

# МОДЕЛЬ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ СРЕДЫ СОВРЕМЕННОГО ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВУЗА

Хоптинская Анна Александровна,

ФГБОУ ВО «Московский педагогический государственный университет»,

г. Москва, Россия

✉ aa.khoptinskaya@mpgu.su

## АННОТАЦИЯ

В статье уточняется дефиниция «здоровьесберегающая образовательная среда вуза», представлены её сущностные характеристики и основные компоненты управления воспитательно-оздоровительной работой образовательной организации. Особое внимание уделяется выявлению факторов, которые могут оказать влияние на результативность процесса создания здоровьесберегающей среды современного педагогического вуза. Описана модель организации здоровьесберегающего и здоровьеобогащающего педагогического процесса, включающая: целевой, содержательный, организационно-процессуальный и оценочно-результативный блоки, ориентированные на повышение эффективности воспитательно-оздоровительной работы в образовательной организации. В работе дана характеристика педагогических условий, которые обеспечивают успешность функционирования, разработанной автором модели здоровьесберегающей среды современного педагогического вуза. В ходе обобщения и систематизации литературы, автор доказывает, что качество системных связей между пространственно-предметным и социальным компонентами здоровьесберегающей образовательной среды обеспечивают формирование у участников образовательного процесса навыков управления состоянием своего здоровья, включая правильное использование внутренних резервов организма.

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** *здоровье, здоровьесберегающая образовательная среда вуза, здоровьесбережение, системно-деятельностный подход, индивидуально-дифференцированный подход, воспитательно-оздоровительная работа, модель, педагогические условия.*

# MODEL OF A HEALTH-SAVING ENVIRONMENT OF A MODERN PEDAGOGICAL UNIVERSITY

Khoptinskaya A.A.,

the Moscow state pedagogical university, Moscow, Russia

---

## ABSTRACT

The article clarifies the definition of "health-saving educational environment of the University", presents its essential characteristics and the main components of the management of educational and recreational work of the educational organization. Special attention is paid to the identification of factors that can influence the effectiveness of the process of creating a health-saving environment of a modern pedagogical University. The model of organization of health-saving and health-enriching pedagogical process including: target, substantial, organizational-procedural and estimated-effective blocks focused on increase of efficiency of educational and improving work in the educational organization is described. The paper describes the pedagogical conditions that ensure the success of the functioning, developed by the author of the model of health-saving environment of modern pedagogical University. In the course of generalization and systematization of the literature, the author argues that as a system of relations between spatial-domain and social components of health-preserving educational environment ensure the formation of the participants of the educational process skills to manage their health, including proper use of internal reserves of the body.

**KEYWORDS:** *health, health-saving educational environment of the University, health-saving, system-activity approach, individually differentiated approach, educational and health-improving work, model, pedagogical conditions.*

**А**ктуальность данной проблематики, обусловлена наличием в современном обществе идеи, утверждающей, что формирование осознанной потребности в здоровье у обучающихся, выступает в качестве залога их благополучия и успешности жизни. В настоящее время, это один из приоритетов, реализуемых в системе профессио-

нальной подготовки в вузе на уровне ФГОС ВО нового поколения по направлению 44.03.01 «Педагогическое образование».

В исследованиях Н.П. Абаскаловой, Р.И. Айзмана, Т.В. Ахутиной, М.М. Безруких, С.В. Ваторпиной, Э.Н. Вайнера, М.Я. Виленского, Г.К. Зайцева, В.Н. Ирхина, Э.М. Казина, В.Т. Кудрявцева, Н.Н. Малярчук, Л.М. Митиной, Е.Н. Пожарской, В.Д. Сонькина, Л.Ф. Тихомировой, Н.В. Третьяковой, Т.И. Чедовой, А.Н. Черемных подчеркивается, что значительная часть обучающихся, осуществляет учебно-профессиональную деятельность в состоянии напряжения ведущих регуляторных систем организма, адаптационных механизмов или их срыва; многие не признают здоровье как приоритетную личностную ценность; не владеют методами самодиагностики и саморегуляции психофизиологических состояний, не обладают целостной системой знаний о здоровье и здоровом образе жизни, комплексом навыков и технологий сохранения, формирования, укрепления, а также улучшения своего здоровья [1; 2; 4; 5; 6; 7; 8; 9; 10; 11].

Анализ состояния теории и практики здоровьесберегающей деятельности в образовательных организациях на современном этапе, показал, что в силу низкого уровня культуры здорового и безопасного образа жизни и негативного отношения к себе, собственному образу жизни, существенно ухудшается физическое, психическое, нравственное здоровье обучающихся. Именно поэтому, достаточно значимой, становится проблема создания здоровьесберегающей среды в условиях современного педагогического вуза.

На наш взгляд, важнейшим компонентом системной работы по созданию здоровьесберегающей среды в условиях современного педагогического вуза, является наличие обратной связи, то есть оценки эффективности предпринимаемых в области здоровьесбережения участников образовательного процесса мер и их последующей коррекции.

Сегодня, практически в каждом вузе, должен быть организован саногенетический мониторинг, который позволит осуществлять сис-

темное отслеживание состояние здоровья участников образовательного процесса и выявлять наиболее существенные проблемы, связанные с нарушением целостного здоровья обучающихся в единстве всех компонентов, адаптационных механизмов, со стороны ведущих регуляторных систем организма.

Следует отметить, что определяющую роль в создании здоровьесберегающей среды играют системно-деятельностный и индивидуально-дифференцированный подходы, которые выступают в качестве методологического регулятива в формировании индивидуальных стратегий здоровьесберегающей деятельности образовательной организации.

Здоровьесберегающая образовательная среда, по мнению А.Г. Маджуга, представляет собой целенаправленно и профессионально создаваемую систему дидактических условий, в которой усвоение обучаемыми знаний, умений и навыков, развитие качественных сторон мыслительной деятельности и формирование эмоционально-ценностного отношения к миру (в том числе и к своему здоровью), происходят в ситуациях физического, эмоционального, интеллектуального, социального, духовного комфорта, а также при отсутствии этнофункциональных расхождений со стороны важнейших систем жизнеобеспечения [13, с. 105]. В создании здоровьесберегающей образовательной среды с указанными модельными характеристиками, главную роль, он отводит стратегии здоровьесбережения, которая связана с актуализацией потребностно-мотивационной сферы личности в аспекте своего здоровья, присвоением ценностей здорового образа жизни.

Итак, здоровьесберегающую образовательную среду современного педагогического вуза, можно определить как систему влияний и условий формирования здоровой личности, а также возможностей для ее развития, содержащихся в социальном (отношение преподавателей к студентам, особенности организации образовательного процесса, стиль взаимоотношений в педагогическом коллективе, в сту-

денческих коллективах и т.д.), пространственно-предметном (уровни экологической и криминальной безопасности района, качество зданий, прилегающих к вузу территорий, внутривузовских помещений, мебели, технических средств обучения, дизайна интерьеров, эргоди-зайн информационного пространства, наличие актового и спортив-ного залов, столовой, библиотеки и т.д.) окружении, а также качество связей между социальным и пространственно-предметным компо-нентами образовательной среды.

Мы считаем, что качество системных связей между пространст-венно-предметным и социальным компонентами здоровьесберега-ющей образовательной среды, обеспечивают тот или иной результат образовательного процесса: уровень методического обеспечения, эффективность использования имеющихся образовательных ре-сурсов; направленность образовательного процесса на раскрытие и развитие личностного потенциала каждого обучающегося, при его оптимальном физическом, психическом и функциональном раз-витии; способность вузовской среды удовлетворить весь комплекс базовых потребностей студента и сформировать у него систему со-циальных ценностей, обеспечивающих успешную адаптацию к сов-ременной, постоянно изменяющейся среде обитания (жизненной среде). Неотъемлемым компонентом этих социальных ценностей является индивидуальное здоровье обучающегося и его близкого окружения.

По нашему мнению, необходимо обозначить компоненты управ-ления воспитательно-оздоровительной работой образовательной организации, которые важны при создании здоровьесберегающей среды современного педагогического вуза. К этим компонентам от-носятся: целевой, процедурный, координационный, рефлексивный.

Характеристика основных компонентов управления воспитатель-но-оздоровительной работой по сохранению, укреплению и форми-рованию здоровья участников образовательного процесса образова-тельной организации представлена в таблице.

Таблица

**Характеристика основных компонентов управления воспитательно-оздоровительной работой по сохранению здоровья участников образовательного процесса образовательной организации**

Основные компоненты	Содержание компонентов
Целевой	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ цели сохранения здоровья участников образовательного процесса (укрепление компонентов целостного здоровья, развитие индивидуальности и личности);</li> <li>■ цели моделирования оздоровительной деятельности в учебно-воспитательном процессе;</li> <li>■ цели диагностики, коррекции здоровьесберегающего аспекта педагогической системы.</li> </ul>
Процедурный	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ разработка спортивно-оздоровительных программ;</li> <li>■ реализация технологий и алгоритмов, обеспечивающих осуществление здоровьесберегающей функции каждым участником образовательного процесса;</li> <li>■ выбор и реализация оздоровительных средств в учебно-воспитательном процессе (для преподавателей, студентов).</li> </ul>
Координационный	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ выбор и применение путей, способов и форм интеграции действий отдельных субъектов учебно-воспитательного процесса.</li> </ul>
Рефлексивный	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ самоанализ и самооценка реализации воспитательно-оздоровительной работы;</li> <li>■ определение связей и влияний элементов педагогической системы в конкретных условиях на здоровье ее участников.</li> </ul>

Таким образом, концептуально-теоретической основой в создании здоровьесберегающей среды современного педагогического вуза является целенаправленная воспитательно-оздоровительная работа образовательной организации и управление ею.

Рассмотрение концептуально-теоретических основ организации воспитательно-оздоровительной деятельности в образовательной ор-

ганизации, направленной на улучшение здоровья участников образовательного процесса, даёт нам основание разработать модель здоровьесберегающей среды современного педагогического вуза.

Под моделью, мы понимаем описание образовательного процесса или его составных частей с помощью схемы, дающее представление об их структуре и отражающее взаимосвязи между ними.

Процесс разработки модели здоровьесберегающей среды современного педагогического вуза, может быть осуществлен на основе предложенной Л.А. Бордонской логики разработки модели педагогического процесса, ориентированного на раскрытие взаимосвязи различных компонентов управления в учебно-воспитательном процессе образовательной организации [3, с. 37].

При разработке модели здоровьесберегающей среды современного педагогического вуза были учтены факторы, оказывающие влияние на конструирование данной модели; подходы и принципы, определяющие общее направление содержания и процесса разработки модели.

Наш опыт, даёт основание определить ряд факторов, которые могут повлиять на результативность процесса создания здоровьесберегающей среды современного педагогического вуза:

- лично-ориентированная направленность к оздоровлению, которая состоит в том, что все участники образовательного процесса одновременно субъект и объект деятельности по здоровьесбережению;
- профессиональное сотрудничество и сотворчество, в рамках которого обеспечивается обязательное профессиональное взаимодействие преподавателя и специалистов, в процессе организации здоровьесберегающего и здоровьеобогащающего педагогического процесса, а также тесное сотрудничество с семьей обучающегося;
- синкретичность — объединение разнообразных методов здоровьесбережения и здоровьеобогащения в условиях пе-

дагогической технологии; объединение различных способов учебно-профессиональной деятельности, позволяющих обучающемуся наиболее полно и самостоятельно проявлять себя, получая удовлетворение от познания и реализации своих возможностей, испытывая состояние эмоционального и физического комфорта.

Следует отметить, что необходимыми педагогическими условиями, которые, обеспечат успешное функционирование модели здоровьесберегающей среды современного педагогического вуза являются:

### **1. Спортивно-оздоровительная инфраструктура образовательной организации:**

- состояние здания и помещения вуза, их содержание в соответствии с существующими гигиеническими нормативами;
- оснащенность, необходимым оборудованием и инвентарем учебных аудиторий, лабораторий, физкультурного зала и спортивных площадок;
- наличие и необходимое оснащение медицинского кабинета;
- наличие и необходимое оснащение столовой;
- организация качественного питания обучающихся;
- необходимый (в расчете на количество обучающихся) и квалифицированный состав специалистов, обеспечивающих работу с обучающимися (медицинские работники, преподаватели физического воспитания, психологи и т.д).

### **2. Рациональная организация учебно-воспитательного процесса:**

- соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объему учебной и внеучебной нагрузки обучающихся;
- использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям обучающихся;
- введение любых инноваций в образовательный процесс, только под контролем специалистов;

- строгое соблюдение требований к использованию технических средств в обучении (компьютер, мультимедиасредства, технологии дополненной реальности);
- рациональная и соответствующая педагогическим и гигиеническим требованиям организация занятий по физическому воспитанию и занятий активно-двигательного характера;
- индивидуализация обучения (учет индивидуальных особенностей развития), работа по индивидуальным образовательным программам в условиях двухуровневой подготовки (уровень бакалавриата и магистратуры).

В условиях современного педагогического вуза, процесс создания здоровьесберегающей среды имеет специфические особенности, которые выражаются в учете содержания понятия здоровье в единстве трёх его базовых компонентов (физическое, психологическое, социальное здоровье).

Рассмотрим специфические характеристики этих компонентов. Так, физическое здоровье обеспечивается: гигиеническими факторами (режим дня, здоровое питание, личная гигиена); физическими упражнениями и оптимальным двигательным режимом; закаливанием (оздоровительные силы природы). Психологическое здоровье включает в себя: адекватный возрасту уровень зрелости личностных сфер (познавательной, эмоционально-волевой, потребностно-мотивационной, ценностно-смысловой); способность к управлению своим поведением; адаптивность в микросоциальных отношениях (умение общаться); соответствие субъективных образов, отражаемым объектам и характеру реакции (адекватность восприятия и реагирования). Социальное здоровье определяется как количество и качество межличностных связей индивидуума и степень его участия в обществе. В связи с этим, можно обозначить ряд социальных факторов, которые оказывают влияние на здоровье человека: умение оберегать и поддерживать контакты с близкими людьми; умение налаживать хорошие взаимоотношения с другими людьми; правильно

организованный, разносторонний, познавательный и эмоционально насыщенный досуг с включением в него оздоровительной практики.

На основе обозначенных сущностных характеристик здоровьесберегающей направленности образовательной организации, нами разработана модель организации здоровьесберегающего и здоровьеобогащающего педагогического процесса, включающая: целевой, содержательный, организационно-процессуальный и оценочно-результативный блоки, ориентированные на повышение эффективности здоровьесберегающей деятельности образовательной организации. Сущность и структура модели представлена на рисунке.

Важно подчеркнуть, что успешность реализации данной модели зависит от внешних факторов: 1) мотивация участников процесса здоровьесбережения; 2) влияние внешнесредовых условий и возможностей педагогической системы в сохранении, формировании и укреплении здоровья; 3) координация воспитательно-оздоровительной деятельности образовательной организации специалистами (врачами, психологами, преподавателями физического воспитания, инструкторами по адаптивной физической культуре и лечебной физической культуре).

Таким образом, модель организации здоровьесберегающего и здоровьеобогащающего педагогического процесса в вузе представляет собой двустороннюю взаимосвязанную деятельность субъектов и объектов воспитания, направленную на субъект-субъектные отношения и конечный результат — обеспечение оптимального уровня психофизического состояния и здоровья обучающихся (рис.).

Обязательным условием эффективности предложенной модели, является осознание участниками образовательного процесса необходимости формирования здорового образа жизни, их активности, а также психологической и практической подготовки к организации деятельности в области здоровьесбережения.

Успешность реализации разработанной нами модели обеспечивается комплексом педагогических условий: системная диагностика



*Рис. Модель организации здоровьесберегающего и здоровьеобогащающего педагогического процесса в вузе*

и объективный контроль за здоровьем участников образовательного процесса; формирование системных знаний у участников педагогического процесса по вопросам сохранения, укрепления и поддержания здоровья; обеспечение материально-пространственной среды; наличие эмоционально-положительной установки у участников образовательного процесса в отношении своего здоровья; личностно-ориентированный и дифференцированный подход в оздоровительно-воспитательной работе и здоровьесберегающей деятельности; практическая включенность обучающихся в оздоровительную деятельность; высокий уровень физической, социальной и психической активности обучающихся; практическая реализация участниками образовательного процесса содержания воспитательно-оздоровительной работы в повседневной жизни.

Проведенное нами исследование показало, что здоровьесберегающая деятельность в образовательной организации, осуществляемая в рамках разработанной модели, приводит к снижению заболеваний, и, как следствие — уменьшению количества пропусков учебных занятий по болезни, сплочению студенческого коллектива. Кроме того, она способствует приобщению участников образовательного процесса к организации индивидуальных, групповых и массовых оздоровительных мероприятий, улучшает нравственно-психологический климат в коллективе, содействуют лучшему пониманию друг друга, установлению личных контактов и конструктивному диалогу в процессе обмена информацией, создавая атмосферу дружелюбия и доверия. При этом, в процессе организации здорового образа жизни участников образовательного процесса формируются навыки управления состоянием своего здоровья, включая правильное использование внутренних ресурсов организма. ■

## БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Ахутина Т.В. Здоровьесберегающие технологии обучения: Индивидуально-ориентированный подход / Т.В. Ахутина // Школа здоровья. — 2000. — № 2. — С. 21–28.
2. Безруких М.М. Здоровьесберегающая школа: монография / М.М. Безруких. — М.: Московский психолого-социальный институт, 2004. — 240 с.
3. Бордонская Л.А. Отражение взаимосвязи науки и культуры в физическом образовании / Л.А. Бордонская. — Чита: ЗабГПУ, 2002. — С. 37–39.
4. Вайнер Э.Н. Формирование здоровьесберегающей среды в системе общего образования // Валеология. — 2011. — №1. — С. 21–26.
5. Ваторопина С.В. Здоровьесбережение в современном образовательном пространстве // Научно-методический электронный журнал «Концепт». — 2017. — № 59. — 0,4 п. л. — URL: <http://e-koncept.ru/2017/470112.htm>.
6. Инновационный подход к здоровьесбережению студентов в рамках семинарских занятий модуля «Физическая культура» [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособие / А. Н. Черемных, Т. И. Чедова; Перм. гос. нац. исслед. ун-т. — Электрон. дан. — Пермь, 2018. — 4 Мб; 96 с. — Режим доступа: <http://www.psu.ru/files/docs/science/books/uchebnie-posobiya/innovacionnyj-podhod-k-zdoroviesberezheniyu-studentov.pdf>.
7. Малярчук Н.Н. Оценка качества здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений/ Н.Н. Малярчук. URL: [http://www.rusnauka.com/6\\_PNI\\_2014/Pedagogica/4\\_159817.doc.htm](http://www.rusnauka.com/6_PNI_2014/Pedagogica/4_159817.doc.htm) (дата обращения: 13.05.2016).
8. Пожарская Е.Н. Здоровьесберегающая педагогика: учебное пособие для вузов / Е.Н.Пожарская. — Ростов н/Д.: Издательский центр ДГТУ, 2012. — 479 с.
9. Развивающая педагогика оздоровления / В.Т. Кудрявцев, Б.Б. Егоров. — М.: Линка-пресс, 2000. — 236 с.
10. Сонькина В.Д. Теория и методология реализации здоровьесбережения в условиях современного вуза: Дис. ... д-ра пед. наук / Д.С. Сомов. — Ставрополь, 2012. — 250 с.

11. Новая дидактика высшего образования : монография / О. О. Заварзина, А. В. Сафощин, В. И. Стрелков, Н. Е. Симонов, А. В. Кравченко. Москва : МПГУ, 2019. 220 с.
12. *Третьякова Н.В.* Процессный подход к управлению качеством здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения / Н.В. Третьякова; под науч. ред. В. А. Федорова. — Екатеринбург: Изд-во Рос. гос. проф.-пед. ун-та, 2014. — 157 с.
13. Энциклопедический словарь по психолого-педагогической инноватике / авт.-сост. А.Г. Маджуга, Л.Б. Абдуллина, И.А. Синицина, Г.И. Гайсина, А.Ф. Амиров, К.Г. Сердакова, Л.К. Фортова, В.Е. Цибульникова, Р.В. Канбекова, В.Г. Калашников, Э.Н. Ильясова, Р.В. Шурупова, В.Ф. Бахтиярова, Ю.С. Гирин, Р.А. Хамидуллина, С.А. Царев. — М.: Логос, 2019. — 504 с.