

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬ-  
НОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«САХАЛИНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УДК

№ гос.регистрации АААА-А17-117042810048-0

Инв.№

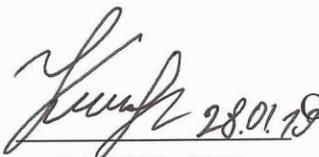
«УТВЕРЖДАЮ»  
Проректор по НИР  
ФГБОУ ВО «Сахалинский  
государственный университет»

  
В.В. Моисеев  
«26»  2019 г.

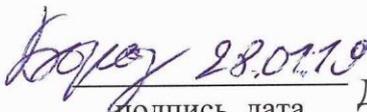


ОТЧЁТ  
О НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ РАБОТЕ  
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В УСЛОВИЯХ ВЫСШЕГО  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
(за 2018 год)  
(промежуточный)

Руководитель темы:  
профессор кафедры биологии и химии,  
заведующий лабораторией медико-  
биологических основ жизнедеятельности,  
доктор педагогических наук,  
доцент

  
Р. Р. Кокорина  
подпись, дата

Нормоконтролёр  
нач. отдела по научной  
и инновационной работе,  
канд. пед. наук.

  
Д. А. Бородулин  
подпись, дата

Южно-Сахалинск, 2019

## СПИСОК ИСПОЛНИТЕЛЕЙ

Руководитель темы:

профессор кафедры биологии и химии,  
заведующий лабораторией  
медико-биологических основ жизнедеятельности,  
доктор педагогических наук,  
доцент

 Кокорина О.Р.

Исполнители темы:

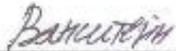
Преподаватель

политехнического колледжа СахГУ,  
соискатель

 Никитин Ю.В.

Ст.препод. кафедры биологии и химии СахГУ  Здрнов И.Г.

Аспирантка СахГУ  
(заочная форма обучения)

 Ванштейн Л.Ю.

Аспирантка СахГУ  
(заочная форма обучения)

 Копылова А.Е.

## РЕФЕРАТ

Отчёт 34 стр., 1 прилож.,.

Отчёт составлен по результатам НИР, выполняемой в рамках государственного задания базовой части № 19.9580.2017/БЧ

*Цель проекта:* Исследование состояния здоровья, физической активности студенческой молодежи в региональной системе высшего профессионального образования и разработка научно-методического обеспечения технологии здоровьесбережения студентов в условиях профессионального образования.

Разработка технологий для решения актуальных вопросов современной педагогики, биологии и медицины в области формирования здорового образа жизни обучающихся, выявление подходов к формированию приоритетов культуры здоровья в региональном социокультурном пространстве.

Исследование возможностей образовательного процесса на разных ступенях общего и профессионального образования для поиска и реализации путей и средств здоровьесбережения, адаптации организма и безопасности среды обитания; инноваций в области преподавания медико-биологических дисциплин и формирования здорового образа жизни и здоровьесберегающих компетенций школьников и студентов.

*Объект исследования* – региональная система высшего профессионального образования

*Методы проведения работы:*

*Методы исследования:*

- теоретический анализ научно-методической литературы;
- методы психолого-педагогической диагностики (педагогическое наблюдение, виды опроса: беседа, анкетирование, тестирование);
- анализ рабочей документации (рабочие программы, планы, методические разработки, классные журналы, медицинские карты);
- педагогический эксперимент;
- методы математической статистики.

### *Результаты 1-го этапа работы:*

Выявление особенностей здоровьесберегающих технологий личности в условиях высшего образования; в разработке концепции здоровьесбережения на основе системного, деятельностного, личностно-ориентированного, аксиологического подходов как системообразующего фактора развития здоровьесбережения личности; в организации и проведении опытно-экспериментальной работы по апробации концептуальной модели технологии содействия здоровьесбережению студентов; в применении на каждом этапе исследования теоретических и эмпирических методов, соответствующих решаемым задачам; в создании критериально-диагностической базы; в интерпретации полученных данных, обобщении результатов исследования и их внедрении в практику работы учреждений высшего образования.

1. Проведен теоретический анализ отечественной и зарубежной литературы по проблеме исследования общих закономерностей развития высшего образования в целом и содействия здоровьесбережению личности в частности представляют следующие идеи и концепции: философские и психологические идеи, составляющие теорию развития личности (К.А. Абульханова-Славская, А.Г. Асмолов, И.В. Блауберг, А.А. Бодалев, Л.П. Буева, В.П. Зинченко); с позиций гуманистической психологии (Д. Келли, А.Н. Леонтьев, А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс, С.Л. Рубинштейн); труды, обращенные к проблемам высшего профессионального образования (А.А. Андреев, А.А. Вербицкий, Б.С. Гершунский, И.С. Кон, В.В. Краевский, А.Я. Найн, В.А. Сластенин, Н.Ф. Талызина); идеи социализации и адаптации личности (А.В. Мудрик, А.В. Петровский, П.А. Просецкий и др.);

Аксиологические аспекты здоровья, здоровье как социальная ценность, ценностные ориентации личности и общества, их динамика в техногенном мире рассматривались в работах В.С. Барулина, С.С. Бубновой,

Е.С. Демиденко, В.М. Димова, В.Д. Жирнова, А.Л. Иванюшкина, О.В. Кобелевой, И.А. Крыловой, В.Н. Паутова, П.В. Петрий, И.В. Силуяновой, П.Д. Тищенко, В.Г. Федотовой и др. Мировоззренческие основания ценности здоровья изучаются в работах А.А. Алексеева, Н.А. Быховской, А.В. Варфоломеева, Э.С. Демиденко, Н.А. Дудиной, В.А. Иванченко, И.П. Неумывакина, П.Г. Петровой, Т.Я. Свищевой, М.И. Фомина, Л.В. Шаплыгина и др. В рамках психолого-акмеологической школы здоровье и его ценность рассматриваются как важный ресурс успешной жизни, основной показатель эффективности специалиста, успешности его профессиональной деятельности (В.К. Бальсевич, М.М. Безруких, Т.Н. Горобец, А.А. Деркач, О.И. Жданов, Ю.Н. Казаков, В.Н. Касаткин, О.А. Москаленко, М.Ф. Секач, Н.К. Смирнов, В.Д. Сонькин, С.М. Чечельницкая и др.).

Проблема изучения здоровья человека, его целостности, системности, связи с окружающей средой отражены в трудах В.К. Бальсевича, М.Я. Виленского, В.Н. Ирхина, Л.И. Лубышевой, А.В. Царика, Р.Х. Яруллина и др. Имеют место исследования, направленные на поиски путей и средств сохранения, сбережения здоровья обучающихся и педагогов в условиях образовательного процесса и педагогическими средствами. Среди них работы В.Ф. Базарного, В.К. Бальсевича, В.П. Казначеева, А.И. Киколова, В.В. Колбанова, Е.А. Левановой, Л.И. Лубышевой, Л.М. Митиной, П.Н. Пасюкова, З.И. Тюмасевой и др.

Это явилось одной из причин исследования проблемы «здорового образа жизни» как качественной характеристики жизни человека, направленной на здоровье. Благодаря тому, что именно здоровый образ жизни считается одним из определяющих факторов здоровья человека, в настоящее время сложилось достаточно четкое представление о его составляющих (Ю.Д. Глушков, Д.Н. Давиденко, В.И. Жолдак, Л.А. Калинин, Н. Коршунов, П.В. Половников, В.М. Розин, В.Ю. Салов и др.).

Разработан алгоритм процедуры предстоящего исследования.

1. Исследование различных медико-педагогических аспектов формирования здорового образа жизни и личностно-психологического имиджа здорового студента в региональной системе общего и профессионального образования.

2. Исследование возможностей учебно-воспитательного процесса в образовательных учреждениях разного уровня для повышения адаптационных ресурсов личности.

3. Разработка концепции педагогического содействия формированию здорового образа жизни в условиях высшего профессионального образования на основе принципов здоровьесбережения.

4. Обоснование комплекса путей и средств практической реализации здоровьесберегающих технологий формирования здорового образа жизни обучающихся с учетом специфики учебной деятельности и региональных условий.

В ходе проведения НИР были получены следующие научные результаты: Выявление особенностей процесса здоровьесбережения личности в условиях высшего образования; в разработке здоровьесберегающих технологий на основе системного, деятельностного, личностно-ориентированного, аксиологического подходов как системообразующего фактора развития здоровьесбережения личности; в организации и проведении опытно-экспериментальной работы по апробации технологии содействия здоровьесбережению студентов; в применении на каждом этапе исследования теоретических и эмпирических методов, соответствующих решаемым задачам; в создании критериально-диагностической базы; в интерпретации полученных данных, обобщении результатов исследования и их внедрении в практику работы учреждений высшего образования.

5. *Научная статья в журнале, индексируемом в базе международного цитирования Web of Science: Kokorina O.R., Nikitin Y.V. и др. "Curriculum and teaching aids for the development of safe behavior among students of secondary*

vocational education institutions"Modern Journal Of Language Teaching Methods", Vol. 7, Issue 2, February 2017, стр.

*Результаты II-го этапа работы:*

Разработка для образовательного процесса научно-методического обеспечения по использованию здоровьесберегающих технологий в условиях высшего образования:

1. Использование кардиологического комплекса «Валента» для НИРС с целью написания курсовых и выпускных квалификационных работ со студентами Института естественных наук и техносферной безопасности, направления подготовки «биология», Института психологии и педагогики, направления «физическая культура и спорт», «начальное образование»;

2. Введение в эксплуатацию комплекса БОС-здоровье – дыхательного тренажера НИРС с целью проведения занятий по дисциплине «здоровьесберегающие технологии», а также написания курсовых и выпускных квалификационных работ со студентами Института естественных наук и техносферной безопасности, направления подготовки «биология», Института психологии и педагогики, направления «физическая культура и спорт», «начальное образование»;

3. Введение в эксплуатацию комплекса БОС-здоровье – опорно-двигательного тренажера НИРС с целью проведения занятий по дисциплине «здоровьесберегающие технологии», а также написания курсовых и выпускных квалификационных работ со студентами Института естественных наук и техносферной безопасности, направления подготовки «биология», Института психологии и педагогики, направления «физическая культура и спорт», «начальное образование»;

4. Диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук: Никитин Ю.В. «Формирование безопасного поведения студентов в природно-экстремальных условиях региона (на примере средних профессио-

нальных образовательных организаций Сахалинской области) – готово к защите;

5. *Учебное пособие*: Никитин, Ю.В. «Формирование безопасного поведения обучающихся в чрезвычайных ситуациях природного характера Сахалинской области» / Ю.В. Никитин – Южно-Сахалинск, изд-во СахГУ, 2018 г. – 160 стр.

6. *Научные статьи в журнале, индексируемом в базе международного цитирования Scopus, Web of Science*: Кокорина О.Р., Пасюков П.Н. и др. «Основные тенденции, принципы и психолого-педагогические условия содействия здоровьесбережению личности в условиях высшего педагогического образования» - (в печати.)

## СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	10
1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ ИССЛЕДОВАНИЯ .....	18
2. АНАЛИЗ СУЩЕСТВУЮЩЕЙ ПРАКТИКИ ПО ПРОБЛЕМЕ ИССЛЕДОВАНИЯ.....	21
3 ТЕНДЕНЦИИ, ПРИНЦИПЫ И ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ ЛИЧНОСТИ .	26
ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	32
ПРИЛОЖЕНИЕ А.....	34

## ВВЕДЕНИЕ

Современное социокультурное пространство характеризуется сменой приоритетов и ценностей, особым значением здоровья субъектов образовательного процесса, как гарантии качества общественного развития, что обостряет необходимость совершенствования системы профессионального образования, подчиняющегося законам здоровьесбережения участников образовательного процесса (Закон об образовании Российской Федерации)

Практический опыт здоровьесберегающего образования в нашей стране показывает, что сохранение *здоровья* учащейся молодежи в настоящее время выдвигается в число приоритетных задач образования. По данным Госкомсанэпиднадзора России здоровье обучающихся в последнее время находится под мощным прессингом разнообразных факторов среды и деятельности. Лишь 14% обучающихся практически здоровы, 50% имеют функциональные отклонения, 35-40% - хронические заболевания. Данные медицинских осмотров свидетельствуют о том, что за период обучения в школе состояние здоровья учащихся ухудшается в 4-5 раз, в 2 раза возрастает число хронически больных. К моменту окончания школы каждый четвертый выпускник имеет патологию сердечно-сосудистой системы, каждый третий близорукость, нарушение осанки. За последние годы у выпускников школ отмечается рост заболеваемости органов пищеварения на 15%, системы кровообращения на 16%, мочеполовой системы на 12%, опорно-двигательного аппарата на 15%. При этом состояние здоровья девочек-подростков хуже, чем у юношей, что чревато многими проблемами, связанными с репродуктивной функцией.

Анализ практики образовательных учреждений позволил выявить значимость технологии содействия здоровьесбережению в следующих аспектах: востребованность субъектов образовательного процесса, обладающих здоровьесберегательными компетенциями; необходимость технологического обеспечения процесса формирования ценностного отношения к здоровью как

фактору развития личности и его реализации в процессе взаимодействия субъектов образовательного процесса; необходимость соотнесения возможностей образовательного учреждения с интересами реальных и потенциальных субъектов образовательного процесса.

Основным ресурсом развития современного общества является человеческий капитал, обеспечивающий обществу стабильность и прогресс. Современное социокультурное пространство региона характеризуется сменой приоритетов и ценностей, особым значением здоровья субъектов образовательного процесса, как гарантии качества общественного развития, что обостряет необходимость совершенствования системы высшего профессионального образования, подчиняющегося законам здоровьесбережения участников образовательного процесса.

В условиях современного российского образования возрастает научно-практическая потребность разработки особых *здоровьесберегающих технологий*, мобилизирующих ресурсный потенциал участников образовательного процесса на достижение целей новой образовательной парадигмы.

Возникает социально-педагогическая необходимость в исследовании ценностей здоровьесберегающих технологий как стратегического звена образовательной деятельности высшего учебного заведения, стремящегося не только полноценно удовлетворять, но и сформировать потребность в здоровом образе жизни в контексте аксиологии здоровьесбережения.

В законодательстве РФ понятие «охрана здоровья» определяется как совокупность мер, политического, экономического, правового, социального, культурного, научного, медицинского, гигиенического и противоэпидемического характера, направленных на сохранение и укрепление физического и психического здоровья каждого человека, поддержания его активной долголетней жизни, предоставление ему медицинской помощи в

случае утраты здоровья (Ст.1 Основ законодательства РФ об охране здоровья граждан).

Анализ существующего законодательства показывает, что в законодательстве Российской Федерации достаточно полно и последовательно отражены права детей и подростков на охрану здоровья с учетом рекомендаций Всемирной организации здравоохранения, международных обязательств, а также факторов, влияющих на здоровье, присущих нашей стране.

Право на охрану здоровья или иначе здоровьесбережение состоит по своему содержанию из нескольких прав и обеспечивается охраной природной среды, созданием благоприятных условий труда, быта, отдыха, воспитания и обучения полноценным доброкачественным питанием, а также предоставлением детям и подросткам доступной медико-социальной помощи и достоверной информации о состоянии здоровья и факторах на него влияющих.

К сожалению, в настоящее время имеют место значительные, неоправданно высокие перегрузки участников образовательного процесса в системе высшего профессионального образования России. Механизмы саморегуляции личности начинают функционировать на предельных значениях жизненных потенциалов здоровья людей, создавая угрозу ухудшения их здоровья. Переутомление сказывается на здоровье участников образовательного процесса. Кроме того, слишком суровые региональные природно-климатические условия, характерные, например, для районов Крайнего Севера и приравненных к ним территорий, отвлекают природные силы организма на противостояние им в плане физического выживания. Это также может составлять угрозу безопасности здоровья участников образовательного процесса.

*Проблемная ситуация* обусловлена обострением в педагогической теории и практике ряда противоречий между:

а) потребностью общества в высоком уровне здоровья подрастающего поколения как условия дальнейшего развития общества и недостаточной результативностью существующих образовательных концепций и педагогических средств, направленных на сохранение и укрепление здоровья участников образовательного процесса;

б) возрастающей потребностью научного (педагогического) обоснования целесообразности осуществления здоровьесбережения личности в условиях

высшего образования и отсутствием целостной концепции самообразовательной деятельности студентов вуза;

в) постоянно растущим потенциалом педагогических технологий, направленных на оптимизацию здоровьесбережения личности и их недостаточной востребованностью в системе высшего образования;

г) объективной потребностью в соблюдении для здоровья личности здорового образа жизни и недостаточной разработанностью его педагогических основ: содержания здоровьесберегающих технологий, обеспечивающих его эффективность в условиях высшего профессионального образования.

Вышесказанное определяет *актуальность данного исследования*.

Тема исследования соответствует плану научно-исследовательских и опытно-конструкторских работ «Здоровьесберегающие технологии в условиях высшего профессионального образования»

Характер исследования: фундаментальное исследование

Сроки исполнения: начало – 01.02.2017 г., окончание 31.12. 2019 г.

Перечень организаций, заинтересованных в результатах исследования по теме. Учреждения профессионального образования Сахалинской области.

Объект исследования – региональная система высшего профессионального образования

Предмет исследования – здоровьесберегающие технологии в системе высшего профессионального образования.

Цель работы – Исследование состояния здоровья, физической активности обучающихся в региональной системе высшего профессионального образования и разработка научно-методического обеспечения формирования здорового образа жизни в условиях образовательной среды на основе принципов здоровьесбережения.

*Цели 1-го этапа работы:*

Исследование состояния здоровья, физической активности обучающихся и возможностей учебно-воспитательного процесса в образовательных

учреждениях разного уровня региональной системы общего и профессионального образования

*Задачи исследования по цели №1:*

1.1 Формирование экспериментальной базы исследования. Выбор методик и оценка условий обучения, состояния здоровья (физического и психического) и уровня физической активности детей и учащейся молодежи в региональной системе общего и профессионального образования.

1.2 Разработка концепции теоретического и практического решения проблемы педагогического содействия здоровьесбережению обучающихся в условиях высшего профессионального образования.

*Методы проведения работы:*

- теоретический анализ научно-методической литературы;
- методы психолого-педагогической диагностики (педагогическое наблюдение, виды опроса: беседа, анкетирование, тестирование);
- методы медико-биологической диагностики (диагностика работы сердечно-сосудистой, дыхательной систем, определение биологического возраста).
- анализ рабочей документации (рабочие программы, планы, методические разработки, медицинские карты);
- педагогический эксперимент;
- методы математической статистики.

Ожидаемые результаты.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук;

Публикации в журналах базы международного цитирования Scopus. Web of Science;

Монография «Теория и практика здоровьесбережения личности в условиях высшего педагогического образования»;

Учебно-методическое пособие. «Формирование безопасного поведения обучающихся в чрезвычайных ситуациях природного характера Сахалинской области»;

Публикации в журналах, реферируемых ВАК;

Публикации в российских и зарубежных изданиях;

Доклады на конференциях различного уровня.

Практическая значимость заключается в использовании результатов (продукции) в качестве теоретико-методологической базы данных по использованию здоровьесберегающих технологий для студентов, аспирантов, докторантов, преподавателей образовательных организаций разного уровня, руководителей подразделений.

Формы и область применения полученных результатов. Материалы исследования (статьи, монографии, учебные пособия могут быть использованы для программного обеспечения подготовки бакалавров, магистров различных направлений высшего профессионального образования.

Научная новизна исследования состоит в том, что на основе системного построения образовательной деятельности обучающихся в условиях высшего образования создана концептуальная модель здоровьесбережения личности в региональных условиях жизни и деятельности, которая базируется на взаимосвязи, взаимообусловленности теоретических и практических компонентов, обеспечивающих формирование здоровьесберегающего мышления и разработано ее технологическое обеспечение.

*Цели 11-го этапа работы:*

-разработка научно-методического обеспечения технологии здоровьесбережения студентов в условиях высшего образования.

*Задачи исследования по цели №2:*

1.1. Введение в эксплуатацию оборудования лаборатории медико-биологических основ жизнедеятельности (кардиологический комплекс «Ва-

лента», БОС-здоровье) для изучения прикладного характера здоровьесберегающих технологий на разных ступенях образования.

1.2. Применение оборудования в образовательном процессе студентов с целью написания курсовых и выпускных квалификационных работ;

*Методы проведения работы:*

- теоретический анализ научно-методической литературы;
- методы медико-биологической диагностики (диагностика работы сердечно-сосудистой, дыхательной систем, определение биологического возраста).
- анализ рабочей документации (рабочие программы, планы, методические разработки, медицинские карты);

Ожидаемые результаты.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук;

Публикации в журналах базы международного цитирования Scopus. Web of Science;

Учебное пособие: Никитин, Ю.В. «Формирование безопасного поведения обучающихся в чрезвычайных ситуациях природного характера Сахалинской области» / Ю.В. Никитин – Южно-Сахалинск, изд-во СахГУ, 2018 г. – 160 стр.

Монография «Теория и практика здоровьесбережения личности в условиях высшего педагогического образования» - готово к печати.;

## 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Методологическую основу исследования составили: системный (В.П. Беспалько, Ю.А. Конаржевский, Н.В. Кузьмина, В.А. Сластенин, В.А. Якунин и др.), субъектно-деятельностный (К.А. Абульханова, Б.Г. Ананьев, А.Г. Асмолов, М.Я. Басов, П.П. Блонский, А.А. Бодалев, А.В. Брушлинский, Л.С. Выготский, В.П. Зинченко, Е.А. Климов, А.Н. Леонтьев, Б.Ф. Ломов, В.С. Мерлин, Б.Д. Парыгин, А.В. Петровский, С.Л. Рубинштейн и др.); аксиологический (Б.С. Братусь, А.Н. Леонтьев, Е.Н. Шиянов и др.); акмеологический (А.А. Деркач, В.Г. Зазыкин, Ю.Н. Казаков, Н.В. Кузьмина, Е.В. Селезнева, М.Ф. Секач, Л.А. Степнова и др.); личностно-ориентированный (Е.В. Бондаревская, В.В. Сериков, И.С. Якиманская и др.) подходы; а также концепции формирования здорового образа жизни (М.М. Безруких, В.Н. Касаткин, Н.Н. Малярчук, П.Н. Пасюков, Г.Н. Сериков, С.Г. Сериков, Н.А. Сирота, Н.К. Смирнов, С.М. Чечельницкая и др.).

Теоретическую основу исследования составили важнейшие положения философских и педагогических теорий, идей, концепций, обеспечивающих понимание различных аспектов управления педагогическими системами, содействия в образовательном процессе высшей школы, различных подходов к изучению природы и механизмов взаимодействия личности и среды, роли здорового образа жизни в развитии личности, а также связей свойств человека как личности и его же свойств как субъекта образовательной деятельности.

Фундаментальные предпосылки для исследования создают труды, раскрывающие философию и методологию образования (В.Г.Афанасьев, Л.П. Буева, Б.З. Вульф, Б.Т. Лихачёв, Н.Д. Никандров, З.И. Равкин, Г.Н. Филон, Т.И. Шамова); гуманизацию образования через гуманизацию человека (П. Рикер, Э. Фромм, М. Хайдеггер и др.), философско-этические теории ценностей и педагогической аксиологии (Е.И. Артамонова, Б.С. Братусь, В.П.

Бездухов, С.И. Гессен, М.С. Каган, В.А. Слостёнин, В.А. Сухомлинский, Е.Н. Шиянов и др.); общие закономерности развития высшей школы (С.И. Архангельский, В.П. Беспалько, А.А. Вербицкий, С.М. Годник, С.И. Зиновьев, Н.Н. Нечаев, Н.Ф. Талызина), отечественной философской антропологии (Н.А. Бердяев, В.С. Соловьев, П.А. Флоренский и др.), ставшей теоретическим основанием для смены парадигмы отечественного образования с авторитарной на гуманистическую, учитывающую целостную природу человека.

Работа опирается на методологию педагогических исследований М.А. Данилова, Н.И. Загузова, В.И. Загвязинского, В.В. Краевского, Н.Д. Никандрова, А.М. Новикова, В.М. Полонского, М.Н. Скаткина и др.; теоретические положения, раскрывающие сущность процесса обучения как единства его содержательной и процессуальной сторон (И.К. Журавлев, Л.Я. Зорина, В.В. Краевский, И.Я. Лернер, И.М. Осмоловская, М.Н. Скаткин, А.П. Тряпцына и др.); концепцию целостности личности, в формировании которой важную роль играет образование (В.П. Беспалько, Б.З. Вульф, В.И. Загвязинский, В.В. Краевский, И.Я. Лернер); инновационные подходы к содержанию образования (В.И. Жог, Е.А. Леванова, Р.Г. Лемберг, Л.М. Перминова, Л.С. Подымова, Е.Н. Селивёрстова, Т.И. Шамова, С.А. Шапоринский), концепцию совместной деятельности субъектов образовательного процесса (М.М. Бахтин, Б.С. Братусь, С.М. Джакупов); труды, определяющие сущностные характеристики педагогического процесса (Ю.К. Бабанский, В.С. Ильин, Т.А. Ильина, И.Ф. Исаев, Б.Т. Лихачев, А.И. Мищенко, Н.Д. Никандров, И.П. Подласый, В.А. Слостенин, С.А. Смирнов, К.Д. Ушинский, В.К. Шаповалов, Е.Н. Шиянов и др.).

Принципиальную роль в обосновании стратегии исследования сыграли работы, связанные с проблемами субъектности (Г.И. Аксёнова, А.В. Брушлинский, В.А. Петровский, С.Л. Рубинштейн и др.), профессионализма личности и деятельности (Б.Г. Ананьев, О.С. Анисимов, А.А. Бодалев, А.А. Деркач, Н.В. Кузьмина, А.К. Маркова, Л.М. Митина, Т.И. Руднева и др.);

концепции и инновационные модели педагогических технологий подготовки учителя (В.И. Андреев, В.П. Беспалько, А.А. Вербицкий, Н.И. Вьюнова, Е.А. Леванова, М.М. Левина, В.Я. Ляудис, И.С. Якиманская и др.). Нами анализировались исследования по основам управления образовательными системами Ю.К. Бабанского, Ю.А. Конаржевского, Б.Т. Лихачева, В.С. Лазарева, М.М. Поташника Т.И. Шамоной и др.; рассматривались проблемы разработки образовательных технологий; а также личностно-ориентированных технологий Е.В. Бондаревской, Л.М. Кустова, Е.А. Левановой, П.И. Пидкасистого и др.

В исследовании истории становления и развития здоровьесбережения личности рассматривались работы Н.М. Амосова, В.М. Бехтерева, И.И. Брехмана, В.И. Вернадского, К. Гельвеция, С.И. Гессена, А. Дистервега, Я.А. Коменского, Дж. Локка, Ж.-Ж. Руссо, Н.И. Пирогова, В.А. Сухомлинского, К.Д. Ушинского и др.); физиолого-гигиенические исследования (М.М. Безруких, В.Д. Еремеева, М.Р. Сапин, А.А. Ухтомский, Н.А. Фомин, Т.П. Хризман, А.Г. Хрипкова и др.); исследования, посвященные разработке проблемы здоровьесбережения и здоровьесберегающих технологий в образовании (Н.П. Абаскалова, Н.В. Богдан, И.И. Брехман, В.А. Вишневский, Г.К. Зайцев, В.Н. Ирхин, В.В. Колбанов, Б.А. Куган, Е.А. Леванова, Н.В. Никитин, Т.Ф. Орехова, И.В. Пичугина, И.Н. Пономарева С.Г. Сериков, В.П. Соломин, Л.Г. Татарникова, С. Anderson др.).

Имеется ряд работ по исследованию типичных особенностей процесса адаптации студентов высших учебных заведений к профессиональной деятельности, анализа отношений преподавателей и студентов, содержания и организации процесса адаптации с учетом необходимости создания специальных условий для достижения поставленных целей (Л.Ф. Бенедиктова, В.И. Брудный, Л.С. Выготский, Ю.Н. Вьюнкова, С.М. Годник, В.М. Дугинец, З.Ф. Есарева, И.С. Кон, А.Н. Леонтьев, Г.И. Насырова, Л.С. Шубина и др.).

Значимыми для нашей работы явились исследования по реализации принципов здоровьесбережения личности в гуманном образовании (Г.Н. Се-

риков, С.Г. Сериков, П.Н. Пасюков и др.), по изучению особенностей физического статуса и профессионального образования личности как субъекта жизнедеятельности конкретного региона (П.Н. Пасюков, А.В. Нестеров, В.И. Прокопенко и др.).

## 2. АНАЛИЗ СУЩЕСТВУЮЩЕЙ ПРАКТИКИ ПО ПРОБЛЕМЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

Анализ практики образовательных учреждений выявило значимость применения здоровьесберегающих технологий в следующих аспектах: востребованность субъектов образовательного процесса, обладающих здоровьесберегательными компетенциями; необходимость технологического обеспечения процесса формирования ценностного отношения к здоровью как фактору развития личности и его реализации в процессе взаимодействия субъектов образовательного процесса; необходимость соотнесения возможностей образовательного учреждения с интересами реальных и потенциальных субъектов образовательного процесса.

Возникает социально-педагогическая необходимость в исследовании ценностей здоровьесбережения как стратегического звена образовательной деятельности высшего учебного заведения, стремящегося не только полноценно удовлетворять, но и сформировать потребность в здоровом образе жизни в контексте аксиологии здоровьесбережения.

В законодательстве РФ понятие «охрана здоровья» определяется как совокупность мер, политического, экономического, правового, социального, культурного, научного, медицинского, гигиенического и противоэпидемического характера, направленных на сохранение и укрепление физического и психического здоровья каждого человека, поддержания его активной долголетней жизни, предоставление ему медицинской помощи в случае утраты здоровья (Ст.1 Основ законодательства РФ об охране здоровья граждан).

Анализ существующего законодательства показывает, что в законодательстве Российской Федерации достаточно полно и последовательно отражены права детей и подростков на охрану здоровья с учетом рекомендаций Всемирной организации здравоохранения, международных обязательств, а также факторов, влияющих на здоровье, присущих нашей стране. Право на охрану здоровья или иначе здоровьесбережение состоит по своему содержанию из нескольких прав и обеспечивается охраной природной среды, созданием благоприятных условий труда, быта, отдыха, воспитания и обучения полноценным доброкачественным питанием, а также предоставлением детям и подросткам доступной медико-социальной помощи и достоверной информации о состоянии здоровья и факторах на него влияющих.

К сожалению, в настоящее время имеют место значительные, неоправданно высокие перегрузки участников образовательного процесса в системе высшего профессионального образования России. Механизмы саморегуляции личности начинают функционировать на предельных значениях жизненных потенциалов здоровья людей, создавая угрозу ухудшения их здоровья. Переутомление сказывается на здоровье участников образовательного процесса. Кроме того, слишком суровые региональные природно-климатические условия, характерные, например, для районов Крайнего Севера и приравненных к ним территорий, отвлекают природные силы организма на противостояние им в плане физического выживания. Это также может составлять угрозу безопасности здоровья участников образовательного процесса.

Степень научной разработанности проблемы исследования.

Научную ценность для исследования общих закономерностей развития профессионального образования в целом и технологии здоровьесбережения личности в частности представляют следующие идеи и концепции: философские и психологические идеи, составляющие теорию развития личности (К.А. Абульханова-Славская, А.Г. Асмолов, И.В.

Блауберг, А.А. Бодалев, Л.П. Буева, В.П. Зинченко); с позиций гуманистической психологии (Д. Келли, А.Н. Леонтьев, А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс, С.Л. Рубинштейн); труды, обращенные к проблемам высшего профессионального образования (А.А. Андреев, А.А. Вербицкий, Б.С. Гершунский, И.С. Кон, В.В. Краевский, А.Я. Найн, В.А. Сластенин, Н.Ф. Талызина); идеи социализации и адаптации личности (А.В. Мудрик, А.В. Петровский, П.А. Просецкий и др.);

Аксиологические аспекты здоровья, здоровье как социальная ценность, ценностные ориентации личности и общества, их динамика в техногенном мире рассматривались в работах В.С. Барулина, С.С. Бубновой, Е.С. Демиденко, В.М. Димова, В.Д. Жирнова, А.Л. Иванюшкина, О.В. Кобелевой, И.А. Крыловой, В.Н. Паутова, П.В. Петрий, И.В. Силуяновой, П.Д. Тищенко, В.Г. Федотовой и др. Мировоззренческие основания ценности здоровья изучаются в работах А.А. Алексеева, Н.А. Быховской, А.В. Варфоломеева, Э.С. Демиденко, Н.А. Дудиной, В.А. Иванченко, И.П. Неумывакина, П.Г. Петровой, Т.Я. Свищевой, М.И. Фомина, Л.В. Шаплыгина и др. В рамках психолого-акмеологической школы здоровье и его ценность рассматриваются как важный ресурс успешной жизни, основной показатель эффективности специалиста, успешности его профессиональной деятельности (В.К. Бальсевич, М.М. Безруких, Т.Н. Горобец, А.А. Деркач, О.И. Жданов, Ю.Н. Казаков, В.Н. Касаткин, О.А. Москаленко, М.Ф. Секач, Н.К. Смирнов, В.Д. Сонькин, С.М. Чечельницкая и др.).

Проблема изучения здоровья человека, его целостности, системности, связи с окружающей средой в последние годы особенно привлекает внимание труды В.К. Бальсевича, М.Я. Виленского, В.Н. Ирхина, Л.И. Лубышевой, А.В. Царика, Р.Х. Яруллина и др. Имеют место исследования, направленные на поиски путей и средств сохранения, сбережения здоровья обучающихся и педагогов в условиях педагогического процесса и педагогическими средствами. Среди них работы В.Ф. Базарного, В.К. Бальсевича, В.П. Казначеева,

А.И. Киколова, В.В. Колбанова, Е.А. Левановой, Л.И. Лубышевой, Л.М. Митиной, П.Н. Пасюкова, З.И. Тюмасевой и др.

Это явилось одной из причин исследования проблемы «здорового образа жизни» как качественной характеристики жизни человека, направленной на здоровье. Благодаря тому, что именно здоровый образ жизни считается одним из определяющих факторов здоровья человека, в настоящее время сложилось достаточно четкое представление о его составляющих (Ю.Д. Глушков, Д.Н. Давиденко, В.И. Жолдак, Л.А. Калинин, Н. Коршунов, П.В. Половников, В.М. Розин, В.Ю. Салов и др.).

Проблемы организации здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения на основе системного и комплексного подхода разрабатываются Н.П. Абаскаловой, В.И. Бондиным, Г.К. Зайцевым, В.В. Колбановым, В.С. Кукушкиным, Л.М. Митиной, Н.К. Смирновым, А.Г. Трушкиным, Ф.Ф. Харисовым и др. В исследованиях А.Д. Ботулу, О.С. Васильевой, О.И. Даниленко, Ю.А. Лукина, Ю.В. Науменко, С.И. Троицкой, Д.И. Фельдштейна, Ф.Р. Филатова, Е.В. Шестун и др., убедительно показано существование эталонов здоровья в их культурно-историческом контексте, которые, как концептуальные схемы описания жизнедеятельности человека, возникли в конкретных социокультурных условиях.

Значимыми для нашей работы явились исследования по реализации принципов здоровьесбережения личности в педагогическом образовании (В.И. Загвязинский, Н.Н. Малярчук, Г.Н. Сериков, С.Г. Сериков, П.Н. Пасюков и др.), по изучению особенностей физического статуса и профессионального образования личности как субъекта жизнедеятельности конкретного региона (Г.И. Мызан, А.В. Нестеров, В.И. Прокопенко, П.Н. Пасюков и др.). Социально-психологические аспекты здоровья и его взаимосвязь с профессиональной адаптацией анализировались в работах Б.З. Вульфома, Н.В. Кузьминой, П.А. Просецкого, В.А. Сластенина, Г.И. Царегородцева, А.И. Щербакова и др.

Различные подходы к обеспечению индивидуального опыта здоровьесбережения рассматривались в работах В.К. Бальсевича, В.С. Быкова, В.А. Вишневого, В.И. Дубровского, Н.А. Фомина и др. Необходимость развития мотивации здоровьесбережения учащихся рассмотрены в трудах педагогов-валеологов Э.Н. Вайнера, В.В. Колбанова, В.И. Сыренского, Л.Г. Татарниковой и др. В исследованиях А.Г. Дембо, В.И. Дубровского, С.П. Завитаева, Л.И. Лубышевой представлена стратегия развития мотивации здоровьесбережения через организацию физкультурно-оздоровительной деятельности.

Рассмотрение педагогического содействия здоровьесбережению как совместной деятельности, как компонента взаимодействия в образовательной реальности изначально определяемое педагогом, но «всемерно повернутое к ребенку» и с ним вместе осуществляемое действие представлено в работах Г.С. Батищева, Н.А. Бердяева, С.И. Гессена, К.Д. Ушинского и др.).

В работах, освещающих проблемы подготовки педагогов к осуществлению здоровьесберегающей деятельности в образовательных учреждениях (И.А. Баева, О.А. Клестова, С.Е. Ратенко, Т.В. Сущенко, Н.В. Суворова, Л.И. Уткина и др.), рассмотрены вопросы организации здоровьесберегающего обучения; формирования систем и моделей здоровьесберегающей деятельности в образовательных учреждениях; готовности педагогов к осуществлению здоровьесберегающей деятельности в процессе профессиональной подготовки.

Анализ разработанности исследуемой проблемы показал, что значительное количество научных публикаций раскрывает различные аспекты здоровьесберегающей деятельности в образовании. Вместе с тем анализ данных источников показывает, что на сегодняшний день практически отсутствует целостное теоретическое обоснование потенциальных здоровьесберегающих технологий в условиях высшего образования, отвечающего новым потребностям модернизации системы профессионального образования России.

При всех реально существующих возможностях использования технологий здоровьесбережения личности сегодня потенциал его как педагогического феномена недостаточно изучен и вследствие этого не реализован. Таким образом, возникает необходимость теоретического обоснования разработки здоровьесберегающих технологий в условиях высшего профессионального образования.

### 3 ТЕНДЕНЦИИ, ПРИНЦИПЫ И ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ ЛИЧНОСТИ

Исследование проблемы содействия здоровьесбережению личности в условиях высшего образования подвело нас к необходимости установить причинно-следственные связи и зависимости, проявляющиеся в форме ведущих тенденций и принципов.

Решение поставленных в нашем исследовании задач на содержательном и процессуальном уровнях достигается путем реализации выявленной нами совокупности принципов здоровьесбережения личности в условиях высшего профессионального образования, которыми являются:

- принцип научности, определяющий научное знание как знание фундаментальных идей, концепций, законов, закономерностей содействия здоровьесбережению личности, знание ведущих педагогических теорий, основных категорий и понятий здоровьесберегающей педагогики, овладение системными знаниями о закономерных связях человека с природой и обществом, о процессах становления здоровой личности в реальном социокультурном и образовательном пространстве; развитие творческого потенциала каждого педагога, формирование внутренней установки на самообразование, самовоспитание и саморазвитие, формирование научных знаний о здоровье путем освоения комплекса дисциплин, направленных на овладение студентом теоретических и методологических основ, необходимых в будущей здоро-

вьесберегательной деятельности;

- принцип системности, рассматривающий теорию, систему понятий, тенденций, противоречий, законов и закономерностей во взаимосвязи и взаимозависимости, динамику развития всех компонентов содействия здоровьесбережению личности, в зависимости от эффективности реализации их на каждом уровне; содержание профессионально-ориентированной на здоровьесбережение деятельности педагога в соответствии с целями профессионального образования, заключающихся в непрерывном социально-нравственном общекультурном и профессиональном развитии и возможности выбора системы педагогических средств, стимулирующих развитие мотивационно-ценностных установок на укрепление и сохранение здоровья;

- принцип регионализации, рассматривающий социально-экономические условия развития региона, климато-географические условия, местные и национальные особенности функционирования не только учреждений педагогического образования, но и функционирования региональной образовательной системы в целом; по мнению некоторых ученых, данный принцип подчеркивает привязку условий, в которых происходит развитие человека, к месту проживания, популяции в географическом, социальном, экономическом плане;

- принцип вариативности, предполагающий на разных уровнях технологии здоровьесбережения предоставления содержательных, деятельностных и организационных возможностей для удовлетворения профессионально-личностных потребностей;

- принцип направленности образовательного процесса на субъектное развитие и саморазвитие, предполагающих проектирование и реализацию учебных программ и здоровьесберегающих технологий, способствующих развитию механизмов формирования содействия здоровьесбережению личности;

- принцип адаптированности – проявления здоровья личности зависят от специфики адаптивной ситуации, в связи с этим данный принцип способствует реализации возможности адаптации личности к условиям профессионального образования через создание среды для адаптации личности в образовательном пространстве вуза, что является одним из путей содействия здоровьесбережению, т.к. в основе здоровья человека лежат адаптационные механизмы;

- педагогической целесообразности, позволяющий студентам дифференцировать ценности на уровне аналитических и оценочно-прогностических умений, устанавливать педагогически целесообразные отношения, регулировать межколлективные и внутриколлективные отношения, предвидеть результаты взаимодействия;

Реализация данных принципов, обоснование сущности и содержания технологии здоровьесбережения личности в условиях высшего профессионального образования, анализ основных противоречий в образовательной среде, разнообразных позиций современной парадигмы образования и современных концепций здоровьесбережения личности позволили установить зависимости, проявляющиеся в форме ведущих тенденций.

В качестве одной из ведущих тенденций технологии здоровьесбережения личности в условиях профессионального образования мы выделяем гуманистическую направленность здоровьесберегающего образования.

Гуманизация высшего образования неразрывно связана с созданием условий для творческого самоопределения личности, выбора своего дела, своего круга содержательного общения, своего места приложения сил. Именно эта область человеческих взаимоотношений в учебном заведении является сегодня областью тревоги и заботы, потому что ею в значительной степени определяется мера человеческой зрелости выпускника, его профессионализма.

Гуманизация – одно из приоритетных нововведений в сфере многоуровневого профессионального образования. Эта проблема всегда была в центре внимания ученых-философов, социологов, психологов и педагогов.

Гуманизация профессионального образования обеспечивает становление собственно человеческого в человеке. Научить чему-либо, сделать его социально полезным – техническое средство для главной функции гуманизации. Важно, чтобы человек обрел свою сущность и мог ее реализовать. Важно, какой образ человека складывается и как он практически воплотится в том жизненном интервале, который ему отпущен. Это предельно глобальная функция гуманизации профессионального образования.

Тенденция ценностно-ориентированного здоровьесбережения личности. Опираясь на эти качества личности, на наш взгляд создание среды для адаптации студентов к условиям профессионального образования будет проходить успешно при осуществлении профессиональной направленности содержания и организации образовательного процесса, а если иметь в виду, что в основе любого вида деятельности человека, в т. ч. и овладение профессией лежат физиологические явления, становится необходимым также освоение основ и норм здорового образа жизни с целью сохранения и укрепления индивидуального здоровья. Реализация фактора здоровьесберегающей направленности личности становится возможным при условии создания образовательного здоровьесберегающего пространства.

Для формирования и комплексного развития образовательного здоровьесберегающего пространства в высшем учебном учреждении, необходимы знания студентами средств и методов формирования здорового образа жизни, путей укрепления и сохранения своего здоровья. Такая работа включает в себя разработку специальных учебных программ (блоков, модулей) информирования студентов о нормах и правилах здорового образа жизни.

Тенденция технологизации здоровьесбережения личности в условиях профессионального образования является ведущей тенденцией формирова-

ния готовности будущих профессионалов к применению здоровьесберегающих технологий на практике.

Наша исследовательская и опытно-экспериментальная работа была направлена на поиск здоровьесберегающих технологий как средства содействия здоровьесбережению личности в контексте целостного образовательного процесса с учетом неразрывного единства теоретической и практической профессиональной подготовки, различных направлений педагогической деятельности.

Выявление эффективных здоровьесберегающих технологий во многом зависит от понимания механизмов этого процесса в системе высшего профессионального образования.

Рассмотрим более подробно каждое из предложенных в выдвинутой нами концепции условий эффективного здоровьесбережения личности в системе профессионального образования.

1. Создание среды для адаптации личности в образовательном пространстве вуза.

Современное состояние подготовки студентов в вузах, сам недостаточный уровень их готовности к гуманистическому взаимодействию в профессиональной деятельности актуализирует вопрос об ином качестве профессионального образования, одним из значимых путей к которому будет создание среды для адаптации личности к условиям своего профессионального образования.

Анализ сложившейся практики создания среды для адаптации позволит конкретизировать задачу и четче обозначить актуальные пути и средства ее решения.

2. Гуманистическое взаимодействие участников образовательного процесса в совместной деятельности.

В ходе теоретического анализа мы выяснили, что одним из условий эффективного здоровьесбережения личности является гуманистическое вза-

имодействие преподавателей и студентов в процессе совместной деятельности.

Совместная деятельность (студенты, преподаватели) в условиях профессионального образования заключается в освоении образовательного пространства вуза.

### 3. Создание образовательного здоровьесберегающего пространства

Как мы уже отмечали, начало учебной деятельности в профессиональном учебном заведении связано с переходом организма студентов на новый уровень функционального состояния, обеспечивающих возможность выполнения этой деятельности. Несомненно, здоровье и студентов взаимосвязаны и взаимообусловлены. Чем крепче здоровье студента, тем продуктивнее обучение.

Здоровьесбережение участников образования стало насущной необходимостью современной действительности. Многочисленные факты свидетельствуют, о том, что участие людей в образовании является весьма энергозатратно, что может приводить к ухудшению их здоровья, если не предпринимать специальных мер.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Теоретическое и практическое решение проблемы здоровьесбережения личности в системе высшего профессионального образования является одним из актуальных направлений гуманизации профессионального самоопределения.

Содействие здоровьесбережению личности в системе высшего профессионального образования может рассматриваться как педагогическая концепция, структурными составляющими которой являются методологические подходы, предпосылки, установленные тенденции и принципы, педагогические условия эффективности.

Содержанием технологии здоровьесбережения личности в высшем учебном заведении следует считать методы и приемы совместной работы педагога и обучающегося, направленные на усвоение личностью социального опыта будущей профессии, на формирование положительной мотивации учения, в которой студент, будучи субъектом деятельности, выступает не только объектом здоровьесбережения, но и его субъектом.

Средой здоровьесбережения студентов выступает организация (профессиональное учебное заведение) в целом. Она характеризуется как структурными (образовательная цель, учебная информация, коммуникация, студенты и педагоги), так и функциональными компонентами (организаторский, гностический, коммуникативный).

Педагогическая технология здоровьесбережения личности в высшем профессиональном образовании направлена на последовательное и непрерывное движение взаимосвязанных между собой компонентов и этапов, состояний образовательного процесса и действий его участников. Каждому этапу здоровьесберегающей деятельности соответствует свои задачи, содержание, способы и результаты.

Научная разработка этих и ряда других проблем в технологическом ас-

пекте будет способствовать здоровьесбережению студентов в образовательном процессе вуза.

## ПРИЛОЖЕНИЕ А

Библиографический список публикаций, отражающих результаты научно-исследовательской работы в рамках базовой части государственного задания в сфере научной деятельности по заданию № 19.9580.2017/БЧ за 2017 год

*Научные статьи в журнале, индексируемом в базе международного цитирования Scopus, Web of Science:*

1. Кокорина О.Р., Пасюков П.Н. и др. «Основные тенденции, принципы и психолого-педагогические условия содействия здоровьесбережению личности в условиях высшего педагогического образования» - в печати.