в систему активных исследовательских и познавательных действий. При подготовке и построении проблемной лекции необходимо знать уровень познавательной активности студентов, уметь ставить задачи организации продуктивной работы, эффективно управлять деятельностью всей аудитории, не навязывать собственного видения проблемы, а представлять его как один из вариантов ее решения, принимать и проводить, по возможности, анализ всех вариантов решения, предлагаемых студентами. Среди проблемных лекций выделяют лекции, соответствующие уровням проблемного обучения, в которых:

а) проблема ставится и разрешается самим лектором;

б) выделение проблемы и ее решение осуществляется студентами;

в) ставится проблема, решение которой завершается в самостоятельной работе студентов (СРС);

г) проблема только обозначается.

Проблемный характер имеет и лекция с заранее запланированными ошибками (*лекция-провокация*), в ходе которой студентам предлагается, прослушав текст лекции и проанализировав ее содержание, обнаружить запланированные фактические ошибки. Данный тип лекции стимулирует студентов к постоянному контролю предлагаемой информации (поиск ошибки) с диагностикой этой деятельности и разбором ошибок, формирует критическое мышление. Такая форма проведения лекции была разработана для развития у студентов умений оперативно анализировать профессиональные ситуации, выступать в роли экспертов, оппонентов, рецензентов, вычленять неверную или неточную информацию.

Подготовка преподавателя к данному типу лекции состоит в том, чтобы заложить в нее определенное количество ошибок содержательного, методического или поведенческого характера. Подбираются наиболее распространенные ошибки, которые делают студенты при трактовке тех или иных ключевых вопросов изучаемой темы или

раздела. Преподаватель проводит изложение лекции таким образом, чтобы ошибки были тщательно скрыты и их не так легко можно было заметить студентам. Это требует специальной работы над содержанием лекции, высокого уровня владения материалом и лекторского мастерства. Задача студентов заключается в том, чтобы по ходу лекции фиксировать в конспекте замеченные ошибки и назвать их в конце лекции. На разбор ошибок отводится 10–15 мин. В ходе этого разбора даются правильные ответы на вопросы – преподавателем, студентами или совместно. Количество запланированных ошибок зависит от специфики учебного материала, дидактических и воспитательных целей лекции, уровня подготовленности студентов. Лекция с запланированными ошибками выполняет не только стимулирующую функцию, но и контрольную. Преподаватель может оценить уровень подготовки студентов по предмету, а те, в свою очередь, проверить степень собственной ориентации в материале. С помощью анализа обнаруженных ошибок преподаватель может определить недочеты в усвоении учебного материала и определить трудности овладения им.

Лекция-визуализация предполагает визуальную форму подачи лекционного материала с помощью технических средств обучения, аудио- и видеотехники, натуральных объектов, моделей, символической наглядности, мультимедиа и сводится к развернутому или краткому комментированию лектором этих материалов [7]. Подготовка данной лекции преподавателем состоит в том, чтобы изменить, переконструировать учебную информацию по теме лекционного занятия в визуальную форму для представления студентам через технические средства обучения или схемы, рисунки, чертежи и т.п. Чтение лекции сводится к связному, развернутому комментированию преподавателем подготовленных наглядных материалов, полностью раскрывающему тему данной лекции. При этом важна определенная логика и ритм подачи наглядного материала.

Бинарная лекция (лекция вдвоем) предоставляет возможность реализации межпредметных связей, способствует формированию комплексного и системного видения изучаемой проблемы и реализуется в виде диалога двух преподавателей или преподавателя и студента. Использование данной лекции позволяет продемонстрировать культуру научного диалога и дискуссии.

При чтении данного типа лекции могут моделироваться реальные профессиональные ситуации обсуждения теоретических вопросов с разных позиций двумя специалистами, например, теоретиком и практиком, сторонником или противником той или иной точки

зрения, концепции и т.п. При этом нужно стремиться к тому, чтобы диалог преподавателей между собой демонстрировал культуру совместного поиска решения проблемной ситуации с вовлечением в обсуждение студентов, которые задают вопросы, высказывают свою позицию и свое отношение к обсуждаемому материалу лекции, демонстрируя эмоциональный отклик на происходящее.

Лекция-консультация носит чаще всего обобщающий характер и может быть прочитана по различным сценариям:

а) «вопросы – ответы», когда лектор отвечает на вопросы студентов по курсу или разделу;

б) «вопросы – ответы – дискуссия» – изложение новой учебной информации лектором, постановка вопросов аудитории, организация дискуссии в поиске ответов на поставленные вопросы.

Форма проведения *лекции-пресс-конференции* близка к форме проведения традиционных пресс-конференций. Преподаватель называет тему лекции и просит студентов письменно задать ему вопросы по данной теме. Каждый студент должен в течение 2–3 мин сформулировать наиболее интересующие его вопросы, записать их и передать преподавателю. Затем преподаватель в течение нескольких минут сортирует вопросы по их смысловому содержанию и начинает читать лекцию. Изложение материала строится не как ответ на каждый заданный вопрос, а в виде связного раскрытия темы, в процессе которого формулируются соответствующие ответы. В завершение лекции преподаватель проводит итоговую оценку вопросов как отражения знаний и интересов слушателей. Лекцию-пресс-конференцию можно проводить как в начале изучения темы или раздела, так и в середине и в конце. В начале изучения темы основная цель лекции – выявление круга интересов и потребностей студентов, степени их подготовленности к работе, отношения к предмету. С помощью лекции-пресс-конференции преподаватель может составить модель аудитории слушателей – ее установок, ожиданий, возможностей. Это особенно важно при первой встрече преподавателя со студентами-первокурсниками или в начале чтения спецкурса, при введении новых дисциплин и т.п.

Термин «практические занятия» является собирательным для обозначения таких организационных форм учебной работы, как семинары, практикумы, коллоквиумы, лабораторные работы и т.д. К занятиям по обобщению и систематизации знаний относятся прежде всего семинары. Традиционно семинарское занятие рассматривается как интенсивная СРС под управлением преподавателя, основное назначе-

ние которой заключается в профессиональном использовании знаний в учебных ситуациях.

Семинар-дискуссия представляет собой процесс диалогического общения, основной задачей которого является формирование теоретико-практического мышления будущего специалиста, опыта совместного обсуждения и разрешения теоретических и прикладных проблем.

Учебные дискуссии на семинаре могут носить как групповой, так и межгрупповой характер. Групповая дискуссия является наиболее распространенным методом интерактивного обучения. Метод групповой дискуссии используется, прежде всего, как способ организации совместной деятельности с целью оперативного и эффективного решения стоящих задач, а также как метод активного обучения и стимулирования групповых процессов в естественных и специально созданных группах.

Выделяют два главных типа дискуссии: направляемая (программированная) дискуссия, основанная на организующей роли преподавателя; свободная дискуссия, ориентированная на активность студенческой группы.

Центральным элементом традиционного семинарского занятия является направляемая дискуссия, которая состоит из следующих основных этапов:

– вводное информирование – преподаватель излагает основной замысел организуемой дискуссии;

– постановка проблемы, выделение основных направлений, вопросов дискуссии;

– выступление докладчика, излагающего основные положения по данному вопросу;

– выступление содокладчиков, раскрывающих свое видение проблемы, способы, средства ее решения;

– обсуждение доклада и содокладов – аналитические выступления студентов;

– выработка решения проблемы – проверка всевозможных вариантов решения проблемы, нахождение оптимального решения;

– завершение дискуссии, обобщение результатов.

Межгрупповая дискуссия является не только активной формой самостоятельной работы обучаемых, но и средством разрушения стереотипов, снятия и постановки проблемных вопросов, организации креативного мышления и формирования продуктивной деятельности, обмена знаниями и личным опытом решения ситуативных проблем,

мнениями и точками зрения, а также выработки, если такое возможно, коллективного (консенсусного или компромиссного) решения, которое включает в себя все то позитивное, что наработано каждой конкретной группой, принимающей решения.

Алгоритм подготовки и проведения сравнительного семинара-дискуссии, построенного на межгрупповой дискуссии, включает в себя следующие этапы:

1) преподаватель заранее подбирает литературу по проблеме семинара;

2) студенческая группа, разделенная на две подгруппы, получает свои списки литературы;

3) подгруппа изучает вопросы, выделенные преподавателем как основные, самостоятельно рассматривает один из подходов к изучаемым категориям, явлениям процесса и осваивает одну из систем доказательств;

4) на занятии каждая из подгрупп отстаивает свои взгляды, одновременно стремясь найти ошибки в аргументах и близкие идеи у группы оппонентов;

5) завершается семинар общими выводами, к которым студенты приходят в конце дискуссии.

Семинар-исследование обладает экспериментально-изобретательской направленностью. Он актуализирует творческую деятельность студентов, содержанием которой становятся изобретательские работы по моделированию, конструированию, сочинительству, проектированию и т.д.

Семинар-исследование предполагает организацию предварительной СРС, которая завершается написанием реферата, доклада по итогам опытной работы. Результаты обсуждаются на семинаре с наглядным показом исследовательского материала (схемы, таблицы, графики, диагностические методики). При подготовке к семинару-исследованию студент изучает результаты теоретических исследований, составляет библиографию по теме. Данный семинар может быть реализован с использованием элементов презентации, анализа, эвристики. Наиболее распространенной технологией организации данного типа семинарского занятия является технология организации проектной деятельности [11].

Лабораторные работы могут выполняться после прохождения всего теоретического курса (последовательный метод) или одновременно с изучением теоретического курса (параллельный метод). Организационно они могут быть фронтальными (все студенты выполняют одну и ту же работу) или групповыми (студенты разделены

на небольшие группы из 2–5 человек, выполняющие разные работы). По содержанию лабораторно-практические работы условно могут быть разделены на ознакомительные, которые предоставляют студентам возможность познакомиться с устройством механизмов и приборов, со строением изучаемого объекта; экспериментальные, задача которых – проведение учебных экспериментов с целью определения отдельных характеристик изучаемых явлений и процессов; проблемно-поисковые, направленные на формирование и развитие самостоятельности и творческого мышления студентов.

Активные формы обучения отнесены к классу образовательных технологий, обозначенных как технологии модернизации обучения на основе активизации и интенсификации деятельности учащихся. Активные формы обучения – это методы, которые побуждают учащихся к активной мыслительной и практической деятельности в процессе овладения учебным материалом. В качестве их основных неоспоримых достоинств выступают высокая степень самостоятельности, инициативности, развитие социальных навыков, формирование умения добывать знания и применять их на практике, развитие творческих способностей.

Знаково-контекстное (или просто контекстное) обучение – форма активного обучения, предназначенная для применения в высшей школе, ориентированная на профессиональную подготовку студентов и реализуемая посредством системного использования профессионального контекста, постепенного насыщения учебного процесса элементами профессиональной деятельности. Технология контекстного обучения состоит из трех базовых форм деятельности: учебная деятельность с ведущей ролью лекций и семинаров; квазипрофессиональная, воплощающаяся в играх, спецкурсах, спецсеминарах; учебно-профессиональная (научно-исследовательская работа студентов, производственная практика, реальное дипломное и курсовое проектирование).

Примером технологии контекстного обучения является когнитивное инструктирование. Его сущность заключается в представлении обучаемому информации в знаково-символическом, наглядно-графическом виде (тексты книг, дидактические карточки, рисунки, схемы, чертежи, таблицы) для решения учебно-познавательной задачи, выполнения практико-ориентированного задания, а в отдельных случаях – для усвоения нового учебного материала.

Когнитивное инструктирование осуществляется при помощи направляющих текстов, дидактическая ценность которых заключается в ориентации на действенное усвоение знаний и формирование ком-

петенций. Сущностью направляющего текста является кодирование, хранение и сообщение субъекту с помощью словесно-знаковых средств относительно однотипной информации сравнительно небольшого объема для индивидуального восприятия.

К направляющим текстам предъявляются следующие общие требования:

– применяемый в направляющих текстах дидактический материал должен способствовать формированию социальной, профессиональной и методической компетенции;

– особое значение придается строгой научной достоверности учебного материала направляющего текста, т.е. его соответствию современным достижениям науки, техники и технологии производства;

– направляющие тексты должны способствовать развитию сознательности и активности в обучении, повышению прочности усвоения знаний, овладению профессиональными умениями и навыками, поэтому чаще всего они используются для осуществления связи теории с практикой, так как применение теоретических знаний на практике способствует более глубокому и осознанному овладению изучаемым материалом;

– для лучшего понимания информации, содержащейся в направляемом тексте, ее следует иллюстрировать схемами, рисунками, фотографиями, таблицами, т.е. делать более наглядной;

– направляющие тексты должны быть построены так, чтобы их можно было использовать для индивидуализации учебной работы в группе;

– каждая серия направляющих текстов должна включать тексты трех уровней сложности: первый уровень рассчитан на слабых учащихся, второй – на средних и третий – на сильных;

– при отборе материала для направляющих текстов необходимо учитывать как внутрипредметные, так и межпредметные связи;

– направляющие тексты могут быть предназначены для осуществления дифференцированного подхода к обучающимся в процессе самостоятельной работы, для контроля за их знаниями и умениями.

Примером имитационной обучающей модели является технология ситуационного обучения. Метод «кейс-стади» относится к интенсивным технологиям активного обучения, он является интерактивным, ориентированным на сотрудничество и деловое партнерство, так как работа происходит в группах. Цель кейс-стади – совместными усилиями группы проанализировать ситуацию, возникающую при конкретном положении дел и выработать практическое решение. Вы-

бор лучшего решения в контексте поставленной проблемы происходит через анализ ситуации и оценку выработанных альтернатив.

Рассмотрение ситуаций проходит в несколько этапов:

1. *Анализ практической ситуации в подгруппе.* Это этап СРС. В случае малого количества обучаемых можно разбить присутствующих на пары. Главная задача подгруппы на этом этапе – подготовиться к формулированию своих выводов и заключений перед межгрупповым обсуждением. Малая группа может подготовить: перечень ключевых событий во времени; таблицу задач и принимаемых решений; диаграмму последствий; графики изменения технико-экономических показателей; визуально оформленные решения в виде символов; классификационные группы действий и событий; таблицы и графики.

2. *Предварительное обсуждение ситуации в аудитории*. Этот этап нужен для того, чтобы преподаватель убедился в хорошем усвоении материала обучаемыми и в правильном понимании всеми присутствующими проблем, поставленных в ситуации. Преподаватель отвечает на вопросы, которые возникают у участников анализа. При этом допускаются только те вопросы, которые касаются разъяснения событий или фактов, а не объяснения причин или вариантов решений и действий, если таковые описаны. Сообщение подгруппы предусматривает оценку позитивных и негативных последствий возможных вариантов решений, перечень рисков и потенциальных проблем, предположения о возможном последующем развитии событий.

3. *Межгрупповая дискуссия*. Этот этап проводится на основе сообщений подгрупп. Представители, делегированные каждой из подгрупп для презентации итогового материала, выступают со своим анализом и предполагаемыми решениями, а участники из других подгрупп выступают в роли оппонентов. Преподаватель контролирует ситуацию и исполняет роль координатора и руководителя дискуссии, а при необходимости – оппонента и критика, активизируя и направляя дискуссию. Наиболее целесообразно организовать дискуссию между участниками анализа, поэтому можно «переадресовать» вопросы другим обучаемым.

4. *Подведение итогов*. Оно осуществляется сначала желающими высказаться из аудитории, а затем самим преподавателем, ведущим занятие. Он дает оценку выводам подгрупп и отдельных участников, а также всему ходу дискуссии. Одновременно формулируются и обосновываются варианты действий, которые не были предложены, допущенные ошибки, если такие были, и выделяются особенно продуктивные решения.

Одной из разновидностей форм активного обучения является проблемное обучение – это тип обучения, при котором преподаватель, систематически создавая проблемные ситуации и организуя деятельность обучающихся по решению учебных проблем, обеспечивает оптимальное сочетание их самостоятельной поисковой деятельности с усвоением готовых выводов науки.

В педагогической практике различают три типа проблемного обучения, характеризующиеся своими методами действий преподавателя и студентов: проблемное изложение учебного материала; частично-поисковый (эвристический); исследовательский.

Сущность *проблемного изложения* учебной информации состоит в том, что, создав проблемную ситуацию и поставив учебную проблему, преподаватель не просто сообщает конечные выводы науки, а воспроизводит перед студентами путь, ведущий к решению данной проблемы, раскрывает внутренние противоречия, доказывает истинность полученных выводов с помощью опыта либо рассказа об эксперименте, проведенном учеными. Данный тип проблемного обучения характерен для проблемных лекций.

Частично-поисковый метод предполагает, что студенты под руководством преподавателя частично осуществляют самостоятельное решение учебных проблем. Основными приемами реализации преподавателем технологии проблемного обучения, основанного на частично-поисковом методе, являются: включение студентов в аргументацию выдвинутой преподавателем гипотезы; задание на поиск скрытых узловых звеньев рассуждения, предложенного преподавателем; задание на решение нескольких подзадач, выделенных из трудной исходной, после чего обучающиеся возвращаются к исходной задаче; наводящие вопросы, помогающие выбору правильных путей решения задачи, одновременно указывающие на различные подходы к ней; задание на поиск ошибок в рассуждениях; организация конкретных наблюдений студентов, побуждающих к формулированию проблемы; задание на обобщение фактов, изложенных преподавателем в специальной последовательности; показ способа действия с частичным раскрытием его внутренних связей; задание на выдвижение очередного шага рассуждения в логике, заданной преподавателем; демонстрация объекта, явления, побуждающая к вычленению сущности; выделение цветом части чертежа, схемы, записи, ориентирующее студентов на выдвижение проблемы.

Исследовательский метод проблемного обучения реализуется в том случае, если студенты, осознав проблему, самостоятельно намечают план поиска, строят предположения, обдумывают способы их проверки, проводят наблюдения, классифицируют, сравнивают,

обобщают, доказывают и делают выводы. Технология проблемного обучения исследовательского типа может реализовываться в рамках аудиторной и внеаудиторной работы через выполнение заданий на самостоятельное составление нестандартных задач; заданий с несформулированным вопросом или с избыточными данными; заданий на самостоятельные обобщения на основе собственных практических наблюдений или на сущностное описание какого-либо объекта без использования инструкций; задания на отыскание границ применяемости полученных результатов, на определение степени достоверности полученных результатов, на вычисление механизма протекания явления и т.д.

Одним из вариантов реализации исследовательского метода проблемного обучения является создание учебных проектов.

Проект – это:

1) реалистичный замысел, план желаемого будущего;

2) совокупность документов (расчетов, чертежей, макетов) для создания какого-либо продукта; содержит в себе рациональное обоснование и конкретный способ осуществления;

3) метод обучения, основанный на постановке социально значимой цели и ее практическом достижении.

Слово «проектирование» происходит от слова «проект» и обозначает деятельность, инициируемую проблемой, включающую строго упорядоченную последовательность действий, приводящую к реальному результату. Таким образом, в основу метода проектов положена идея о направленности учебно-познавательной деятельности обучающихся на результат, который достигается при решении той или иной практически или теоретически значимой проблемы. Внешний результат – продукт – можно увидеть, осмыслить, применить в реальной практической деятельности. Внутренний результат – опыт деятельности – становится достоянием обучающегося, соединяя в себе знания и умения, компетенции и ценности.

Требования к учебному проекту могут быть представлены в виде правила пяти «п»: «проблема – проектирование (планирование) – поиск информации – продукт – презентация»:

1. Необходимо наличие социально значимой задачи (проблемы) – исследовательской, информационной, практической. Поиск проблемы – одна из наиболее трудных организационных задач, поскольку дальнейшая работа над проектом – это разрешение данной проблемы.

2. Выполнение проекта начинается с планирования действий по разрешению проблемы, иными словами, с проектирования самого

проекта, в частности, с определения вида продукта и формы презентации.

3. Каждый проект обязательно требует исследовательской работы, т.е. поиска информации, которая затем будет обработана, осмыслена и представлена участниками проектной группы.

4. Результатом работы над проектом является продукт – средство, которое разработали участники проектной группы для разрешения поставленной проблемы. Продуктом учебного проекта могут являться макет, модель, мультимедийный продукт, рекомендации, сценарий, видеофильм, коллекция, сценарий игры, газета, анализ данных социологического опроса, статья, костюм, серия иллюстраций, оформление кабинета, реферат, доклад.

5. Подготовленный проект требует на завершающем этапе презентации своего продукта. Презентация может быть организована в виде научной конференции, соревнования, ролевой или деловой игры, рекламы, выставки, ярмарки идей, отчета исследовательской экспедиции, пресс-конференции и т.д.

Классификация учебных проектов представлена в табл. 1.

Таблица 1

Классификация учебных проектов

По доминирующей деятельности				
Практико-ориентированный	Информационный	Исследовательский	Творческий	Ролевой
По комплексности				
Монопроекты	Межпредметные	Надпредметные		
По продолжительности				
Минипроекты	Краткосрочные	Среднесрочные	Долгосрочные	
По типу управления				
С прямой (открытой) координацией	Со скрытой координацией			
По количеству участников				
Индивидуальный	Парный	Групповой		

Параметры внешней оценки проекта включают:

– значимость и актуальность выдвинутых проблем, адекватность их изучаемой тематике;

– корректность используемых методов исследования и обработки получаемых результатов;

– активность каждого участника проекта в соответствии с его индивидуальными возможностями;

– коллективный характер принимаемых решений;

– характер общения и взаимопомощи, взаимодополняемости участников проекта;

– необходимая и достаточная глубина проникновения в проблему, привлечение знаний из других областей;

– доказательность принимаемых решений, умение аргументировать свои заключения, выводы;

– эстетика оформления результатов выполненного проекта;

– умение отвечать на вопросы оппонентов, лаконичность и аргументированность ответов каждого члена группы.

Интерактивные методы обучения как разновидность активного обучения

Основные методические инновации связаны сегодня с применением интерактивных методов обучения. Интерактивность означает способность взаимодействовать или находиться в режиме беседы, диалога с кем-либо (человеком) или чем-либо (например, компьютером). Следовательно, интерактивное обучение – это прежде всего диалоговое обучение, в ходе которого осуществляется взаимодействие преподавателя и студента или студентов между собой. Интерактивное обучение является разновидностью активного обучения.

Суть интерактивного обучения состоит в том, что учебный процесс организован таким образом, что практически все студенты оказываются вовлеченными в процесс познания, они имеют возможность понимать и рефлектировать по поводу того, что они знают и думают. Совместная деятельность обучающихся в процессе познания, освоения учебного материала означает, что каждый вносит свой индивидуальный вклад, идет обмен знаниями, идеями, способами деятельности. Причем происходит это в атмосфере доброжелательности и взаимной поддержки, что не только позволяет получать новое знание, но и развивает саму познавательную деятельность, переводит ее на более высокие формы кооперации и сотрудничества. Интерактивное обучение предполагает отличную от привычной логику образовательного процесса: не от теории к практике, а от формирования ново-

го опыта к его теоретическому осмыслению через применение. Опыт и знания участников образовательного процесса служат источником их взаимообучения и взаимообогащения. Делясь своими знаниями и опытом деятельности, они берут на себя часть обучающих функций преподавателя, что повышает их мотивацию и способствует большей продуктивности обучения.

Формы и методы интерактивного обучения можно разделить:

– на дискуссионные: диалог, групповая дискуссия, разбор ситуаций из практики, анализ ситуаций морального выбора и др.;

– игровые: дидактические и творческие игры, в том числе деловые (управленческие) игры, ролевые игры, организационно-деятельностные игры;

– тренинговые формы проведения занятий (коммуникативные тренинги, тренинги сензитивности), которые могут включать в себя дискуссионные и игровые методы обучения.

Деловая игра – метод обучения и оценки компетенций, применяемый в сфере среднего, среднего профессионального, высшего образования, а также активно используемый при повышении квалификации специалистов с высшим образованием.

Деловая игра представляет собой моделирование реальной (реже условной, воображаемой) ситуации, в которой будущие специалисты должны не только продемонстрировать свои знания, но и проявить разнообразные компетенции, связанные с их профессиональной деятельностью (коммуникабельность, инициативность, умение находить нестандартные решения). Деловая игра обязательно предполагает коллективную работу учащихся (т.е. группу более двух человек), их взаимодействие, умение распределять роли. Сама природа игры в то же время позволяет учащимся раскрепоститься, раскрыть ранее не проявлявшиеся творческие способности. Деловые игры активно применяются при обучении дисциплинам психолого-педагогического цикла.

Краткая характеристика особенностей использования основных образовательных технологий в контексте реализации здоровьесберегающей деятельности со студентами вуза представлена в табл. 2.

Таблица 2

Требования, необходимые для реализации здоровьесберегающих образовательных технологий в учебной деятельности будущих педагогов-психологов

Основные образовательные технологии	Требования	
	Общие	**Частные**
Лекция	1. Оборудование аудиторий, учебных кабинетов, лабораторий должно осуществляться с учетом их специфики. 2. Необходимость в перерыве на занятии (например, 50 мин / 5 мин / 50 мин). 3. Проветривание учебных помещений во время перерывов. 4. Требования к естественному и искусственному освещению помещений вузов (СНиП II-4-79). 5. Воздушно-тепловой режим учебных и учебно-производственных помещений вуза (СНиП II-68-78). 6. При ухудшении эпидемиологической обстановки должны быть приняты меры по реализации образовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий	1. Использовать мультимедийное оборудование для наглядного представления материала (не менее 60 %). 2. Акустический режим помещений соблюдать в соответствии с требованиями ГОСТ 12.1.003-76. 3. Перед началом лекции важно сконцентрировать внимание студентов на восприятии учебного материала. 4. Необходимо четко сформулировать тему лекции, определить цель, указать (если это возможно) профессиональную направленность учебного материала, ознакомить студентов с узловыми вопросами, которые будут рассмотрены, сообщить им список научной литературы с комментариями о методике использования тех или иных источников
Практические (семинарские) занятия		1. Работа в группах, обсуждение представленного материала. 2. Практическая проработка представленного материала с помощью психолого-педагогических ситуаций
Лабораторные работы		1. Осуществлять занятия малыми учебными группами (не более пяти человек). 2. Состав, площади учебно-производственных помещений специального назначения, их оборудование следует устанавливать по нормативам

Вопросы к занятию

1. Дайте определение термину «здоровьесберегающие образовательные технологии».

2. Назовите основные образовательные технологии, применимые к обучению студентов вуза, в рамках изучения дисциплин психолого-педагогического цикла.

3. Охарактеризуйте активные и интерактивные методы обучения дисциплинам психолого-педагогического цикла.

4. Дайте определение понятия кейс-метода.

Вопросы и задания для самостоятельной работы студентов

1. Составить проект здоровьесберегающей деятельности студентов в вузе.

2. Разработать план семинарского занятия по дисциплине психолого-педагогического цикла (на выбор) с применением здоровьесберегающих образовательных технологий.

3. Провести 2–3 методики на выявление отношения студентов к здоровью и ЗОЖ (прил. 1).

Список литературы

1. Антони М. А. Интерактивные методы обучения как потенциал личностного развития студентов // Психология обучения. 2020. № 12. С. 53–63.

2. Бордовская Н. В. Педагогика и психология. СПб, 2016. 564 с.

3. Митина Л. М. Психология профессионального развития учителя. М. : МПСИ : Флинта, 1998. 204 с.

4. Педагогические системы и технологии: лабораторный практикум / под ред. И. И. Цыркуна, М. В. Дубовик. М. : ТетраСистемс, 2020. 224 с.

5. Чернявская А. П., Байбородова Л. В., Харисова И. Г. Методы формирования научно-исследовательских компетенций будущих педагогов : учеб.-метод. пособие. Ярославль : Изд-во ЯГПУ, 2021. 116 с.

ЧАСТЬ 4

АВТОРСКАЯ ПРОГРАММА «ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ СТУДЕНТОВ КАК ОСНОВА ИХ УЧЕБНО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Диагностика здоровья и ЗОЖ строится на взаимосвязанных и взаимообусловленных компонентах готовности личности к здоровьесберегающей профессиональной деятельности: мотивационно-потребностном, когнитивно-ценностном, практико-деятельностном и рефлексивно-оценочном.

Исходя из определений и структуры компонентов исследования, был подобран следующий диагностический инструментарий: методика «Выявление ориентации личности студента на ЗОЖ» (модифицированная методика В. И. Андреева), анкета «Выявление сформированности ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни» (Е. В. Жданов), опросник «Отношение к здоровью и здоровому образу жизни» (С. Дерябо, В. Ясвин), анкета «Готовность студентов к профессиональной оздоровительной деятельности» (О. Н. Шкитырь).

На основе количественной и качественной обработки данных были получены следующие результаты по отношению студентов к здоровью и ЗОЖ: высокий уровень сформированности мотивационно-потребностного и когнитивно-ценностного компонентов, средний уровень сформированности практико-деятельностного компонента, рефлексивно-оценочный компонент сформирован на уровне ниже среднего.

Данные первичной диагностики здоровья и ЗОЖ студентов были взяты за основу при разработке программы курса «Здоровьесбережение студентов как основа их учебно-профессиональной деятельности».

Цель программы: формирование у студентов знаний о здоровьесбережении в ОУ, его роли в обеспечении здоровья и безопасности жизнедеятельности.

При изучении теории необходимо практическое исследование студентами вопросов оценки здоровьесберегающей деятельности в ОУ: здоровьесберегающей инфраструктуры ОУ; рациональной организации образовательного процесса; организации физкультурно-оздоровительной работы; просветительско-воспитательной работы с учащимися; организации системы просветительской и методической

работы с педагогами; медицинской профилактики и динамического наблюдения за состоянием здоровья. Знания о здоровьесберегающей деятельности необходимы в дальнейшей профессиональной деятельности.

Задачи изучения программы:

– знать социально-педагогические аспекты здоровьесбережения в вузе;

– знать медико-гигиенические аспекты ЗОЖ;

– знать причины возникновения заболеваний и уметь проводить их профилактику;

– знать о мотивациях к сохранению здоровья и ЗОЖ;

– знать факторы среды, формирующие здоровье человека;

– знать о вредных привычках и факторах, разрушающих здоровье;

– создавать оптимальные условия учебного процесса с учетом физических, возрастных, психологических и личностных особенностей обучающихся, способствующие сохранению и укреплению их здоровья;

– личным положительным примером пропагандировать среди обучающихся ЗОЖ, отказавшись от вредных привычек;

– уметь приобретать новые знания, используя современные информационные образовательные технологии.

Содержание дисциплины отражает вопросы, связанные со здоровьесбережением в ОУ и определяет базовые педагогические знания и умения в использовании здоровьесберегающих технологий в профессиональной деятельности, в обеспечении охраны жизни и здоровья детей в образовательном процессе, в выполнении требований гигиены, охраны труда, в формировании у субъектов образовательного процесса навыков ЗОЖ и безопасной образовательной среды с учетом требований гигиены и охраны труда.

Преподавание курса «Здоровьесбережение студентов как основа их учебно-профессиональной деятельности» взаимосвязано с дисциплинами «Анатомия и возрастная физиология», «Основы педиатрии и гигиены», «Безопасность жизнедеятельности», «Теории обучения и воспитания», «Социальная педагогика», «Физическая культура».

Рекомендуемые образовательные технологии: лекции, лекции с элементами беседы, практические занятия, СРС, подготовка рефератов и докладов. При проведении практических занятий активно используется работа в микрогруппах с последующим общим обсуждением, работа со специальной литературой, практическая апробация рассматриваемых приемов и рекомендаций. При изучении теоретиче-

ского материала обязательно осуществляется его «привязка» к повседневной практике и будущей профессиональной деятельности студентов, учитывается региональный аспект. Для отработки умений установления контактов и работы с детьми используется проведение бесед, диагностических игр и т.д.

Семинарские занятия строятся на базе выделенных в темах основных понятий. В предлагаемой программе по каждой теме дается набор соответствующих вопросов, при обсуждении которых используются знания, полученные на лекциях, при проработке рекомендованной литературы, а также материал уже изученных курсов, собственный практический и жизненный опыт обучаемых.

Семинарские занятия ведутся как фронтальными, так и групповыми методами.

Предлагаемые по каждому разделу темы для рефератов используются для углубленного изучения вопросов, не входящих в основной блок, и могут быть основой докладов и мини-лекций.

При освоении программы необходимы стандартная учебная аудитория, мультимедийный проектор и ноутбук, наличие компьютеров с доступом к сети Интернет. Студенты также должны иметь свободный доступ к библиотеке периодических изданий по педагогике и психологии (в том числе и к электронным).

Структура и содержание программы «Здоровьесбережение студентов как основа их учебно-профессиональной деятельности» представлены в табл. 3.

Таблица 3

Структура и содержание программы «Здоровьесбережение студентов как основа их учебно-профессиональной деятельности»

№	Тема	Виды учебной работы			Формы текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации
		Лек.	Сем.	СРС	
1	2	3	4	5	6
1	Влияние образовательной среды на здоровье студентов в учреждениях высшего образования	1	2	13	Входящий контроль, конспектирование первоисточников
2	Образ жизни студентов как социально-педагогическая проблема	1	2	13	Устный ответ, конспектирование первоисточников

Окончание табл. 3

1	2	3	4	5	6
3	ЗОЖ как интегративное научное направление	1	2	13	Устный ответ, решение социально-педагогических ситуаций
4	Здоровьесберегающая деятельность в ОУ	1	2	13	Устный ответ, решение социально-педагогических ситуаций
5	Комплексная система оценки здоровьесберегающей деятельности в ОУ	1	2	13	Устный ответ, решение социально-педагогических ситуаций
6	Педагогические технологии формирования, сохранения и укрепления здоровья студентов	1	2	13	Устный ответ
7	Адаптация к учебному процессу студентов	1	2	13	Устный ответ, решение социально-педагогических ситуаций
8	Основные направления здоровьесберегающей деятельности педагога-психолога с детьми девиантного поведения	1	2	13	Устный ответ, решение социально-педагогических ситуаций
9	Воспитательная система ОУ со здоровьесберегающим компонентом	1	2	13	Устный ответ, эссе, решение социально-педагогических ситуаций
10	Программа воспитательной деятельности в ОУ со здоровьесберегающим компонентом	1	2	13	Устный ответ, эссе, решение социально-педагогических ситуаций
	Всего	10	20	130	
	Итого 72 часа				

В интерактивной форме проводятся занятия: лекции – 5 ч (темы № 2, 3, 5, 6, 7), практические занятия – 5 ч (темы № 5,6,7).

Содержание лекционного курса

Тема 1. Влияние образовательной среды на здоровье студентов в учреждениях высшего образования. Состояние здоровья современных студентов. Факторы риска и их влияние на здоровье студентов. Биоритмы и их влияние на учебную работоспособность студентов.

Физиологическое и психологическое обоснование влияния экзамена как стрессового фактора.

Тема 2. Образ жизни студентов как социально-педагогическая проблема. Здоровье: сущность, компоненты, уровни. Состояние здоровья студентов России и Пензенской области. Социально-педагогические особенности современного образа жизни студентов: курение, алкоголизм, наркотизация и др. Влияние вредных привычек на состояние здоровья студентов.

Тема 3. ЗОЖ как интегративное научное направление. Предмет и задачи дисциплины «Здоровый образ жизни». Основные задачи ЗОЖ. Место ЗОЖ среди других наук. ЗОЖ: понятие и структура.

Тема 4. Здоровьесберегающая деятельность в ОУ. Методология и методические подходы к анализу здоровьесберегающей деятельности. Формы и методы здоровьесберегающей деятельности, используемой в ОУ. Организация системной комплексной работы по сохранению и укреплению здоровья обучающихся в ОУ.

Тема 5. Комплексная система оценки здоровьесберегающей деятельности ОУ. Общие принципы оценки здоровьесберегающей деятельности ОУ. Критерии оценки здоровьесберегающей деятельности ОУ. Использование системы индикаторов при оценке здоровьесберегающей деятельности ОУ.

Тема 6. Педагогические технологии формирования, сохранения и укрепления здоровья студентов. Профилактическая работа в вузе. Коррекционная работа и комплексная реабилитация студентов. Повышение оздоровительной направленности физического воспитания студентов. Обучение здоровью в вузе.

Тема 7. Адаптация к учебному процессу студентов. Адаптация к учебному процессу высшей школы.

Тема 8. Основные направления здоровьесберегающей деятельности педагога-психолога с детьми девиантного поведения. Здоровьесберегающая деятельность: сущность, компоненты. Образ жизни детей девиантного поведения. Основные направления здоровьесберегающей деятельности педагога-психолога. Деятельность педагогического коллектива в формировании ЗОЖ обучающегося.

Тема 9. Воспитательная система ОУ со здоровьесберегающим компонентом. Концепция воспитательной системы ОУ со здоровьесберегаюим компонентом. Проектируемое состояние воспитательной системы со здоровьесберегающим компонентом. Механизмы функционирования воспитательной системы со здоровьесберегающим компонентом. Этапы построения воспитательной системы

со здоровьесберегающим компонентом. Критерии и показатели воспитательной системы со здоровьесберегающим компонентом.

Тема 10. Программа воспитательной деятельности в ОУ со здоровьесберегающим компонентом. Циклограмма на один учебный год.

Содержание семинарских занятий

Тема 1. Влияние образовательной среды на здоровье студентов в учреждениях высшего образования.

План семинара:

1. Состояние здоровья современных студентов.
2. Факторы риска и их влияние на здоровье студентов.
3. Биоритмы и их влияние на учебную работоспособность студентов.
4. Физиологическое и психологическое обоснование влияния экзамена как стрессового фактора.

Тема 2. Образ жизни студентов как социально-педагогическая проблема.

План семинара:

1. Здоровье: сущность, компоненты, уровни.
2. Состояние здоровья студентов России и Пензенской области.
3. Социально-педагогические особенности современного образа жизни студентов: курение, алкоголизм, наркотизация и др.
4. Влияние вредных привычек на состояние здоровья студентов.

Тема 3. ЗОЖ как интегративное научное направление.

План семинара:

1. Предмет и задачи дисциплины «Здоровый образ жизни».
2. Основные задачи ЗОЖ.
3. Место ЗОЖ среди других наук.
4. ЗОЖ: понятие и структура.

Тема 4. Здоровьесберегающая деятельность в ОУ.

План семинара:

1. Методология и методические подходы к анализу здоровьесберегающей деятельности.
2. Формы и методы здоровьесберегающей деятельности, используемой в ОУ.
3. Организация системной комплексной работы по сохранению и укреплению здоровья студентов в ОУ.

Тема 5. Комплексная система оценки здоровьесберегающей деятельности ОУ.

План семинара:

1. Общие принципы оценки здоровьесберегающей деятельности ОУ.

2. Критерии оценки здоровьесберегающей деятельности ОУ.

3. Использование системы индикаторов при оценке здоровьесберегающей деятельности ОУ.

Тема 6. Педагогические технологии формирования, сохранения и укрепления здоровья студентов.

План семинара:

1. Профилактическая работа в вузе.

2. Коррекционная работа и комплексная реабилитация студентов.

3. Повышение оздоровительной направленности физического воспитания студентов.

4. Обучение здоровью в вузе.

Тема 7. Адаптация к учебному процессу студентов.

План семинара:

1. Адаптация к учебному процессу обучающихся в высшей школе.

Тема 8. Основные направления здоровьесберегающей деятельности педагога-психолога с детьми девиантного поведения.

План семинара:

1. Здоровьесберегающая деятельность: сущность, компоненты.

2. Образ жизни детей девиантного поведения.

3. Основные направления здоровьесберегающей деятельности педагога-психолога.

4. Деятельность педагогического коллектива в формировании ЗОЖ студентов.

Тема 9. Воспитательная система ОУ со здоровьесберегающим компонентом.

План семинара:

1. Концепция воспитательной системы ОУ со здоровьесберегающим компонентом.

2. Проектируемое состояние воспитательной системы со здоровьесберегающим компонентом.

3. Механизмы функционирования воспитательной системы со здоровьесберегающим компонентом.

4. Этапы построения воспитательной системы со здоровьесберегающим компонентом.

5. Критерии и показатели воспитательной системы со здоровьесберегающим компонентом.

Тема 10. Программа воспитательной деятельности в ОУ со здоровьесберегающим компонентом.

План семинара:

1. Циклограмма на один учебный год.

Пример семинарского занятия

Проблемный семинар-тренинг «Культура здоровья как фактор формирования здоровьесберегающей среды»

Если вы не думаете о своем будущем,
у вас его не будет…
Бертран Рассел

Вводная часть (притча)

Давным-давно на горе Олимп жили боги. Стало им скучно, и решили они создать человека и заселить планету Земля. Долго думали они, каким должен быть человек. Один из богов сказал: «Человек должен быть сильным», другой сказал: «Человек должен быть здоровым», третий сказал: «Человек должен быть умным». Но один из богов сказал так: «Если все это будет у человека, он будет подобен нам». И решили они спрятать главное, что есть у человека, – его здоровье. Стали думать, решать – куда бы его спрятать? Одни предлагали спрятать здоровье глубоко в синее море, другие – за высокие горы. Как вы думаете, куда спрятали боги здоровье? (*Выслушиваю мнения педагогов.*)

Один из богов сказал: «Здоровье надо спрятать в самого человека». Так и живет с давних времен человек, пытаясь найти свое здоровье. Да вот не каждый может найти и сберечь бесценный дар богов! Значит, здоровье-то, оказывается, спрятано и во мне, и в каждом из нас, и в каждом ребенке. Итак, наш сегодняшний педсовет посвящен теме здоровья.

Здоровье человека – это проблема не только социальная, но и нравственная. Ребенок не только сам должен быть здоровым, но и воспитывать в будущем здоровых детей. Поэтому среди актуальных проблем реформирования образования сегодня наиболее остро стоит задача формирования физически и нравственно здорового ребенка. Только личная ответственность за свое здоровье в сочетании со знанием своих индивидуальных особенностей позволяют достигать целей, которые ставит здоровьесберегающая педагогика.

Цель: выявить пути и способы формирования культуры здоровья и определить резервы и возможности совершенствования работы в данном направлении.

Для достижения поставленной цели нам необходимо решить ряд **задач**, а именно:

– содействовать овладению будущими педагогами-психологами приемами, методами и формами дифференцированного педагогического воздействия на формирование мотивации обучающихся к ЗОЖ;

– обеспечить будущих педагогов-психологов информацией для формирования собственных стратегий и технологий, позволяющих сохранять и укреплять здоровье участников образовательного процесса;

– определить возможности, условия и основные направления совершенствования педагогической деятельности по формированию ЗОЖ в вузе.

План семинара

Определение цели и задач семинара
Проведение: 1. Введение в тему. Сущность, структура здоровья. Краткие теоретические сведения
2. Инновационные коррекционно-развивающие и здоровьесберегающие технологии при обучении детей с ОВЗ
3. Актуальность использования психофизиологического тестирования в образовательном процессе
4. Работа в группах (технические задания): 1) урок – анализ использования здоровьесберегающих технологий, их отдельных элементов; 2) социально-психологическое здоровье группы – измерение показателей здоровья отдельных групп; 3) здоровье преподавателя – выработка рекомендаций для достижения хорошего здоровья
5. Подведение итогов работы, проект решения проблемы

Психотехника «Релаксация»

Хочу предложить вам снять напряжение…

Сядьте поудобнее, расслабьтесь.

1. Найдите точку между бровями над переносицей и помассируйте ее плавными круговыми движениями в течение одной минуты.

2. Положите руку на заднюю часть шеи, ниже затылка и мягко сожмите и разожмите ее несколько раз.

3. Найдите точку на тыльной стороне руки между большим и указательным пальцем и слегка помассируйте ее в течение одной минуты.

Расскажите о своих ощущениях. (Я надеюсь, вам стало более спокойно.)

Спасибо, а теперь продолжим.

Один из французских писателей сказал: «Здоровье – это то, что люди больше всего стремятся сохранить и меньше всего берегут». А какие ассоциации рождает у вас слово «здоровье»?

Мозговой штурм «Ассоциации»

Как вы думаете, на что направлено данное упражнение, что оно позволяет выяснить? (*Первоначальные знания по данной теме, уровень подготовки.*)

Итак, мы с вами услышали друг друга, но что же такое здоровье по Уставу Всемирной организации здравоохранения? Это «состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов».

Предлагаю вам представить себя долгожителями и с помощью метода мозгового штурма составить главные заповеди здоровья человека.

Мозговой штурм «Десять заповедей здоровья, или Рецепт долголетия»

Примерные ответы групп: ЗОЖ – это:

– занятия физкультурой и спортом;

– рациональное питание;

– отсутствие вредных привычек;

– здоровый семейный микроклимат;

– соблюдение режима дня;

– жизнь без стрессов и конфликтов;

– положительные эмоции;

– трудовая активность;

– наличие здравого рассудка.

Культура здоровья – это совокупность элементов, оказывающих жизненно значимое влияние на нормальную деятельность детского организма в процессе образования.

К элементам, определяющим культуру здоровья, можно отнести:

– организацию и проведение занятий с учетом здоровьесберегающих элементов и технологий;

– социальное здоровье обучающихся;

– здоровье преподавателей;

– благоприятный эмоциональный микроклимат в коллективе.

Воспитание культуры здоровья – процесс создания педагогических условий, обеспечивающих развитие личности школьника как субъекта оздоровительной деятельности в соответствии с его интересами, склонностями, способностями, ценностными установками на самосохранение здоровья, а также знаниями, умениями и навыками обоснованного ведения ЗОЖ.

Здоровым в полной мере можно признать того ребенка, который способен гармонично включаться в свое социальное окружение, при этом адекватно действуя и полноценно реализуясь в нем.

Здоровый ребенок – практически достижимая норма детского развития. Здоровье ребенка считается в норме, если он:

– в физическом плане – умеет преодолевать усталость; здоровье позволяет действовать в оптимальном режиме;

– в интеллектуальном плане – проявляет хорошие умственные способности, любознательность, воображение, самообучаемость;

– в нравственном плане – честен, самокритичен, эмпатичен;

– в социальном плане – коммуникабелен, понимает юмор, сам умеет шутить;

– в эмоциональном плане – уравновешен, способен удивляться и восхищаться.

Здоровый ребенок рассматривается в качестве целостного телесно-духовного организма.

Оздоровление понимается как форма развития и расширения психофизиологических возможностей ребенка. Индивидуально-дифференцированный подход является средством оздоровительно-развивающей работы (учет психомоторики, тревожности, интеллекта).

Правила лечебной педагогики:

– не навреди здоровью обучающегося;

– относись к личности обучающегося с глубоким уважением;

– научись и умей видеть душу в глазах ребенка;

– будь терпелив, требователен, вежлив и снисходителен в обращении с обучающимися;

– будь всегда в хорошем настроении, владей чувством юмора;

– постоянно повышай самооценку обучающихся, будь всегда правдив;

– добивайся доверия учащихся и береги его;

– умей беречь здоровье учащихся и свое;

– твое личное здоровье – пример для учащихся;

– будь умерен на похвалы и откажись от наказаний.

Функции здоровьесберегающей технологии:

– *формирующая*: осуществляется на основе биологических и социальных закономерностей становления личности. В основе формирования личности лежат наследственные качества, предопределяющие индивидуальные физические и психические свойства;

– *информативно-коммуникативная*: обеспечивает трансляцию опыта ведения ЗОЖ, преемственность традиций, ценностных ориентаций, формирующих бережное отношение к индивидуальному здоровью, пропагандирующих ценность каждой человеческой жизни;

– *диагностическая*: заключается в мониторинге развития учащихся на основе прогностического контроля, что позволяет соизмерить усилия и направленность действий педагога в соответствии с природными возможностями ребенка, обеспечивает инструментально выверенный анализ предпосылок и факторов перспективного развития педагогического процесса, индивидуальное прохождение образовательного маршрута каждым ребенком;

– *адаптивная*: воспитание у учащихся направленности на здравотворчество, ЗОЖ, оптимизацию состояния собственного организма и повышение устойчивости к различного рода стрессогенным факторам природной и социальной среды. Она обеспечивает адаптацию школьников к социально значимой деятельности;

– *рефлексивная*: заключается в переосмыслении предшествующего личностного опыта, в сохранении и приумножении здоровья, что позволяет соизмерить реально достигнутые результаты с перспективами;

– *интегративная*: объединяет народный опыт, различные научные концепции и системы воспитания, направляя их по пути сохранения здоровья подрастающего поколения.

Типы технологий:

– *здоровьесберегающие* (профилактические прививки, обеспечение двигательной активности, витаминизация, организация здорового питания);

– *оздоровительные* (физическая подготовка, физиотерапия, аромотерапия, закаливание, гимнастика, массаж, фитотерапия, арт-терапия);

– *технологии обучения здоровью* (включение соответствующих тем в предметы общеобразовательного цикла);

– *воспитание культуры здоровья* (факультативные занятия по развитию личности учащихся, внеклассные и внешкольные мероприятия, фестивали, конкурсы и т.д.).

Техническое задание:

1. Обсудите в группе следующие вопросы:

– как вы оцениваете обычные занятия в вузе с точки зрения здоровьесбережения;

– почему педагоги часто не соблюдают валеологические требования к занятиям;

– каково проблемное поле занятий с позиции здоровьесбережения;

– какое внимание уделяете вы этим проблемам;

– что необходимо предпринять для решения проблем;

– что мешает приближению к идеалу?

2. Обсудите предложенный проект анализа занятия с позиции здоровьесбережения. Оцените его комплексность, оптимальность. Внесите замечания и предложения.

Таким образом, успешная подготовка высококвалифицированных специалистов, обеспечивающих устойчивость экономического развития региона и государства, тесно связана с сохранением и укреплением здоровья, повышением работоспособности студенческой молодежи. Разработанная программа «Здоровьесбережение студентов как основа их учебно-профессиональной деятельности» выступает вспомогательным средством по формированию у студентов вуза знаний о здоровье и здоровьесберегающих технологиях, их роли в учебно-профессиональной деятельности, а также способствует повышению уровня готовности студентов вуза к здоровьесберегающей профессиональной деятельности.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Антонова Д. А., Оспенникова Е. В., Спирин Е. В. Цифровая трансформация системы образования. Проектирование ресурсов для современной цифровой учебной среды как одно из ее основных направлений // Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Сер.: Информационные компьютерные технологии в образовании. 2018. № 14. С. 5–37. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/tsifrovaya-transformatsiya-sistemyobrazovaniya-proektirovanie-resursov-dlya-sovremennoy-tsifrovoy-uchebnoysredy-kak-odno-iz-ee (дата обращения: 02.04.2022).

2. Бурняшов Б. А. Персонализация как мировой тренд электронного обучения в учреждениях высшего образования // Современные проблемы науки и образования. 2017. № 1. URL: https://science-education.ru/ru/article/view?id=26078 (дата обращения: 03.04.2022).

3. Буцык С. В. «Цифровое» поколение в образовательной системе российского региона: проблемы и пути решения // Открытое образование. 2019. № 1. С. 27–33. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/tsifrovoe-pokolenie-vobrazovatelnoy-sisteme-rossiyskogo-regiona-problemy-i-puti-resheniya (дата обращения: 02.04.2022).

4. Годжуров Э. С. Здоровьесберегающие технологии в образовательном пространстве вуза // Социально-гуманитарные науки: современные парадигмы и исследования : сб. науч. тр. по материалам Междунар. науч.-практ. конф. (27 мая 2021 г.). Белгород, 2021. С. 112–115. URL: https://apni.ru/article/2401-zdorovesberegayushchie-tekhnologii-v-obrazov (дата обращения: 02.04.2022).

5. Закоркина Н. А. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учеб. пособие. Омск : ОмГПУ, 2019. 146 с. URL: http://www.iprbookshop.ru/105309.html (дата обращения: 24.03.2022).

6. Косолапов А. Б. Проблемы изучения, сохранения и развития здоровья обучающихся. М., 2003.

7. Лившиц И. И. Дистанционный формат обучения: риски и возможности // Стандарты и качество. 2020. № 10. С. 102–107.

8. Минова М. В., Супрунов С. Е., Умарова С. И., Федорова А. В. Об оценке эффективности профессорско-преподавательского состава высшего учебного заведения в кризисных условиях дистанционного обучения // Экономические науки. 2020. № 10. С. 116–119.

9. Национальный проект «Здоровье». URL: http://government.ru/search/?q=национальный%20проект%20здоровье%20&dt.till=11.11.2021&dt.since=7.05.2012&sort=rel&type= (дата обращения: 02.04.2022).

10. О национальной доктрине образования в Российской Федерации : постановление Правительства Российской Федерации № 751 от 4 октября 2000 г. URL: https://rg.ru/2000/10/11/doktrina-dok.html (дата обращения: 02.04.2022).

11. Поликарпова М. Ж. Самостоятельная деятельность студентов как условие формирования их готовности к будущей профессиональной деятельности // Молодой ученый. 2015. № 22 (102). С. 856–859. URL: https://moluch.ru/archive/102/23001/ (дата обращения: 02.04.2022).

12. Резер Т. М. Здоровьесохраняющие технологии в образовательных учреждениях // Школьные технологии. 2003. № 5. С. 35–40.

13. Справка по результатам опроса студентов вузов России о работе в удаленном режиме в период вынужденного перехода на дистанционное обучение в марте-июне 2020 года. URL: https://profsobranie.ru/201?fbclid=IwAR06j5WwSrVxvROIo8pvadkgN2qLWs70gBsN0SGCER0opKokCaWX74VkPQ (дата обращения: 02.04.2022).

14. Тихомирова Л. Ф. Теоретико-методические основы здоровьесберегающей педагогики : монография. Ярославль : ЯГПУ, 2004. 240 с.

15. Митяева А. М. Здоровьесберегающие педагогические технологии : учеб. пособие. М. : Академия, 2008. 192 с.

16. Формирование цифровой грамотности обучающихся: Методические рекомендации / авт.-сост. М. В. Кузьмина. Киров : ИРО Кировской области, 2019. 47 с. URL: https://www.kirovipk.ru/wp-content/uploads/2019/12/formirovanie-czifrovojgramotnosti-obuchayush-hihsya-metodicheskie-reko-mendaczii-dlya-rabotnikovobrazovaniya.pdf (дата обращения: 02.04.2022).

17. Об образовании в Российской Федерации : федер. закон № 273-ФЗ от 29.12.2012 : [в ред. от 19.12.2016]. М., 2012.

ПРИЛОЖЕНИЕ

1. Методика «Выявление ориентации личности студента на ЗОЖ» (модифицированная методика В. И. Андреева).

2. Анкета «Выявление сформированности ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни» (Е. В. Жданов).

3. Опросник «Отношение к здоровью и здоровому образу жизни» (С. Дерябо, В. Ясвин).

4. Анкета «Готовность студентов к профессиональной оздоровительной деятельности» (О. Н. Шкитырь).

5. Анкета для определения уровня готовности вести ЗОЖ Н. В. Третьякова, по методу С. Г. Добротворской.

6. Опрос по выявлению практической составляющей готовности к ЗОЖ в образовании (О. М. Панюкова).

СОДЕРЖАНИЕ

Введение 3
Часть 1. Теоретическое обоснование здоровьесберегающей деятельности преподавателей и студентов в современных научных исследованиях 5
Часть 2. Современная образовательная ситуация как основа готовности будущих педагогов-психологов к здоровьесберегающей профессиональной деятельности 18
Часть 3. Технологии профессиональной подготовки студентов в процессе здоровьесберегающего профессионально значимого обучения дисциплинам психолого-педагогического цикла 32
Часть 4. Авторская программа «Здоровьесбережение студентов как основа их учебно-профессиональной деятельности» 52
Список литературы 65
Приложение 67

Учебное издание

Бобкова Ксения Сергеевна,
Сохранов-Преображенский Владимир Васильевич,
Лыгина Марина Аркадьевна

ТЕХНОЛОГИИ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ
В КОНТЕКСТЕ РАЗВИТИЯ
ОПЫТА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ

Редактор *А. А. Куприянова*
Технический редактор *Ю. В. Анурова*
Компьютерная верстка *Ю. В. Ануровой*

Подписано в печать 14.10.2022.
Формат 60×84 1/16. Усл. печ. л. 3,95.
Заказ № 549. Тираж 16.

Издательство ПГУ
440026, Пенза, Красная, 40
Тел.: (8412) 66-60-49, 66-67-77; e-mail: iic@pnzgu.ru

ПензГУ