

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Воронежский государственный технический университет»

На правах рукописи

Аристова Ирина Владимировна

**ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ
ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ КОЛЛЕДЖА НА ОСНОВЕ
КОНТЕКСТНО-МОДУЛЬНОЙ ТЕХНОЛОГИИ**

5.8.7– Методология и технология профессионального образования

Диссертация на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук

Научный руководитель:
доктор педагогических наук, профессор
Комарова Эмилия Павловна

Воронеж – 2022

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
Глава 1. Теоретические аспекты здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии	17
1.1 Проблема здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии	17
1.2 Особенности здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии	34
1.3 Модель здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии	48
Выводы по первой главе.....	66
Глава 2. Опытнo-экспериментальная работа реализации здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии	69
2.1 Педагогические условия здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии.....	69
2.2 Разработка контекстно-модульной технологии как средство здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе авторской программы «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа»	80
2.3 Опытнo-экспериментальная работа реализации модели здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии	108
Выводы по второй главе.....	155
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	159
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	166
ПРИЛОЖЕНИЕ	197

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. Проблема здоровьесберегающей подготовки студентов в России приобретает особую остроту, так как за последние десять лет отмечается ухудшение состояния здоровья молодежи в образовательных учреждениях. В связи с этим предъявляются требования к здоровьесберегающей подготовке студентов колледжа, которая моделируется в контексте содержания профессиональной деятельности от квази-профессиональной к собственно профессиональной.

Тенденции ухудшения здоровья обучающихся обусловили принятие нормативных законодательных документов и правовых актов, направленных на здоровьесберегающую мобилизацию, здоровьесберегающую подготовку обучающихся. Одним из ведущих принципов в Стратегии развития физического воспитания и спорта на долгосрочный период в РФ является профилактика в сфере охраны здоровья, с целью формирования здоровьесберегающей подготовки, ассоциирующейся с отношением к здоровью как мировоззренческой ценности, сохранением здоровья, обеспечением физического и духовного благополучия обучающихся.

Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа в соответствии с требованиями ФГОС СПО включает: знание и понимание ценностно-смысловых установок, отражающих личностную позицию в здоровьесберегающей деятельности; осознание ценности сохранения и укрепления здоровья, здорового образа жизни; умение идентифицировать себя с другими, целью которой является овладение как будущей профессиональной деятельностью от квази-профессиональной к собственно профессиональной, так и средствами рефлексивных и цифровых технологий, проявляющимися в их индивидуальной траектории, что требует разработки совокупности условий и технологий.

Таким образом, здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии создает предпосылки к

развитию способностей выстраивания и регулирования образовательных маршрутов, преломления знания о здоровьесберегающей подготовке с учетом обновления содержательного контента и личностного опыта студентов, адаптации к реализации цифровых технологий особенно в период пандемии, что актуализирует проблему здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии.

Степень разработанности проблемы исследования.

Анализ широкого пласта исследований выявил, что сложились теоретические предпосылки для разработки здоровьесберегающей подготовки: раскрыта сущность понятия «подготовка», которая рассматривается как основа профессиональной подготовки (Н. В. Кузьмина, А. К. Маркова, Л. М. Митина и др.), основа для развития самосознания личности (С. Г. Вершловский, С. Л. Рубинштейн, В. И. Слободчиков и др.), целенаправленный процесс совместных действий субъектов образования (З. К. Исмаилова), развитие способностей человека во взаимодействии с объективной реальностью (Ю. А. Куис). Проведены исследования, концептуально раскрывающие систему ценностных ориентаций (Б. С. Братусь, А. В. Брушлинский и др.), отношения личности к здоровьесберегающей подготовке (В. М. Бехтерев, В. Н. Мясищев и др.), духовное самоопределение (Б. С. Братусь, Н. И. Жигайло, Г. В. Залевский и др.). Профессиональная подготовка реализуется в процессе овладения системой профессиональных знаний (А. А. Вербицкий), овладения системой специальных знаний, умений и навыков, интегрирующих социокультурный, профессиональный компоненты (С. М. Вишнякова). Педагогическая подготовка рассматривается как ресурс для продолжения профессиональной деятельности (С. К. Бондырева), процесс овладения системой специальных знаний, специфических умений и навыков для развития творческого потенциала (М.В. Циулина), система изучения человеческих возможностей, определения механизмов становления и развития способностей, условий для творческой самореализации (О. А. Абдуллина, О. Л. Жук), готовность

личности к решению задач обучения и воспитания (В. И. Загвязинский). Здоровьесберегающая подготовка ассоциируется со здоровьесбережением, здоровьесберегающей позицией, которая рассматривается как: ценность (С. Ф. Анисимов, А. В. Брушлинский, А. Ф. Лосев и др.); ресурс для успешной жизнедеятельности (Р. М. Баевский, Н. Д. Граевская, Н. Д. Лакосина, и др.); образ жизни (С. А. Дружилов, Д. А. Изуткин, Ю. П. Лисицин и др.); целостность и системность (О. С. Васильева, А. Ф. Лазурский, Ф. Р. Филатов и др.).

Опираясь на научные труды отечественных ученых, особенно актуальны: идеи создания гибкой модульной системы в процессе овладения профессиональной деятельностью от квази-профессиональной к собственно профессиональной (А. А. Вербицкий, Э.П. Комарова, М. А. Чошанов), рефлексии, реализованной в контекстно-модульной технологии, как механизма здоровьесберегающей подготовки (И. Ф. Исаев, Д. А. Леонтьев, В. А. Слостенин, В. И. Слободчиков и др.). В рамках цифровизации образования в процессе здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа используются средства информационных и телекоммуникационных технологий (Л. М. Кондакова, П.И. Образцов, Е. С. Полат и др.).

Однако остается недостаточно исследованной проблема здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа, отсутствует теоретически обоснованная модель здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа, не разработаны педагогические условия, контекстно-модульная технология на основе авторской программы и программа ее реализации. Анализ теоретических исследований и педагогической практики позволил выявить противоречия между:

– необходимостью глубокого осмысления здоровьесберегающей подготовки и недостаточной ее разработанностью в педагогических исследованиях системного характера;

– необходимостью разработки контекстно-модульной технологии и недостаточным практическим опытом ее реализации в процессе здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа;

– необходимостью разработки модели здоровьесберегающей подготовки на основе контекстно-модульной технологии и отсутствием теоретических положений, обосновывающих эту модель.

Совокупность указанных противоречий позволила определить научную задачу исследования: выявить сущность и определить структуру здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа, критерии, показатели, уровни ее подготовки на основе контекстно-модульной технологии, определить тему диссертационного исследования «Педагогические условия здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии».

Цель исследования состоит в разработке и апробации модели здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии.

Объект исследования – здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа.

Предмет исследования – педагогические условия здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии.

Гипотеза исследования основана на предположении о том, что здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии обеспечивается, если:

1. Уточнено понятие «здоровьесберегающая подготовка», определены ее структурные компоненты, что способствует пониманию сути данного явления.

2. Выявлены особенности здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа, что позволит учесть их в процессе опытно-экспериментальной работы.

3. Разработана модель здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа, которая является основой организации здоровьесберегающей подготовки студентов в колледже.

4. Разработана контекстно-модульная технология, направленная на повышение эффективности процесса здоровьесберегающей подготовки на основе авторской программы.

5. Выявлены педагогические условия здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа, способствующие практической реализации разработанной модели.

В соответствии с проблемой, целью, объектом, предметом и гипотезой исследования были определены **задачи исследования:**

1) уточнить понятие «здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа» и определить ее структурные компоненты;

2) выявить особенности здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа;

3) экспериментально проверить модель здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии;

4) разработать контекстно-модульную технологию на основе авторской программы, способствующую эффективности здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа;

5) выявить педагогические условия здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе разработанной модели.

Методологической базой исследования являются подходы:

– системный (И.В. Блауберг, Б. Ф. Ломов и др.), рассматривающий здоровьесберегающую подготовку студентов колледжа как многоуровневую систему, включающую следующие компоненты: цель, методы, принципы, формы, средства, уровни, этапы, результаты;

– субъектно-деятельностный подход (А. Н. Леонтьев, В. В. Сериков, В. А. Сластенин и др.), предусматривающий здоровьесберегающую

подготовку студентов колледжа с учетом их индивидуальных особенностей, выраженных в их активной деятельности;

– аксиологический (С.Ф. Анисимов, Б. С. Брушлинский, В. А. Сластенин и др.), позволяющий рассматривать здоровьесберегающую подготовку как систему ценностных ориентаций на основе ценностного отношения к здоровью, как индивидуальной, личностной и социальной ценности;

– контекстный (А. А. Вербицкий, Э. П. Комарова, и др.), обеспечивающий здоровьесберегающую подготовку студентов колледжа на основе собственной учебной деятельности через квази-профессиональную к собственно-профессиональной деятельности;

– компетентностный (В. И. Байденко, И. А. Зимняя, Э. П. Комарова и др.), раскрывающий здоровьесберегающую подготовку студентов как совокупность условий и качеств личности, позволяющих осуществлять здоровьесберегающую деятельность.

Теоретической базой исследования послужили:

– научные разработки в области профессионального образования и профессиональной подготовки (В. И. Загвязинский, И. Ф. Исаев, В. А. Сластенин и др.)

– исследования проблемы психологического развития личности (К. А. Абульханова-Славская, Б. Г. Ананьев, В. Н. Мясищев, С. Л. Рубинштейн и др.);

– исследования в области здоровьесбережения и здоровьесберегающих технологий в образовании (В. А. Ананьев, А. Г. Маджуга, А. С. Фетисов и др.);

– педагогическая рефлексия (И. Ф. Исаев, Д. А. Леонтьев, В. И. Слободчиков и др.)

– труды, освещающие вопросы организации учебного процесса колледжа с использованием информационных и телекоммуникационных технологий (М. Л. Кондакова, П. И. Образцов, Е. С. Полат и др.).

Научная новизна исследования заключается в следующем:

1) раскрыто понятие «здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа», которое рассматривается как интегрированная система, включающая совокупность знаний о сохранении и укреплении здоровья, понимание системы ценностных доминант, привычек, установок социума, мотивированная внутренними убеждениями, обеспечивающая готовность к здоровьесберегающему поведению и к успешному взаимодействию и сотрудничеству субъектов образования в здоровьесберегающей деятельности.

Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа обеспечивается: мотивационно-ценностным, когнитивным, деятельностным и рефлексивно-оценочным компонентами.

2) выявлены особенности здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии:

– взаимосвязь мотивационно-ценностных ориентаций студентов с их индивидуально-личностными особенностями в процессе здоровьесберегающей деятельности;

– знание и понимание индивидуальных особенностей в процессе здоровьесберегающей подготовки на основе смысложизненных приоритетов, их опыта и мировидения;

– контекстно-модульная технология, основанная на обновленном образовательном контенте (Модуль 1, Модуль 2, Модуль 3, этапы здоровьесберегающей подготовки), создающем гибкую модульную систему, придающую вариативность разным этапам обучения, активизирующую способности студентов колледжа к анализу и самооценке своей здоровьесберегающей позиции в контексте здоровьесберегающей деятельности;

– включение студентов в здоровьесберегающую подготовку;

– внедрение авторской программы «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа».

3) разработана модель здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии, включающая *четыре блока: содержательный; методологический; процессуальный и диагностический.*

4) представлена контекстно-модульная технология здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа как гибкая модульная система, основанная на обновленном образовательном контенте предметного содержания дисциплин (Модуль 1, Модуль 2, Модуль 3), гибкой технологичности, которая обеспечивается этапами (I,II,III), средствами рефлексивных и цифровых технологий.

5) были выявлены педагогические условия: учет индивидуальных особенностей студентов колледжа; мотивы студентов к здоровьесберегающей подготовке, субъект-субъектное взаимодействие в процессе здоровьесберегающей подготовки; обновление содержания модулей (1,2,3) контекстно-модульной технологии в процессе здоровьесберегающей подготовки; внедрение авторской программы «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа» в процессе обучения.

Теоретическая значимость данного исследования состоит в расширении представлений о здоровьесберегающей подготовке студентов колледжа, определении теоретико-методологических оснований для выявления педагогических условий реализации модели здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа, в обосновании необходимости разработки контекстно-модульной технологии, способствующей эффективности организации учебного процесса колледжа, что вносит вклад в разработку методологии и технологии среднего профессионального образования.

Практическая значимость исследования определяется разработкой авторской программы «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа» и модели здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа, которые реализуются в строительном-политехническом колледже ФГБОУ ВО

«ВГТУ» «Воронежский государственный технический университет». Разработан диагностический и критериально-оценочный аппарат исследования, позволяющий выявить уровень здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии, который может быть использован в других колледжах.

Методы исследования: *теоретические:* анализ теоретических научных источников отечественных и зарубежных исследователей; обобщение и систематизация материалов исследования, моделирование, прогнозирование; *эмпирические:* анкетирование, опрос, беседа, наблюдение, тестирование и др.: *диагностические:* количественный (методы математической статистики, описательная статистика, обработка данных) и качественный анализ результатов исследования (эксперимент, метод экспертной оценки).

Экспериментальная база. Исследование проводилось в строительно-политехническом колледже ФГБОУ ВО «ВГТУ» «Воронежский государственный технический университет» с 2017 по 2021 гг. Всего в исследовании принимали участие 62 студента.

Логика исследования.

Первый этап (2017-2019) –проводится анализ научных работ и опыта работы в колледже с целью определения степени разработанности проблемы здоровьесберегающей подготовки студентов, уточнение темы диссертационного исследования, определение цели и задач исследования.

Второй этап (2019-2020) – разработка модели здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа; выявление педагогических условий, способствующих эффективности реализации модели здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии; экспериментальная проверка и апробация модели с использованием констатирующего и формирующего этапов эксперимента; унификация и уточнение экспериментальных данных.

Третий этап (2020-2021) – осуществляется систематизация, анализ и обобщение полученных данных в процессе опытно-экспериментальной работы, оформление результатов исследования.

Личный вклад автора данного педагогического исследования заключается в уточнении понятия «здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа», выявлении педагогических условий, способствующих практической реализации модели, разработке модели здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа, самостоятельно спроектированной контекстно-модульной технологии, авторской программы «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа», разработке критериально-оценочного аппарата, реализованного в процессе здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа.

Положения, выносимые на защиту:

1. Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа рассматривается как интегрированная система, включающая совокупность знаний о сохранении и укреплении здоровья, понимание системы ценностных доминант, привычек, установок социума, мотивированная внутренними убеждениями, обеспечивающая готовность к здоровьесберегающему поведению и к успешному взаимодействию и сотрудничеству субъектов образования в здоровьесберегающей деятельности.

Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа обеспечивается ее структурными компонентами: *мотивационно-ценностным, когнитивным, деятельностным и рефлексивно-оценочным.*

2. Особенности здоровьесберегающей подготовки: взаимосвязь мотивационно-ценностных ориентаций студентов с их индивидуально-личностными особенностями в процессе здоровьесберегающей деятельности; знание и понимание индивидуальных особенностей здоровьесберегающей подготовки на основе смысложизненных приоритетов, их опыта и мировидения; контекстно-модульная технология, основанная на

обновленном содержательном контенте, структуризации предметного содержания дисциплин (Модуль 1, Модуль 2, Модуль 3, этапы здоровьесберегающей подготовки), создающая гибкую модульную систему, придающую вариативность разным этапам обучения, активизирующая способности студентов колледжа к анализу и оценке своей здоровьесберегающей позиции в контексте профессиональной деятельности; включение студентов колледжа в здоровьесберегающую подготовку; внедрение авторской программы «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа».

3. Модель здоровьесберегающей подготовки студента на основе контекстно-модульной технологии содержит четыре взаимосвязанных блока:

1) *методологический блок* включает: цель, подходы (системный, аксиологический, субъектно-деятельностный, контекстный, компетентностный), принципы (структурной целостности, единства когнитивного и ценностного, личностно-центрированной направленности, профессиональной направленности, сотрудничества);

2) *содержательный блок* (Модули 1,2,3), создающие гибкую модульную систему, основанную на обновленном образовательном контенте предметного содержания дисциплин.

3) *процессуальный блок* (основные этапы здоровьесберегающей подготовки, формы, методы, средства, реализованные в контекстно-модульной технологии);

4) *диагностический блок*, включающий критерии, показатели, уровни: *ценностный* (мотивы к здоровьесберегающей подготовке студентов; потребность в достижении успеха в процессе здоровьесберегающей подготовки студентов; ценностные ориентации к здоровьесберегающей подготовке студентов); *знаниевый* (системные знания в области здоровьесберегающей подготовки; осознание восприятия знания в процессе здоровьесберегающей подготовки; самостоятельность и глубина суждений в процессе здоровьесберегающей подготовки); *деятельностный* (овладение

различными стратегиями здоровьесберегающей подготовки; проявление здоровьесбережения во всех сферах деятельности; саморазвитие и самореализация в процессе здоровьесберегающей подготовки); *рефлексивный* (развитие здоровьесберегающего самосознания; осознание собственной ответственности за здоровьесберегающую подготовку; понимание своих индивидуальных особенностей, саморазвитие в процессе здоровьесберегающей подготовки); уровни здоровьесберегающей подготовки: высокий, средний, низкий.

4. Контекстно-модульная технология как гибкая модульная система, основанная на обновлении содержательного контента, структуризации предметного содержания дисциплин (Модуль 1, Модуль 2, Модуль 3, этапов здоровьесберегающей подготовки), гибкость которой обеспечивают этапы (I, II, III), формы, средства и методы, направленные на овладение здоровьесберегающей деятельностью от квази-профессиональной к собственно профессиональной с использованием средств рефлексивных и цифровых технологий.

Контекстно-модульная технология как система, совмещает в себе теоретические и практические аспекты, а также наиболее эффективные средства: авторскую программу, телекоммуникационные средства, видеоконференции; методы: проблемно-поисковый, эвристический, информационного ресурса. Составляющие этой системы функционируют в синергетической взаимосвязи друг с другом, образуя единое целое, интегрируя обучение в аудиториях, цифровое обучение и самообучение. Этапы здоровьесберегающей подготовки реализуются на обновленном образовательном контенте (Модуль 1, Модуль 2, Модуль 3): *этап I*- теоретический аспект здоровьесберегающей подготовки (работа в аудитории) с использованием форм, средств и методов; *этап II*- деятельностный аспект здоровьесберегающей подготовки с учетом индивидуальных особенностей студентов в смешанном формате с использованием форм, средств и методов; *этап III* – организация самостоятельной деятельности студентов в процессе

здоровьесберегающей подготовки с использованием средств цифровых и рефлексивных технологий (Приложение 1).

5. Педагогические условия здоровьесберегающей подготовки: учет индивидуальных особенностей студентов колледжа; мотивы студентов к здоровьесберегающей подготовке, субъект-субъектное взаимодействие в процессе здоровьесберегающей подготовки; обновление содержания модулей (1,2,3) контекстно-модульной технологии здоровьесберегающей подготовки; внедрение авторской программы «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа» в процессе обучения.

Источниками исследования выступили: нормативные законодательные документы и правовые акты, определяющие основные требования к содержанию и организации процесса обучения в образовательных организациях разных уровней образования; научная литература по философии, педагогике, психологии отечественных и зарубежных исследователей, сборники статей, научно-методические материалы научных конференций.

Достоверность научных результатов исследования обусловлена: использованием различных научных источников психолого-педагогической, педагогической и философской литературы, отбором методов исследования, соответствующих цели, задачам и предмету исследования, опытно-экспериментальной апробацией выдвинутых положений гипотезы исследования, репрезентативностью результатов исследования на различных этапах здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа.

Апробация и внедрение результатов исследования проводилось на международных конференциях: Россия, г. Воронеж (2018, 2019, 2020, 2021г.г.), Рязань (2019, 2020 г.г.), Казань (2019, 2020 г.г.), Ялта (2020 г.), Венгрия г. Будапешт (2019г.). Теоретические и экспериментальные материалы представлялись на расширенных заседаниях кафедры иностранных языков и технологии перевода ФГБОУ ВО «ВГТУ»

«Воронежский государственный технический университет» (2019-2022г.г.).

Результаты работы представлены в 21 научной публикации.

Структура диссертации. Диссертация состоит из введения, двух глав, выводов по ним, заключения, списка литературы и приложения.

Глава 1. Теоретические аспекты здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии

1.1 Проблема здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии

Развитие социально-экономических отношений в России, при которых основным ресурсом становится высококвалифицированный специалист, ответственно выполняющий свою работу и способный к саморазвитию как в профессиональной, так и личной сфере, определяет новые требования к здоровьесберегающей подготовке студентов.

Одним из приоритетных направлений общественного и социального развития государства являются проблемы, связанные со здоровьесбережением и здоровьесберегающей подготовкой студентов. Основные направления, обозначенные в законодательных документах и правовых актах подтверждают, что проблема здоровьесбережения обучающихся определяется на основе принципа приоритета профилактики в сфере охраны здоровья, на что направлены объединенные усилия системы здравоохранения и образования [194].

В правовых актах и законодательных документах сделан акцент на формирование ценностного отношения к здоровью как качественному показателю уровня общественного развития государства, в котором культура и ценности здорового образа жизни выступают основой устойчивого развития общества и качества жизни населения. В этих документах определяется значимость формирования ценностного отношения к здоровью как мировоззренческой ценности, сохранения здоровья и активного долголетия, обеспечения физического и духовного благополучия. Здоровьесберегающая подготовка личности обозначена как основа для реализации целей и смыслов личного и государственного масштаба. Целевыми ориентирами образования выступает воспитание социально

ответственной и гармоничной личности, выступающей носителем традиционных духовных ценностей и нравственных традиций на основе крепкого здоровья [200].

Анализ современных исследований показывает, что продолжают усугубляться тенденции к ухудшению здоровья обучающихся: лишь 10% -15 % выпускников школ здоровы, около 50% страдают несколькими хроническими заболеваниями [59, с. 197]. По статистическим данным за 2019 год в связи с массовым переходом обучения в дистанционный формат в условиях пандемии, на 8% выросло число обучающихся, обратившихся за консультационно-лечебной помощью в систему здравоохранения с расстройствами поведения, связанными с нарушением формирования механизмов социальной адаптации, в то время как процесс обучения в колледже требует активизации дополнительных ресурсов организма, направленных на адаптацию к условиям образовательной среды колледжа.

Для изучения состояния здоровьесберегающей подготовки студентов 1 курса строительного-политехнического колледжа Воронежского государственного технического университета мы провели диагностическое исследование для определения факторов и показателей, определяющих здоровье студентов колледжа. Анкетирование студентов показало, что только 20,8% студентов имеют высокий уровень мотивационной готовности к здоровьесберегающей подготовке (занимаются профессиональным и любительским спортом, посещают спортивные секции и спортивные клубы), 49,5% респондентов имеют средний уровень мотивации к здоровьесберегающей деятельности (хотели бы посещать или иногда посещают спортивные учреждения, интересуются спортом), а 29,7 % имеют низкий уровень мотивации к здоровьесберегающей подготовке (спортом не интересуются) [14, с.58].

Изучение системы ценностных ориентаций студентов колледжа выявило, что здоровье в системе ценностных доминант представлено на 6 месте у 20,8% респондентов (хотят иметь крепкое здоровье и заниматься

спортом). Ведущее место в системе ценностных доминант у 83,3% студентов строительного-политехнического колледжа составляет материальная независимость, у 58,3% - любовь, 37,5% спасение души, 29,1% жить в свое удовольствие, 20,8% важным считают иметь верных друзей.

Исследование самооценки уровня знаний и умений по вопросам сохранения своего здоровья показало, что низкий уровень знаний в области анатомии физиологии и умений осуществлять профилактику нарушений функционального состояния организма имеют 68,7 % студентов строительного-политехнического колледжа.

Анализ результатов исследования показал, что 66,3% респондентов правильно определяют факторы, негативно отражающиеся на состоянии здоровья (недостаток движения, курение, неправильное питание, отсутствие интереса к здоровью, неполноценный сон и т.д.). Определяя факторы, мешающие заниматься здоровьем, 59,3% студентов строительного-политехнического колледжа определили отсутствие интереса, а 34,2% - лень.

Данные результатов анкетирования показали, что студенты строительного-политехнического колледжа имеют низкую мотивацию и интерес к здоровьесбережению, испытывают недостаток знаний для обеспечения оптимальной функциональной активности своего организма, не обладают навыками и умениями профилактики заболеваний, не ставят здоровье на первое место в системе ценностных ориентаций, что определяет актуальность разработки проблемы здоровьесберегающей подготовки студентов строительного-политехнического колледжа.

Проблема формирования здоровьесберегающей подготовки еще не стала предметом исследования в педагогике среднего профессионального образования, однако накоплен большой теоретический материал в данной области.

Для определения содержательных компонентов здоровьесберегающей подготовки рассмотрим толкование понятий «подготовка», «профессиональная подготовка», «педагогическая подготовка».

В словарях понятие «подготовка» обозначает действия по передаче навыков, знаний, формирующих профессиональную позицию для трудоустройства или деятельности в определенной отрасли [47], способность к выполнению поставленных задач, на основе знаний в данной сфере, необходимых для выполнения действий [150].

В справочной литературе понятие «подготовка» определяется как действие по принятию мер, тренировка навыков, обучение, получение знаний для выполнения профессиональной деятельности [145], научение, готовность к выполнению профессиональных задач [98].

В психологическом словаре понятие «подготовка» трактуется как система направленных воздействий на личность с целью совершенствования и формирования свойств личности и качеств, необходимых для решения задач в различных ситуациях [99], проявляющаяся в качественном преобразовании внутренней позиции [144].

В психолого-педагогической литературе понятие «подготовка» рассматривается как целостная направленная система образовательных отношений, содержательно, обуславливающая обучение, развитие и формирование умений и практических навыков обучающихся [79, с. 218], использование личного опыта [86]; целостный многоуровневый процесс, состоящий из взаимосвязанных уровней деятельности, проявляющий системные свойства [216]; дидактическая система, направленная на развитие креативных способностей в профессиональной деятельности [105].

Обобщая толкование термина «подготовка», можно сказать, что она представляет собой систему действий, направленных на формирование способности к выполнению определенной деятельности, определяется наличием индивидуального опыта, выраженного в системе знаний, умений и навыков, проявляющаяся в качественном преобразовании внутренней позиции на основе личностного опыта в процессе деятельности.

Таким образом, толкование понятия «подготовка» указывает на ее системный характер, структурными элементами которой выступает система

знаний, умений, практического опыта, направленного на решение поставленных задач.

В психолого-педагогической литературе профессиональная подготовка рассматривается на основе позиции личности.

Важными составляющими формирования профессиональной подготовки на основе личностной позиции в процессе профессионального образования, по мнению И. С. Кона, являются: особенности Я-концепции, связанные с определением личного социального статуса и характером отношений личности к данному статусу. Взаимодействие в социуме порождает множественный характер позиции индивида. Его проявление определяется различными личностными статусами в обществе: «семейный, гендерный, профессиональный» [93]. В процессе профессиональной подготовки осуществляется взаимодействие личности и социального окружения, принятие или отвержение воздействий социума, побуждение к поступкам, происходит самоопределение личности в системе социальных отношений и профессиональной деятельности [118].

Проблемой профессиональной подготовки как основы профессиональной компетентности занимались такие исследователи, как С. Г. Вершловский, А. К. Маркова, В. Д. Шадриков.

Профессиональная подготовка является ресурсом активного и осознанного изменения действительности в процессе профессиональной деятельности. Эффективность процесса профессиональной подготовки обусловлена качеством присвоения новой социальной роли и видами профессиональной деятельности как возможностями для реализации личностных способностей и устремлений [46, с. 8]

К составляющим профессиональной подготовки относятся: уровень притязаний в процессе профессиональной деятельности, осмысление своего труда, профессиональная самооценка и мотивация [127, с. 254]. Профессиональная подготовка обучающихся, основанная на личностной позиции, выступает средством реализации ценностных смыслов и установок

личности в ходе профессиональной деятельности [94], связана с «вхождением» личности в профессию [76], при этом профессиональная деятельность приобретает индивидуальный характер, так как черты ее проявления обусловлены индивидуально-личностными способностями [215, с. 63].

Профессиональную подготовку ученые определяют как двухсторонний процесс: развитие профессиональной направленности личности и развитие самосознания личности через профессиональную деятельность [137].

Таким образом, профессиональная подготовка основана на ценностных ориентациях и идеалах личности обучающегося, отражение которых проявляется в целостной профессиональной деятельности, которая выступает условием формирования и развития личности в контексте профессиональной деятельности.

В психологических исследованиях ученых (С. Л. Рубинштейн, Н. В. Кузьмина, Л. М. Митина, В. И. Слободчиков) отмечается взаимосвязь повышения эффективности профессиональной подготовки и развития самосознания в процессе профессиональной деятельности.

Базируясь на ценностных ориентациях, профессиональная подготовка выступает основой для развития самосознания личности через профессиональную деятельность, так как определяет отношение человека к деятельности, самому себе в этой деятельности, являясь избирательным барьером присвоения знаний [168].

Выявляется взаимосвязь эффективности профессиональной подготовки и личностных способностей, к которым относятся: профессиональные притязания и профессиональная направленность [26,103].

Ведущая роль личностной позиции обучающегося в процессе профессиональной подготовки рассматривалась В. И. Слободчиковым. Личностная позиция определяет уникальный характер профессиональной деятельности, так как обусловлена субъект-субъектным взаимодействием в процессе профессиональной деятельности, в то же время профессиональные

знания накладывают отпечаток на характер построения личностных взаимодействий [187].

Подготовка как система профессиональной деятельности находит свое отражение в толкованиях понятия «педагогическая подготовка», которая рассматривается как система овладения специальными и общими знаниями [31], специфическими умениями для творческого подхода и интеграции научного теоретического образования как ресурса в профессиональную деятельность [212].

Педагогическая подготовка базируется на системном изучении возможностей личности, определении механизмов становления и развития способностей, [3], условий для творческой самореализации и достижения профессиональной компетентности в процессе профессиональной деятельности [66].

В педагогической подготовке выделяют личностные качества: компетентность, эмоциональную гибкость личности, интерес к профессиональной деятельности, которые определяют профессиональное самосознание в процессе подготовки и являются показателем овладения профессиональными умениями и навыками [138, с. 32], выходом на рубежи саморазвития и профессионального самоопределения [78].

В психолого-педагогической литературе также рассматривается понятие «практическая подготовка», эффективным дидактическим средством достижения которой являются технологии, где их алгоритмичность выступает условием формирования практических навыков различных видов профессиональной деятельности [47].

Анализ научной литературы показал, что здоровьесберегающая подготовка направлена на сохранение здоровья в целостности его составляющих [199], содержательно включает понятия: «здоровье», «здоровый образ жизни», «здоровьесбережение», «здоровьесберегающая позиция» [149].

С целью раскрытия здоровьесберегающей подготовки рассмотрим понятие «здоровье».

Античный философ Алкмеон в начале V века до н. э., опираясь на идею качественных противоположностей макрокосма, перенес ее на здоровье человека – микрокосма и определил здоровье как гармонию и равновесие первоэлементов, составляющих природу человека и определяющих различные его состояния [229, с.939].

Античная здоровьесберегающая подготовка определяется как «благое состояние духа» [121, с. 231]; «умение властвовать собой» [101, с. 71]; единство здорового тела и здорового духа, уравновешенность и согласованность [119]. Здоровьесберегающая подготовка трактуется как равновесие, «правильное соотношение различных душевных состояний» [54, с.115]; частей телесной природы при соразмерности их соединения [119, с. 724], а болезнь как нарушение равновесия. В античном понимании здоровье человека выступает ценностью, имеющей непреходящее значение, основой счастья человека, выраженной в добродетельных поступках, в соразмерности физической и душевной активности.

Анализ философской литературы позволил выявить динамику понятия «здоровье» в соответствии с нормативными образцами здоровьесбережения различных эпох. Античные представления (Сократ, Гиппократ) формируют аксиологический подход к здоровью как ценности, гармоничному равновесию чувств, эмоций и физического здоровья. В эпоху Средневековья происходит структурирование составляющих здоровья человека: дихотомическое (дух и психо-телесная сторона) или трихотомическое (дух, душа и тело), обозначается их конфликт, и выделяются инструменты для его разрешения: знания и интеллект. Представления Нового времени о проявлении жизни человека как отражении социальных отношений послужили предпосылкой адаптационного подхода в представлениях о здоровье человека, в котором его состояние определяется способностью приспосабливаться к внешним воздействиям [53, с.21].

В психолого-педагогической литературе в русле адаптационного подхода здоровье рассматривается как диапазон компенсаторно-адаптационных реакций, способность организма приспосабливаться к изменяющимся (или экстремальным) условиям окружающей среды при взаимодействии с ней, с сохранением привычного самочувствия, структурной целостности и функциональной организации физического, социального и психологического уровней здоровья [18, 35].

В рамках данных представлений здоровье отражает качество приспособления организма к агрессивным внешним воздействиям, которое обусловлено генетическими особенностями, на проявление которых накладывают отпечаток факторы окружающей и социальной среды [56, 110].

Представления о здоровье как системной целостности нашли свое отражение в работах психологов (Б. Г. Ананьева, В. М. Бехтерева, А. Ф. Лазурского, Б. Ф. Ломова). Данный подход отождествляет человека со сложной целостной многоуровневой системой, жизнь в которой осуществляется на разных функциональных уровнях: физическом, психическом, социальном, личностном.

Исследователи отмечают, что проявление здоровья на каждом из уровней обусловлено совокупностью и взаимозависимостью свойств параметров системы различного порядка [117].

Представления о здоровье, в которых человек предстает как психическое целое, развиваются в трудах А. Ф. Лазурского. Здоровье рассматривается в динамическом уравнивании разнонаправленных тенденций, выражающих структурно-динамические свойства личности, особенности интеллектуальной и эмоционально-волевой сферы. Исследователи отмечают, что важным условием сохранения здоровья в целостности является удовлетворение личных и социальных потребностей [197, с. 72].

Экспериментальные исследования личности как биосоциального организма в психологии выявили внутренние механизмы личности (эндопсихику) и отношения личности к внешней среде (экзопсихику), при

этом ведущей ее составляющей выступает «нервно-психическая организация» [109].

Представляет также интерес для нашего исследования выводы ученых в контексте позитивной антропологической психологии, в основания которых положен целостно-ценностный подход на основе духовной самоидентификации личности. В рамках данного подхода главным, интегрирующим уровнем здоровьесберегающей подготовки выступает духовность как источник целостного оздоровления и саморазвития [68, с. 104].

В своих работах Г. С. Сковорода выделял духовность как главную сущность, определяющую здоровье и жизнь человека [160, с. 71]. Так К. Г. Юнг причиной духовного кризиса считал отсутствие мировоззренческих опор для понимания своего места в жизни и взаимосвязи явлений в мире [226, с. 298], а В. Франкл причину неврозов связывал с блокадой потребности осознания смысла жизни [206].

С точки зрения теории системного подхода, болезнь является нарушением синергетического взаимодействия элементов в системе «человек», в результате которого формируется новое взаимодействие уровней и элементов системы проявляющееся в изменении качественных характеристик в организме [13, с. 249].

В физическом (соматическом) аспекте здоровья принято выделять антропометрические показатели в совокупности соматометрических (рост, вес) и физиометрических (частота сердечных сокращений, артериальное давление, жизненная емкость легких); функциональные и возрастные особенности организма; уровень обменных процессов. Социальное здоровье выражается в системе взаимоотношений и взаимодействий человека в социальной среде [85, 102]. Психическое здоровье определяет развитие интеллекта, психофизиологические особенности, эмоционально-волевою сферу личности, уровень самооценки и духовную сферу личности [35, с. 44].

Ряд исследователей в рамках системного подхода посвящают свои работы изучению различных уровней здоровья. Так Б. С. Братусь рассматривает здоровье как «многоуровневое образование» [34, с. 12], где высший уровень - личностно-смысловой, второй - уровень индивидуально-психологического здоровья, а третий - уровень психофизиологического здоровья определяется особенностями внутренней нейрофизиологической организации аспектов психической деятельности. Третий уровень здоровья обусловлен биологическими характеристиками человека, а первый и второй - социальными условиями [165].

Разделение социального и биологического аспекта человеческой природы привели к развитию социально обусловленных заболеваний, характеризующихся общим упадком сил, слабостью, депрессией при отсутствии заболеваний. Ряд ученых, изучающих общественное здоровье под руководством Ю. П. Лисицына, выдвинули формулировку, по которой здоровье на 50-55% определяется образом жизни, к остальным факторам относятся: наследственность, экологические факторы, состояние здравоохранения [115].

Проблема сохранения и приумножения здоровья становится объектом исследования ученых, они определяют здоровый образ жизни как предпосылку для полноценной самореализации [75, с. 10]; активное взаимодействие в профессиональной, семейной, социальной жизнедеятельности [129]: условие оптимального функционирования [220]. Здоровый образ жизни выступает активным, деятельным средством, направленным на сохранение и улучшение здоровья [63, с. 650]; обеспечение активной жизни и долголетия при соблюдении определенных правил [6]. Здоровый образ жизни выступает основой и деятельным средством реализации ресурсов организма для полноценной жизнедеятельности [2]. Исследователи к его составляющим относят: здоровое питание, физическую активность, соблюдение суточного ритма, отказ от вредных привычек, регуляцию психической активности [7, 29].

Исходя из ретроспективного анализа исследований ученых, здоровье рассматривается как системная иерархическая целостность духовного, психологического, социального и физического аспектов здоровья, при ведущей роли духовной составляющей, основанной на ценностно-смысловых установках личности, определяющих вектор развития здоровьесберегающей подготовки.

В психолого-педагогической литературе также рассмотрена проблема здоровьесбережения как: создания комфортных условий для внутреннего развития способностей ребенка в процессе обучения [28, 48]; гуманистический подход к ребенку [132, 166, 195]; комплекс взаимосвязанных факторов образовательной среды, обеспечивающих здоровьесбережение субъектов образования (пространственно-предметных; социальных; психодидактических) [228].

В работах зарубежных ученых выявлены факторы и условия, определяющие здоровьесбережение: ведущая роль мотивационного компонента, формируемая влиянием социальных и политических условий на здоровьесберегающее поведение [213, с. 11]; организация психолого-педагогических условий формирования навыков здоровьесберегающего поведения [234, с. 19].

Исследователи рассматривают критерии создания здоровьесберегающей среды. Так в работах Н. К. Смирнова понятие «здоровьесберегающая среда» определяет качество образовательной среды, показывающее степень решения в ней проблемы сохранения и формирования здоровья субъектов образования [191].

Особый интерес в рамках данной проблематики представляют работы Э. Ф. Зеера и И. В. Мешковой, которые среди возможностей образовательной среды колледжа выделяют создание лично значимых ситуаций, осмысление практических аспектов знания в процессе предметного обучения, считают их «развивающими факторами личности студентов»,

приводящими к формированию ценностей в процессе профессиональной подготовки [69,70].

В исследованиях А.И. Бондаревской отмечается высокая социальная мобильность студенческой молодежи, размытость их ценностных ориентаций, при этом среда является активным средством управления развитием студентов, укреплением ценностей [29, 30]. Важным условием развития обучающихся, становления их системы ценностных ориентаций является мотивация [73].

Среда образовательного учреждения создает условия для здоровьесберегающей подготовки и выражена в системе пространственно-предметных, социальных и психодидактических возможностей, является развивающим фактором личности студентов, укрепляющим их ценностные ориентации, средством профессионально-личностного развития [16].

Для уточнения внутренних механизмов определяющих эффективность здоровьесберегающей подготовки на основе здоровьесберегающей позиции более подробно рассмотрим содержание понятия «позиция», как индивидуальной системы присвоения знаний, умений и готовности к здоровьесберегающей подготовке.

Слово «позиция» латинского происхождения и в различных словарях имеет сходные толкования. Под позицией личности понимается отношение к какой-либо ситуации, точка зрения по какому-то вопросу [189]; положение, утверждение; точка зрения [100, с. 349]; «положенье, расположенье, постанровка, размещенье» [58, с. 232].

Определение понятия «позиция» указывает на внутренние основания формирования личности и служит синонимом понятия «убеждения»: система взглядов, отношений к определенным вопросам, выражающаяся в соответствующем поведении; интегральная характеристика, статус индивида во внутригрупповой ролевой структуре [189].

А. Адлер, рассматривая воздействие социума на личность, считал, что позиция личности является основной доминантой установок личности, определяющей стиль его жизни и деятельности [5].

В отечественной психологии понятие «позиция» первоначально использовала Л. И. Божович для обозначения критерия готовности детей школьного возраста к обучению в школе. Л. С. Выготский рассматривал становление и развитие «позиции» как отражение значащих переживаний личности, опосредованных внешними воздействиями, при этом внутренние убеждения выступают фактором, преломляющим внешние влияния через структуру сложившихся ранее личностных особенностей [27, 49].

В работах ученых рассматриваются содержательные и ценностно-смысловые аспекты позиции, динамика пространственно-временных аспектов позиции, как сравнение и противопоставление своих взглядов по отношению к другим [20, с. 93]; ключевые условия, опосредующие сензитивность к внешнему воздействию, определяющие направления процессов личностного развития [81].

Здоровьесберегающая позиция обучающихся обусловлена ценностно-смысловыми и «личностными стремлениями, отображающими самость» [151], на которую накладывают отпечаток нормативные образцы социальных установок в обществе к проблеме сохранения здоровья.

Таким образом, здоровьесберегающая позиция характеризует личность в целом, определяет ее поведение и деятельность, носит индивидуальный характер, так как личность избирательно воспринимает информацию, пропуская ее сквозь призму ранее сложившихся индивидуальных особенностей, заключенных в личном опыте. Наличие ценности здоровья в системе ценностных ориентаций отражается на мотивации к здоровьесберегающей подготовке. Базируясь на самооценке, здоровьесберегающая позиция выступает индикатором отношений к себе, к здоровьесберегающей подготовке и может выступать механизмом для саморазвития в области здоровьесберегающей подготовки.

Анализ исследований философов, педагогов и психологов выявил, что здоровьесберегающая подготовка рассматривается с позиций адаптационного, аксиологического, системного подходов, отражающих представления о ее ведущих показателях и факторах.

В русле адаптационного подхода (Р. М. Баевский, Н. Д. Граевская, Н. Д. Лакосина и др.) здоровьесберегающая подготовка рассматривается сквозь призму отношений человека с окружающим миром, перенося акцент проблем со здоровьем человека во внешний план жизнедеятельности, что снимает личную ответственность за его сохранение и лишает возможности управлять состоянием здоровья.

Аксиологический подход (Н. И. Жигайло, Г. В. Залевский, Г. С. Сковорода, В. Франкл, К. Г. Юнг и др.) связывает здоровьесберегающую подготовку с мировоззренческими установками человека, в которых здоровьесбережение является условием реализации жизненных целей и замыслов. По аксиологической иерархии здоровьесберегающая подготовка относится к разряду высших, универсальных ценностей-целей. Но в то же время здоровьесберегающая подготовка является средством для жизни и активного долголетия. Среди достоинств аксиологического подхода следует отметить: принятие ответственности за свое здоровье как способности корректировать и качественно улучшать его состояние. Отношение к здоровью как ценности является источником укрепления мотивации к здоровьесбережению как внутренней потребности к саморазвитию и исцелению. В русле аксиологических представлений здоровьесберегающая подготовка выступает основополагающей духовной ценностью в системе ценностных доминант личности и связана с принятием личной ответственности за здоровьесберегающую деятельность на основе индивидуальных особенностей мировосприятия и личного опыта.

Системный подход (И. В. Блауберг, Б. С. Братусь, А. Ф. Лазурский и др.) рассматривает здоровьесберегающую подготовку как целостное,

многоуровневое образование, состоящее из физического, психического и социального уровней здоровья, каждый из которых имеет сложное строение, свои критерии и закономерности развития, при ведущей роли ценностно-смысловой сферы личности.

Хотелось бы отметить, что, несмотря на различные подходы к определению понятия «здоровьесберегающая подготовка» в психолого-педагогической литературе в целом, можно выделить позитивные и негативные концепции. В свете позитивных концепций здоровьесберегающая подготовка рассматривается как средство для совершенствования и саморазвития, а в негативных концепциях причиной заботы о здоровьесберегающей подготовке выступает страх перед болезнью.

Подводя итоги изучения широкого пласта исследований о здоровьесберегающей подготовке, хотелось бы отметить, что существуют и другие классификации подходов к данной проблеме, среди которых мы выделяем работы отечественных ученых О. С. Васильевой и Ф. Р. Филатова, которые в русле психологии здоровья, опираясь на ретроспективные представления о здоровьесбережении, выделили эталоны здоровья (античный, адаптационный, антропоцентрический, кросс-культурный, интегративный эталоны). Авторы считают необходимым развивать интегративные модели, формирующие целостное мировоззрение как наиболее эффективное средство здоровьесберегающей подготовки [38].

Здоровьесберегающая подготовка основана на системе ценностных ориентаций, которые задают ее направленность, но в то же время профессиональное обучение выступает средством повышения эффективности здоровьесберегающей подготовки, которая будет зависеть от мотивов студентов колледжа к здоровьесберегающей подготовке, осознания и восприятия знаний в процессе здоровьесберегающей подготовки, способности разрабатывать, корректировать и развивать различные стратегии здоровьесберегающей подготовки на основе рефлексии и саморазвития. Исследователями (Н. М. Амосов, В. М. Бехтерев, С. Г. Игнатьева)

установлено, что здоровьесберегающая подготовка направлена на получение знаний и опыта, обеспечивающих здоровьесберегающее поведение в процессе профессиональной подготовки, учет индивидуальных особенностей, эмоционально-волевой регуляции поведения, основанной на ценностных ориентациях студентов, проявляющейся в способности укреплять и развивать здоровьесбережение во всех сферах деятельности.

Однако анализ исследований научных трудов, посвященных проблеме здоровьесберегающей подготовки студентов, показал, что в них недостаточно представлены формы, методы и средства здоровьесберегающей подготовки, не раскрыты идеи обновления образовательного контента, структуризации предметного содержания дисциплин, моделирующих предметную деятельность обучающихся, направленную на овладение здоровьесберегающей деятельностью от квази-профессиональной к собственно-профессиональной в процессе обучения [41, 89].

Здоровьесберегающая подготовка основана на ценностях личности, осознании ценности здоровья, мотивации к здоровьесбережению на основе системных знаний в области здоровьесбережения. Здоровьесберегающая подготовка связана с уровнем социальных притязаний и самооценкой, проявляется в здоровьесберегающей деятельности. Эффективными условиями здоровьесберегающей подготовки студентов является согласованность внешних воздействий образовательной среды с внутриличностными ценностями, установками и мотивами, так как внешние воздействия преломляются сквозь призму индивидуально-личностной системы восприятия и переработки информации и личного опыта. Здоровьесберегающая подготовка является основой для профессиональной и личностной самореализации, позволяет выстраивать индивидуальную систему дальнейшего профессионального и личностного развития.

Опираясь на исследования Н. П. Абаскаловой, Л. И. Божович, В. И. Загвязинского, В. А. Сластенина, здоровьесберегающая подготовка студентов рассматривается как интегрированная система, включающая

совокупность знаний о сохранении и укреплении здоровья, понимание системы ценностных доминант, привычек, установок социума, мотивированная внутренними убеждениями, обеспечивающая готовность к здоровьесберегающему поведению и к успешному взаимодействию и сотрудничеству субъектов образования в здоровьесберегающей деятельности.

1.2 Особенности здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии

Современные условия глобального кризиса, вызванного пандемией, повышают значимость здоровья, здоровьесберегающей подготовки для реализации законодательных инициатив в сфере развития образования в РФ [200]. Здоровьесберегающая подготовка студентов выступает одновременно ресурсом и средством эффективного обучения в процессе получения профессионального образования. Расширение образовательных возможностей за счет дистанционных средств обучения предъявляет к студентам новые требования: способности самостоятельно организовывать свою образовательную деятельность, координировать и контролировать элементы своего обучения, формировать траекторию профессионального саморазвития. Цифровые технологии обучения становятся основным инструментом получения профессиональных знаний в дистанционном формате.

Однако гиподинамия и увеличение нагрузки на опорно-двигательную систему, органы зрения и слуха, вредное действие переменных электромагнитных полей, ультрафиолетового и рентгеновского излучения способствуют нарушениям здоровья обучающихся. Кроме того, обучение в цифровой среде, нагружая левое полушарие, стимулирует прагматичность, рациональность, что создает состояние нервно-психического напряжения, душевного дискомфорта и приводит к росту числа обучающихся с

расстройствами поведения, связанными с нарушением формирования механизмов социальной адаптации [147].

Поэтому в нормативно-правовых документах разрабатываются способы, направленные на качественные изменения образовательных условий, способствующих здоровьесбережению. Программы и правовые акты в области популяризации здорового образа жизни и спорта в Российской Федерации на долгосрочный период направлены на увеличение количества обучающихся, занимающихся спортом [194].

В этих условиях особую значимость приобретает здоровьесберегающая подготовка студентов, которая является одной из ключевых образовательных задач и средством для развития и самореализации студентов в процессе получения профессионального образования, поэтому в ФГОС СПО по специальности 12.02.10 «Монтаж, техническое обслуживание и ремонт биотехнических и медицинских аппаратов и систем» все более акцентируется внимание на формировании самоорганизации и саморазвитии как способности определять и реализовывать траекторию профессионального и личностного развития; «использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности» [201, с. 7]. Перед студентами обозначены новые требования и к овладению цифровыми технологиями: использовать дистанционные технологии в профессиональной деятельности. Использование средств дистанционных технологий в образовании обусловлено индивидуальным характером процесса обучения и требует умения эффективно использовать различные средства цифровых технологий [95, 162]. Активность и самостоятельность в индивидуальном проектировании профессионального обучения в цифровом формате выступают средствами получения образования и одновременно являются результатом здоровьесберегающей подготовки.

Сложившаяся ситуация обуславливает актуальность разработки проблемы здоровьесберегающей подготовки студентов как одной из перспективных задач системы образования на современном этапе.

Пониманию особенностей здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа способствовали научные исследования, отражающие различные виды подготовки: профессиональная подготовка, педагогическая подготовка [67, 128].

Ключевой особенностью здоровьесберегающей подготовки является взаимосвязь мотивационно-ценностных ориентаций студентов с их индивидуально-личностными особенностями в процессе здоровьесберегающей деятельности, что ассоциируется с мотивационно-ценностным компонентом здоровьесберегающей подготовки, включающим понимание ведущей роли здоровьесбережения в системе ценностных ориентаций, как основы для профессиональной и личностной реализации с учетом мотивов к здоровьесберегающей подготовке, потребности в достижении успеха в процессе здоровьесберегающей подготовки, ценностные ориентации к здоровьесберегающей подготовке [71].

Взаимосвязь мотивационно-ценностных ориентаций студентов и индивидуально-личностных особенностей отражает отношение к здоровьесберегающей деятельности через выражение эмоций и чувств, отражает эмоциональное состояние студентов, эмоционально оценочное отношение к процессу и способствует здоровьесберегающей подготовке [74]. Эффективность процесса здоровьесберегающей подготовки зависит от стиля педагогического сопровождения процесса обучения, эмоциональной гибкости, преобладания позитивного оценивания и способности к принятию альтернативных взглядов обучающихся, наличия здоровьесберегающей позиции в системе ценностных доминант [113]. Анализ исследований мотивационно-ценностного компонента показал, что с его помощью расширяются горизонты видения мира, строится истинная система ценностей в процессе здоровьесберегающей подготовки [28, 195].

В психолого-педагогической литературе уделяется внимание проблеме формирования мотивации профессиональной и здоровьесберегающей деятельности, а также способности поддерживать и развивать здоровьесберегающую подготовку в течение жизни [32,126].

Однако отсутствуют работы, посвященные исследованию особенностей процесса здоровьесберегающей подготовки обучающихся, но достаточно широко представлены исследования проблемы формирования здоровьесберегающей компетентности, которая составляет содержательное наполнение понятия «здоровьесберегающая подготовка» [106].

Мотивационная и аффективно-смысловая сфера личности задает направленность и смысл всей жизни. Ценностные основания здоровьесберегающей подготовки вовлекаются в профессиональную деятельность и отражаются на здоровьесберегающем самоопределении личности являясь основной социальной функцией обучающихся с целью осознания важности здоровьезбережения, здоровьесберегающего образа жизни для всей жизнедеятельности человека. Система ценностных ориентаций проявляется в отношениях к себе, социуму, к здоровьесберегающей деятельности и определяет характер взаимоотношений и поведения в профессиональной среде [71, 114].

Ценности принимают форму мотивов профессиональной деятельности и являются наиболее значимым фактором успешности в профессиональной деятельности, выступая «доминирующим мотивом», который проявляется как индивидуальный стиль профессиональной деятельности [139].

Опираясь на работы исследователей (С. В. Масловской, А. В. Хуторского), следующей особенностью процесса здоровьесберегающей подготовки является знание и понимание индивидуальных особенностей в процессе здоровьесберегающей подготовки на основе смысложизненных приоритетов, их опыта и мировидения, что ассоциируется с когнитивным компонентом здоровьесберегающей подготовки, который включает системные знания в области здоровьесберегающей подготовки, проявляется в

восприятию, осознанию и систематизации знания как части индивидуальной структуры личности, в сознательном стремлении к здоровьесберегающему поведению в процессе здоровьесберегающей подготовки [130, 208]

Основываясь на исследованиях ученых (В. А. Ананьев, Ю.Н. Емельянов, В. Н. Мясищев) о том, что внутренняя активность человека проявляется в субъективных стратегиях познания и деятельности, в личных и социальных отношениях, здоровьесберегающая подготовка выступает частью личностной сферы, носящей индивидуальный характер проявлений человека. К структурным элементам здоровьесберегающей подготовки относят: знание и выполнение алгоритмов здоровьесберегающего поведения; гигиеническая грамотность; знание и поддержание физической формы, понимание ответственности за выбор образа жизни. Результатом успешной здоровьесберегающей подготовки считают активную готовность к проявлению здоровьесберегающего поведения в профессиональной деятельности; знание средств, методов и способов здоровьесберегающего поведения; учет личного опыта эффективности реализации здоровьесберегающих умений; личностная значимость здоровьесбережения для самореализации; эмоционально-волевая регуляция здоровьесберегающего поведения [71].

Учитывая положение С. Л. Рубинштейна о преломлении внешних воздействий через внутренние условия, ценностно-мотивационная сфера личности и индивидуальные качества личности выступают внутренними факторами, обеспечивающими избирательное восприятие информации и присвоение информации из внешней среды [169]. Внутренние факторы являются субъективными предпосылками формирования здоровьесберегающей подготовки, основанными на личностной значимости здоровья в системе ценностных доминант, ответственном отношении к здоровью, которые проявляются в индивидуальной системе здоровьесберегающего поведения [120, с.5].

Здоровьесберегающая подготовка является обязательным структурным элементом профессиональной подготовки, обеспечивающим здоровьесбережение всех участников образовательного процесса. При этом приоритетную роль в обучении играют индивидуальные качества обучающихся, их ценностные ориентации и миропонимание, проявляющиеся в стратегиях профессиональной и здоровьесберегающей деятельности [128, 137].

Важность индивидуальных качеств в профессиональной деятельности рассматривалась в работах Н. В. Кузьминой, которая пришла к выводу, что специальные индивидуальные способности позволяют обучающимся встраивать новые знания в ранее сформированную собственную систему знаний, т. е. выстраивать индивидуальные стратегии получения и восприятия информации. [103, с. 252]. Управление индивидуальными качествами осуществляется на основе рефлексивных способностей, которые выступают средством формирования «навыков саморазвития» и являются инструментом построения профессиональной траектории саморазвития [190, с.174].

Ведущими «ядерными» свойствами личности считаются индивидуальные психологические «перцептивно-рефлексивные способности» [127]. Рефлексивные способности выступают экологичным инструментом проникновения в индивидуальное пространство обучающихся и обеспечивают осознание и понимание ими собственных стратегий саморазвития на основе самостоятельности и глубины суждений.

Практическая направленность здоровьесберегающей подготовки реализуется в процессе индивидуализированного обучения, что способствует уменьшению психофизиологической нагрузки в процессе обучения и снижает психическое напряжение, предупреждает развитие информационных патологий [61]. Под воздействием информатизированной работы ухудшается физическое здоровье обучающихся: страдает опорно-двигательная система, повышается зрительное напряжение, теряется острота зрения, слуха, обучающиеся испытывают вредное действие электромагнитных полей,

ультрафиолетового и рентгеновского излучения. Технократичное мышление, нагружающее левое полушарие, стимулирует рациональность, угнетает аффективно-смысловую сферу личности, что создает состояние нервно-психического напряжения, душевного дискомфорта. Прагматичность технократного подхода обесценивает личностную индивидуальность, размывает способность к перцептивному взаимодействию, человек выступает инструментом практической деятельности [147, 193].

Здоровьесберегающая подготовка студентов в колледже дает возможность научить обучающегося регулировать свой образ жизни с учетом индивидуальных особенностей, компенсировать воздействие негативных факторов цифровой перегрузки, уметь эффективно обучаться в современных дистанционных условиях смешанного формата обучения, эффективно взаимодействовать с другими [133, с. 594].

Здоровьесберегающая подготовка основана на учете особенностей нервно-динамической организации личности ее темперамента и характера [180]. Рассматривая индивидуальные особенности студентов колледжа, следует учитывать особенности периода обучения в колледже, связанные с признанием ценности собственной личности через преодоление внутренних противоречий, обусловленных возрастными кризисами [203]. Несмотря на неравномерность и гетерохронность этих процессов, по мнению ученых (Л. С. Выготского, В.А. Сухомлинский, Э. Эриксон), они являются необходимым условием поступательного развития личности]. Учеными установлено, что поступательная смена этапов развития человека «вызревает» и предопределена генетически, обуславливая изменение в стиле его деятельности, поведении и поступках [188].

Возможности периода обучения в колледже ученые связывают с возможностью для самоопределения, которая выражается в стремлении занять определенную социальную позицию путем освоения новых социальных ролей в коллективе, новых стратегий деятельности и поведения [142, 202].

На этапе получения профессионального образования происходят процессы становления индивидуальной структуры ценностных ориентаций, связанных с построением жизненной перспективы, формированием индивидуальных стратегий здоровьесберегающей подготовки и механизмов регулирования здоровьесберегающего поведения [186].

Таким образом, в период обучения наблюдаются изменения в поведении и характере обучающихся, в их отношении к себе, окружающим, что определяет сензитивность периода обучения для здоровьесберегающей подготовки.

Следующей особенностью здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа является контекстно-модульная технология, основанная на обновлении предметного содержания дисциплин, совокупности (Модуль 1, Модуль 2, Модуль 3), гибкой технологизации (Этап I, II, III) с использованием средств рефлексивных и цифровых технологий, активизирующих способности студентов к анализу и оценке своей здоровьесберегающей позиции в контексте здоровьесберегающей деятельности, результаты освоения которой ассоциируются с деятельностным компонентом здоровьесберегающей подготовки, направленным на построение индивидуальных стратегий здоровьесбережения во всех сферах деятельности на основе ценностного отношения к здоровью. Разработанная контекстно-модульная технология направлена на сознательное стремление к овладению различными стратегиями здоровьесберегающего поведения, которое является составной частью личностного самосовершенствования и определяется как способность владеть способами физического, психологического и интеллектуального саморазвития.

Особое внимание среди содержательных элементов контекстно-модульной технологии уделяется овладению личностными стратегиями и способами деятельности на основе «самопознания», способностям выявлять и устранять барьеры личностного развития в процессе здоровьесберегающей

подготовки. Самопознание, основанное на рефлексии личного опыта, служит инструментом осмысления своего индивидуального сознания для определения ведущих личностных стратегий осуществления успешной деятельности [208]. Самоанализ как рефлексия своих достижений дает возможность выявлять эффективные индивидуальные стратегии, паттерны поведения, обеспечивающие развитие своих способностей с учетом индивидуальной системы взаимодействия с внутренними потребностями и внешними факторами среды для определения путей здоровьесберегающей подготовки [14, с. 58)].

Саморегуляция в процессе реализации контекстно-модульной технологии выступает механизмом становления здоровьесберегающей подготовки на уровне физического, социального, психологического и духовного здоровья, проявляется в способности удерживать, корректировать и развивать личностные стратегии здоровьесберегающей подготовки [136, 209].

Самопознание является практическим способом целевого осмысления знаний и умений на основе личного опыта, личностной картины мира, саморазвитие является способом поддержания автономности и устойчивости на пути самореализации выражающейся в здоровьесберегающей деятельности [174].

Успех реализации контекстно-модульной технологии обусловлен эффективностью использования процессов самоанализа, самопознания, способностью к саморегуляции и самоподдержке личностных здоровьесберегающих стратегий, которые выражаются в ярко выраженной направленности на здоровьесберегающую деятельность, здоровьесберегающую подготовку.

Контекстно-модульная технология направлена на моделирование предметного содержания здоровьесберегающей подготовки из числа дисциплин, предусмотренных образовательной программой в процессе профессионального обучения ФГОС СПО по специальности 12.02.10

«Монтаж, техническое обслуживание и ремонт биотехнических и медицинских аппаратов и систем» [201].

Ведущей стержневой характеристикой контекстно-модульной технологии является гибкость, способность оперативно реагировать и адаптироваться в изменяющихся условиях [214]. Гибкость реализуется в модулях на предметном содержании дисциплин «Биология человека», «Основы медицинских знаний» и «Психология общения», целью которой является моделирование здоровьесберегающей деятельности от квази-профессиональной к собственно-профессиональной деятельности на основе саморазвития и самообразования в области здоровьесберегающей подготовки.

Таким образом, контекстно-модульная технология представляет собой систему, включающую теоретические и практические аспекты, а также наиболее эффективные средства цифровых технологий, видеоконференции, вебинары, методы: проблемно-поисковый, эвристический, информационного ресурса, составляющие которого функционируют в синергетической взаимосвязи друг с другом, образуя единое целое, интегрируя обучение в аудиториях, цифровое обучение и самообучение.

Следующей особенностью здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии является включение студентов в здоровьесберегающую подготовку.

Исследователями (А. Г. Маджуга, С. Я. Сандалова, В. В. Сериков и др.) установлено, что основным ресурсом здоровьесберегающей подготовки является использование личного опыта студентов для самопознания, самосовершенствования и самоопределения с целью освоения индивидуальных оздоровительных методик.

В рамках холистического мировоззрения «для здоровых самоактуализированных людей» [131] здоровьесберегающая подготовка выступает жизненным потенциалом для целостной самореализации через становление субъектности [122, с. 163]. При этом формирование

здоровьесберегающей личностной позиции как внутренней опоры для здоровьесберегающей подготовки, является одной из граней личностных процессов, сопряженных с самоактуализацией. Важным условием здоровьесберегающей подготовки является резонансное взаимодействие участников образовательного процесса, основанное на избирательности восприятия мотивационно-ценностной сферы личности стимулов комплементарных потребностям личности [124].

Предпосылками возникновения резонансных, личностно-развивающих взаимодействий в контексте здоровьесберегающей деятельности могут выступать общее дело и своя команда, социально значимая задача, перспектива увидеть плоды своего труда, отношения с новыми людьми. Все явления воспринимаются личностью в контексте жизненной ситуации, побуждениями к личностному развитию выступают переживания по поводу ситуаций-событий в жизни обучающихся, где событием является встреча-взаимодействие с другой личностью [176].

Данные выводы послужили основанием для использования активных методов проблемного обучения в процессе здоровьесберегающей подготовки, где студенты вовлекаются в учебную деятельность, требующую разрешения противоречий, связанных с вариативностью условий, новыми подходами, не полным знанием о явлении. Проблемные задания активизируют личностную вовлеченность студентов в проблемную ситуацию с привлечением личного опыта для ее разрешения. Преимуществом проблемных методов, таких как мозговой штурм, анализ конкретных проблемных ситуаций является возможность эмоционального самовыражения, самостоятельности, активизирующих познавательный интерес и смыслообразующую активность к здоровьесберегающей подготовке [134, 135].

Следующей особенностью здоровьесберегающей подготовки, ее содержательным контентом, совмещающим в себе мотивационно-ценностный, когнитивный, деятельностный и рефлексивно-оценочный

компоненты, является внедрение авторской программы «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа», направленной на осознание значимости здоровьесбережения в числе смысложизненных приоритетов, систематизацию знаний о здоровьесберегающей подготовке, овладение индивидуальными стратегиями здоровьесберегающей подготовки на основе самосознания и личного опыта.

Содержательным контентом авторской программы «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа» является последовательное использование здоровьесберегающего потенциала содержания междисциплинарного курса МДК 03.01. «Биофизические основы взаимодействия живых систем и методы медико-биологических исследований», в состав которого входит дисциплина «Биология человека» и учебных дисциплины «Основы медицинских знаний» и «Психология общения», реализуемые в строительном-политехническом колледже ВГТУ по специальности 12.02.10 «Монтаж, техническое обслуживание и ремонт биотехнических и медицинских аппаратов и систем» и личный опыт студентов в области здоровьесберегающей подготовки.

Для специальности 12.02.10 «Монтаж, техническое обслуживание и ремонт биотехнических и медицинских аппаратов и систем», здоровьесберегающая подготовка является основой для получения профессионального образования по профессии «17861 Регулировщик радиоэлектронной аппаратуры медицинского назначения». Необходимость интеграции междисциплинарного курса МДК 03.01. «Биофизические основы взаимодействия живых систем и методы медико-биологических исследований» и дисциплин «Основы медицинских знаний», «Психологии общения» в авторской программе «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа» обусловлена комплексным, междисциплинарным овладением знаниями естественных, биомедицинских и социально-гуманитарных наук, направленных на формирование умений и навыков здоровьесберегающего поведения в профессиональной и социальной сфере,

выявления индивидуальных стратегий физического, социального и психологического саморазвития (эмоциональной саморегуляции, самоподдержки и самоуправления).

Внедрение авторской программы «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа», основано на общеобразовательной подготовке по «Общей биологии», позволяет систематизировать знания в области здоровьесберегающей подготовки на основе личного опыта студентов и рассматривать здоровье человека как целостную систему его взаимодействий с предметным окружением (физическое здоровье), социумом (социальное здоровье) и с самим собой (психологическое здоровье).

Интеграция дисциплин в Модулях 1,2,3 является содержательным блоком авторской программы «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа», создающим гибкую модульную систему, основанную на обновленном образовательном контенте предметного содержания дисциплин ФГОС СПО по специальности 12.02.10 «Монтаж, техническое обслуживание и ремонт биотехнических и медицинских аппаратов и систем» с использованием рефлексивных технологий, технологий активного обучения и цифровых технологий, обеспечивающих эффективность здоровьесберегающей подготовки студентов строительного колледжа (Приложение 1).

Здоровьесберегающая подготовка на основе авторской программы «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа» реализовывалась на обновленном образовательном контенте дисциплин в три этапа.

На Этапе I изучался теоретический аспект здоровьесберегающей подготовки, который состоял в систематизации и интеграции знаний разных дисциплин («Биологии человека», «Основы медицинских знаний», «Психологии общения») для осмысления целостности организма человека, взаимосвязи доминантных потребностей личности и здоровьесберегающего поведения как способности принять ответственность за свое здоровье на основе индивидуальных анатомо-физиологических и психодинамических

особенностей. На *Этапе II* раскрывается деятельностный аспект здоровьесберегающей подготовки с учетом индивидуальных особенностей студентов колледжа. На этом этапе в различных дисциплинах («Биологии человека», «Основы медицинских знаний», «Психологии общения») осуществляется самодиагностика индивидуальных особенностей функциональной организации организма студентов.

Изучение дисциплины «Психология общения» построено с опорой на диагностику конституционных и психодинамических особенностей студентов колледжа (темперамент, направленность, особенности коммуникативной, интерактивной и перцептивной стороны общения, эмоционально-волевых качеств, стиля поведения в конфликте) и построении с учетом самодиагностики и их личного опыта индивидуальной траектории здоровьесберегающего развития.

На *Этапе III* осуществлялась организация самостоятельной деятельности студентов с использованием цифровых технологий (веб-энциклопедии, онлайн-тестирование, веб-ресурсы, видеоконференции) для поиска дополнительной информации по тематике самостоятельной работы в процессе изучения дисциплин (факторы риска возникновения заболеваний опорно-двигательной, дыхательной, сердечно-сосудистой, пищеварительной и выделительной систем, восстановление работоспособности при различных заболеваниях, диетическое питание, манипулятивные технологии, конструктивные способы выражения негативных эмоций).

Реализация контекстно-модульной технологии осуществлялась на обновленном образовательном контенте (Модуль 1, Модуль 2, Модуль 3, этапы здоровьесберегающей подготовки), включающем гибкую модульную систему, придающую вариативность на разных этапах обучения, активизирующая способности студентов колледжа к анализу и оценке своей здоровьесберегающей позиции в контексте профессиональной деятельности.

Таким образом, были определены особенности здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии:

1) взаимосвязь мотивационно - ценностных ориентаций студентов с их индивидуально-личностными особенностями в процессе здоровьесберегающей деятельности;

2) знание и понимание индивидуальных особенностей в процессе здоровьесберегающей подготовки на основе смысловых приоритетов, их опыта и мировидения;

3) контекстно-модульная технология, основанная на обновлении предметного содержания дисциплин (Модуль 1, Модуль 2, Модуль 3, этапы здоровьесберегающей подготовки), включающем гибкую модульную систему, придающая вариативность на разных этапах обучения, активизирующая способности студентов колледжа к анализу и оценке своей здоровьесберегающей позиции в контексте профессиональной деятельности;

4) включение студентов в здоровьесберегающую подготовку;

5) внедрение авторской программы «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа» в учебный процесс.

1.3 Модель здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии

Для построения модели здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии необходимо рассмотреть теоретические аспекты моделирования.

Моделирование активно использовался для исследования еще в эпоху Возрождения. Гуманитарные и технические науки используют моделирование как экспериментальный метод познания для исследования закономерностей процессов и явлений в предметных областях знаний. Использование моделирования в педагогике связано с его возможностями

решать педагогические проблемы, направленные на повышение эффективности обучения.

Становление этого метода претерпевало целевую и содержательную трансформацию. Постепенно выделились два подхода к способам формирования моделей: создание модели как копии исследуемого образца; построение модели, как способ создания оригинала [173]. В нашем исследовании построение модели здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии моделирование является попыткой создать новый образец, претендующий на оригинал. Отличительной особенностью моделирования как способа создания оригинала является то, что модель выступает продуктом творческого замысла. Модель как способ создания оригинала является основой педагогического моделирования.

Возможности моделирования для решения педагогических проблем освещены в работах Ю. К. Бабанского, В. В. Давыдова, В. В. Краевского. Моделирование рассматривается как возможность получения информации о динамике исследуемого объекта или процесса, наглядно представить форму объекта или процесса, систематизировать и структурировать знания о нем [155, 156].

Модель рассматривается как аналог реального или прогнозируемого процесса, воспроизводит процесс здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии [17]. Модель служит средством изучения и получения новой информации о процессе здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе аналитического описания параметров взаимодействия в системе [219].

Таким образом, модель – это система, служащая инструментом и средством для получения информации о процессе и результате здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии, допускающая ее экспериментальную проверку.

Моделирование выступает методом опосредованного практического и теоретического оперирования процессом.

Возможности процесса моделирования обозначили его использование как инструмента исследования для познания и управления педагогическим процессом. Причем, важным преимуществом этого метода является создание модели, имеющей существенные отличия от предыдущих образцов. Результаты такого моделирования позволяют делать выводы о развитии процессов, протекающих в реальных условиях колледжа [57].

Необходимость использования моделирования продиктована трудностями изучения объекта исследования, связанная с временными финансовыми или техническими рамками.

Процессам моделирования подвергают объекты различной природы: абстрактные объекты описываются вещественно-математическими моделями, для описания физических и логико-семиотических моделей используют специальные структурные схемы, графики, символы.

При моделировании, как правило, используются модели разных типов. При педагогическом моделировании в основном используют вещественно-математические и логико-семиотические модели.

Важными для нашего исследования также являются возможности моделирования, направленные как на содержания образования, так и на учебную деятельность как средство обучения. Необходимость владения методикой моделирования опосредована общими методами научного познания и психолого-педагогическими особенностями учебного процесса [148].

При построении модели здоровьесберегающей подготовки студентов на основе контекстно-модульной технологии мы учитывали требование адекватности модели при изучении данного процесса. Модель адекватна реальному процессу, если некоторые реальные характеристики процесса совпадают с экспериментальными с заданной степенью точности.

Также на этапах построения модели нами учитывалась валидность как показатель пригодности модели для характеристики процесса здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа; объективность как независимость и точность понимания параметров модели, которые характеризуют возможности модели и ее функции в педагогическом исследовании.

В процессе построения модели здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии мы учитывали нелинейность педагогических процессов, на которую указывают многие исследователи. Нарушением линейного процесса служит «выбор в момент бифуркации» [12, с. 249], что обуславливает возможность неожиданных изменений направления развития процессов. Поэтому в педагогической науке используется понятие «жесткой» и «мягкой» моделей, предложенное В. И. Арнольдом [15, с. 186]. В своем исследовании мы опирались на мнение В. А. Тестова, который считает, что педагогический процесс связан с решением постоянно изменяющихся проблемных ситуаций и задач, направленных на развитие и саморазвитие участников образовательного процесса [196]. В мягких образовательных моделях преобладают субъектные отношения, построенные с учетом возрастных и индивидуально-личностных особенностей студентов [182, с. 9].

Определение понятия «модель» в зависимости от предметной области изучаемого объекта, цели моделирования и способа достижения результатов имеют различные трактовки, что позволяет создавать широкое разнообразие моделей, отражающих различные стороны изучаемого объекта. Построение моделей опирается на универсальные алгоритмы моделирования, которые предусматривает несколько стадий-этапов.

Первая стадия моделирования - концептуальная. На этой стадии необходимо провести предварительный описательный анализа предметной области, обозначить цели моделирования, определить противоречия между целью и имеющимися данными, разрешение которых обуславливает выбор

структуры и вида модели, выделить внешние и внутренние факторы и параметры модели [233].

Вторая стадия моделирования связана с разработкой модели и проведением модельного эксперимента в соответствии с выбранной концепцией. На этой стадии осуществляется планирование и организация эксперимента с целью получения качественных или количественных результатов.

Третья стадия моделирования связана с переносом знаний и информации, полученных в результате моделирования, на теорию и практику педагогики.

Обработка результатов моделирования здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа состоит из этапов. На первом этапе выявляется соответствие модели цели и требованиям моделирования, определяются критерий адекватности модели и методы ее проверки на адекватность. На втором этапе выдвигается гипотеза, определяющая процесс моделирования, проводится статистический, описательный и сравнительный анализ данных результатов педагогического моделирования и заключение по результатам моделирования. На третьем этапе проводится обобщение и обработка результатов моделирования с использованием методов статистического и математического анализа.

Системный характер модели соответствует иерархическим связям в реальных педагогических системах и процессах, что дает возможность находить эффективные способы управления этими процессами и прогнозировать их развитие в процессе реализации заданных способов и форм воздействия на них.

Моделирование как метод исследования позволяет прогнозировать педагогические процессы, протекающие в натуральных условиях и определить вероятный характер развития педагогического процесса. Преимуществом моделирования является возможность изучения процессов, недоступных прямому наблюдению. Объективность результатов процесса

моделирования обусловлена точностью определения параметров модели педагогического процесса.

Метод моделирования процесса здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа дает возможность: определять структурные взаимосвязи изучаемого процесса, анализировать процесс здоровьесберегающей подготовки целостно и фрагментарно; изменять параметры моделирования процесса здоровьесберегающей подготовки; осуществлять прогнозировать появления новых качеств изучаемого процесса [60, 84].

При моделировании процесса здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа учитывались системные свойства модели как многоуровневой структуры; универсальность как возможность использования модели применительно к объектам различной природы; гибкость как возможность изменять и дополнять параметры изучаемого процесса включающая содержательную гибкость, проявляющуюся в дифференциации (выделении ключевых составляющих элементов), в интеграции (объединении их в единое целое), структурную и технологическую гибкость (вариативность форм, средств и методов обучения) [214].

Учеными в данной проблемной области накоплен большой практический опыт моделирования различных аспектов процесса здоровьесберегающей подготовки определяющей состояние здоровья.

Проведя анализ различных подходов, определений здоровьесберегающей подготовки различными исследователями, были разработаны модели в рамках разных дисциплинарных областей на различных этапах становления и развития науки. П. И. Калью все многообразие определений здоровья распределил в соответствии с рядом концептуальных моделей: медицинской, биомедицинской, биосоциальной и ценностно-социальной.

Медицинская модель основную ответственность за состояние здоровья возлагает на медицину, при этом сохранение здоровья обеспечивают медико-гигиеническими процедурами.

В биомедицинской модели учитывается субъективное восприятие человеком своих состояний, что позволяет человеку выступать соорганизатором мероприятий своего здоровьезбережения. Однако данная модель базируется на понимании доминирования биологических особенностей человека, определяющих его здоровье.

Биосоциальная модель здоровья рассматривает здоровье человека как гармоничный процесс сочетания реализации биологических и социальных потребностей при ведущей роли социальных проявлений здоровья.

Здоровье как ценность для личностной и социальной самореализации рассматривается в ценностно-социальной модели. Здоровье выступает ценностью-ресурсом для успешного осуществления жизненных планов и замыслов [80].

По нашему мнению, ценностно-смысловая модель обладает ресурсами для обеспечения здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии как базовой ценности личности, необходимой для личностной и профессиональной самореализации.

Опираясь на исследования (Е. В. Бондаревская, Г. А. Ковалев, Н. Н. Малярчук, В. А. Ясвин) практического опыта по формированию здоровьесбережения обучающихся в зависимости от приоритетных направлений в образовательных учреждениях, выделяют несколько моделей здоровьесбережения: медико-гигиеническая модель организации образовательного процесса делает акцент на организационно-педагогические условия, важным элементом считая рациональную организацию учебного процесса; лечебно-восстановительная модель предусматривает использование различных оздоровительных процедур (фитонапитки, лечебная физкультура, физиотерапия), физкультурно-оздоровительная модель характеризуется использованием средств физического воспитания в

целях оздоровления и развития учащихся; эколого-сохраняющая модель направлена на формирование экологической культуры, как основы для целостного мировоззрения; культурно-образовательная модель делает акцент на воспитании культуры обучающихся как основы для личностного развития.

Отечественные исследователи (В. В. Сериков, С. Ю. Степанов) считают необходимым актуализировать механизмы личностного роста обучающихся на основе ценностных ориентаций, развивать рефлексивные способности, творческую уникальность, личностную зрелость.

Зарубежные исследователи также обращаются к проблемам моделирования здоровьесберегающей подготовки, выделяя различные условия и средства ее формирования.

Модель самоусиления предполагает использование административного ресурса, посредством лоббирования необходимых законодательных изменений, выделение субсидий на питание, которые будут способствовать здоровому образу жизни. Модель самоусиления направлена на развитие навыков здоровьесберегающего поведения, в образовательной среде транслирующей здоровый образ жизни. Однако на практике не предпринимаются серьезные шаги для создания образовательной среды, отвечающей этим требованиям [213].

В модели действий на благо здоровья (К. Tones) учитываются социальные и психологические факторы, влияющие на формирование здоровьесберегающей подготовки: внутренние и внешние факторы личностной и образовательной среды, систему представлений и мотивацию. Существенным признаком модели является использование общих социальных норм как средств здоровьесберегающей подготовки [235].

Моделирование в процессе здоровьесберегающей подготовки выступает предметом междисциплинарных исследований отечественных и зарубежных ученых, которые выделяют альтернативные подходы к моделированию здоровьесберегающей подготовки: нормоцентрический, феноменологический, холистический, кросс-культурный, дискурсивный,

аксиологический, интегративный. Авторы указывают о возможности дополнения данной систематики моделирования здоровьесберегающей подготовки, но считают необходимым развивать интегративные модели здоровьесберегающей подготовки [38].

Одной из таких интегративных моделей является биопсихосоциоэтическая или духовная модель здоровьесберегающей подготовки, согласно которой ценностно-смысловая сфера управляет процессами самоактуализации личности [68].

Особое внимание в работах отечественных исследователей уделяется вопросам моделирования образовательной среды как эффективного средства формирования здоровьесбережения обучающихся. Образовательная среда выступает целостным обобщенным фактором развития личностных здоровьесберегающих стратегий, содержит возможности для реализации индивидуальных способностей в процессе обучения и овладения навыками в области здоровьесберегающей подготовки [15, с.187].

Совокупность возможностей образовательной среды для обучения, воспитания и развития личности обусловлена комплексом факторов, опосредованных пространственно-предметным, социальным, психодидacticеским компонентами [204].

В работах Г. А. Ковалева возможности образовательной среды реализуются через «сферы»: человеческие факторы, программу обучения, физическое окружение.

Модель обучения в сотрудничестве субъектов образования характеризуется как сложная многоуровневая система прямых и косвенных взаимодействий, реализующих субъективные педагогические установки участников образовательного процесса, в процессе достижения цели обучения. Эффективность процесса обучения в коммуникативно-ориентированной модели обусловлена процессами коммуникации, особенностями взаимодействия в процессе обучения, распределением обязанностей в процессе решения проблем, рефлексивными способностями

обучающихся [170]. Важными для нашего исследования является то, что в коммуникативно-ориентированной модели (В. В. Рубцов), кроме сотрудничества в учебном процессе как процессе содействия и совместной деятельности, значимым элементом эффективного взаимодействия считаются рефлексивные способности обучающихся.

Разработанная антрополого-психологическая модель образовательной среды является важным элементом эффективности образовательного процесса, организации совместной деятельности субъектов при установлении субъект-субъектных отношений в процессе обучения. Ключевым компонентом данной модели выступает структурная организация образовательной среды и ее возможности как ресурса для реализации способностей обучающихся. Ресурсные и организационные возможности данной модели обусловлены динамикой взаимодействия комплекса объективных организационно-педагогических условий организации деятельности учебного заведения и субъективных факторов взаимодействия в учебном процессе [187].

Субъектные отношения выступают важным условием организации обучения в дистанционной образовательной среде, при котором основным участником-субъектом обучения выступают ученик (микрососм), образовательная среда выступает (макрососмом), обеспечивая процесс их вселения-взаимодействия [210, с.1].

Повышение эффективности обучения с учетом личностных особенностей обучающихся, спецификой восприятия знаний в процессе обучения являются ключевыми условиями экопсихологической модели образовательной среды. Основной задачей в рамках данной модели является создание условий на каждой ступени образования, с учетом возрастных особенностей и специфики развития индивидуально-личностной сферы обучающихся [154, с. 215].

Комплекс условий, обеспечивающих проявление индивидуальных способностей в образовательной среде, реализуется через возможности ее

структурных компонентов: пространственно-предметного, деятельностного; коммуникативного [154, с.216].

В русле гуманистических направлений в педагогике сформировалась психодидактическая модель организации образовательной среды, в которой личностные качества и особенности как врожденные генетически, заданные служат опорой для организации учебного процесса, определяют отбор методов, содержания организации обучения и воспитания [153].

Таким образом, анализ широкого пласта исследований проблемы моделирования здоровьесберегающей подготовки студентов выявил: системный характер модели, имеющей иерархическую структуру, системообразующим элементом которой являются ценностные ориентиры. Кроме того, ученые акцентируют внимание на важности отдельных составляющих модели: определенных субъект-субъектных связях и отношениях [183, 228]; активности субъектов взаимодействия для обеспечения возможностей для саморазвития [183, 211, 228]; использования ресурсов возрастных и индивидуально-психологических особенностей учащихся как генетически заданных [153, 183]; важности процессов взаимопонимания, коммуникации, рефлексии [170, 187, 210].

Работы ученых определили контуры построения нашей модели здоровьесберегающей подготовки студентов на основе контекстно-модульной технологии. Выявленные компоненты определяют гуманистическую направленность личностно-ориентированного образования, в рамках парадигмы которой личность выступает субъектом познания и предусматривает моделирование форм, средств и методов здоровьесберегающей подготовки с учетом индивидуальных особенностей студентов.

В процессе педагогического моделирования отмечается необходимость включения в моделирование целевого, организационного, содержательного и оценочно-результативного блоков.

В процессе моделирования решаются следующие задачи:

- определяется цель исследования (целевой блок);
- выделяются этапы исследования, формы и технологии обучения (процессуальный блок);
- определяется содержательный контент обучения (содержательный блок);
- подбираются критерии и объекты контроля (оценочно-результативный блок).

Для определения достоверности теоретических положений, концепций и гипотезы исследования необходимо построить модель здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии.

Цель модели - здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии как основы для профессионального и личностного саморазвития и самореализации.

Модель здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии является теоретически выстроенной системой методологических подходов, принципов, форм, способов и средств по обеспечению качественного обучения студентов колледжа по авторской программе «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа».

Модель здоровьесберегающей подготовки студента на основе контекстно-модульной технологии содержит четыре взаимосвязанных блока:

1) *методологический блок* включает: цель, подходы (системный, аксиологический, субъектно-деятельностный, контекстный, компетентностный), принципы (структурной целостности, единства когнитивного и ценностного, личностно-центрированной направленности, профессиональной направленности, сотрудничества);

2) *содержательный блок* (Модули 1,2,3) создают гибкую модульную структуру, основанную на обновленном образовательном контенте предметного содержания дисциплин.

3) *процессуальный блок* (основные этапы здоровьесберегающей подготовки, формы, методы, средства, реализованные в контекстно-модульной технологии);

4) *диагностический блок* включает критерии, показатели, уровни.

Методологический блок здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии как системообразующий, определяющий особенности процесса здоровьесберегающей подготовки, включает следующие подходы: системный, субъектно-деятельностный, аксиологический, контекстный, компетентностный.

Системный подход (И.В. Блауберг, Б.Ф. Ломов и др.) позволяет рассмотреть здоровьесберегающую подготовку студентов колледжа как целостную систему, разработать модель здоровьесберегающей подготовки студентов, определить ее составляющие (цель, этапы, принципы, условия, формы, средства реализации, результаты).

Субъектно-деятельностный (К. А. Абульханова-Славская, А. В. Брушлинский, А. Н. Леонтьев, С. Л. Рубинштейн, В. А. Сластенин и др.) позволяет рассмотреть здоровьесберегающую подготовку студентов колледжа с учетом их индивидуальных особенностей, выраженных в их активной деятельности.

Аксиологический (С. Ф. Анисимов, Е.В. Бондаревская, В. А. Сластенин и др.) позволяет рассматривать здоровьесберегающую подготовку как систему ценностных ориентаций на основе ценностного отношения к здоровью, как индивидуальной, личностной и социальной ценности.

Компетентностный (В. И. Байденко, И. А. Зимняя, Э. П. Комарова, и др.) обеспечивает здоровьесберегающую подготовку студентов колледжа на основе собственной учебной деятельности через квази-профессиональную к собственно-профессиональной деятельности.

Контекстный (А. А. Вербицкий, Э. П. Комарова, В. В. Сериков и др.) раскрывает здоровьесберегающую подготовку студентов как совокупность

условий и качеств личности, позволяющих осуществлять здоровьесберегающую деятельность.

Были выделены следующие принципы здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии: структурной целостности, личностно-центрированной направленности, единства когнитивного и ценностного, профессиональной направленности, сотрудничества; компоненты: мотивационно-ценностный, когнитивный, деятельностный, рефлексивно-оценочный.

Реализация модели здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии основана на реализации психолого-педагогических принципов:

Принцип структурной целостности основан на представлениях о том, что данная модель является целостной системой взаимосвязанных и интегрированных компонентов, совокупность которых формирует здоровьесберегающую подготовку. При этом совокупность компонентов проявляет новые свойства не характерные для компонентов в отдельности и обеспечивает формирование здоровьесберегающей подготовки студентов на основе контекстно-модульной технологии.

Принцип личностно-центрированной направленности ориентирует организацию процесса обучения студентов колледжа на их индивидуальные и личностные особенности построения картины мира. Целью применения данного принципа является выработка индивидуальных стратегий здоровьесберегающего поведения с опорой на ценностно-смысловую сферу личности.

Принцип единства когнитивного и ценностного основан на идее С. Л. Рубинштейна о единстве сознания и деятельности, согласно которой ценностные ориентации выступают целостной избирательной системой индивидуальных параметров, опосредующих внешние воздействия. Ценностные ориентации определяют субъективность восприятия и переработки информации с учетом их личностной значимости и

мировидения. Принцип единства когнитивного и ценностного направлен на формирование отношения к здоровью как индивидуальной и общественной ценности, осознание ценности для успешной жизнедеятельности и самоопределения. Перевод здоровья в разряд ключевых внутренних ценностей личности приводит к здоровьесберегающей подготовке, обеспечивает на ее основе возможности для саморазвития. Здоровьесберегающая подготовка предполагает единство когнитивного и ценностного компонентов, при котором знания и поведенческие стратегии выступают ядром здоровьесберегающей подготовки на основе контекстно-модульной технологии.

Принцип профессиональной направленности предусматривает отбор содержания заданий, форм и методов организации учебного процесса, с учетом формирования интереса и активизации мотивации к здоровьесберегающей подготовке в контексте получения профессионального знания.

Принцип сотрудничества обусловлен установлением субъектных связей в процессе взаимодействия педагогов и студентов в образовательной среде колледжа путем выявления личностных механизмов и ресурсов саморазвития. Наиболее эффективно реализуется принцип сотрудничества при резонансном взаимодействии участников образовательного процесса, проявляющемся в совместном расширении границ личностного самопознания, что актуализирует внутренние механизмы саморазвития.

Названные принципы явились теоретическим основанием модели здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии. Реализация принципов позволила интегрировать все компоненты здоровьесберегающей подготовки, обеспечить их взаимодействие, органическую взаимосвязь для формирования здоровьесберегающей подготовки.

Содержательный блок (Модули 1,2,3), создающие гибкую модульную систему, основанную на обновленном образовательном контенте предметного содержания дисциплин.

Процессуальный блок (основные этапы здоровьесберегающей подготовки, формы, методы, средства, реализованные в контекстно-модульной технологии), более подробно будет рассмотрен в п. 2.2. нашего исследования.

Диагностический блок, включающий критерии, показатели, уровни; *ценностный* (мотивы к здоровьесберегающей подготовке студентов; потребность в достижении успеха в процессе здоровьесберегающей подготовки студентов; ценностные ориентации к здоровьесберегающей подготовке студентов); *знаниевый* (системные знания в области здоровьесберегающей подготовки; осознание и восприятие знаний в процессе здоровьесберегающей подготовки; самостоятельность и глубина суждений в процессе здоровьесберегающей подготовки); *деятельностный* (овладение различными стратегиями здоровьесберегающей подготовки; проявление здоровьесбережения во всех сферах деятельности; саморазвитие и самореализация в процессе здоровьесберегающей подготовки); *рефлексивный* (развитие здоровьесберегающего самосознания; осознание собственной ответственности за здоровьесберегающую подготовку; понимание своих индивидуальных особенностей, саморазвитие в процессе здоровьесберегающей подготовки); уровни здоровьесберегающей подготовки: высокий, средний, низкий. Выбор методов диагностики, анализ полученных данных результатов исследования будут представлены во второй главе п. 2.2 нашей работы.

С учетом обозначенных подходов, принципов и компонентов мы рассматриваем здоровьесберегающую подготовку студентов как целостную, системную репрезентацию, имеющую иерархическую структуру, состоящую из множества взаимосвязанных элементов, взаимодействие которых

эффективно при наличии определенных психолого-педагогических условий, которые рассмотрены во второй главе п.2.1 нашего исследования.

Совокупность выявленных педагогических условий способствует успешной реализации модели здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии.

Предлагаемая модель представлена на рисунке 1.

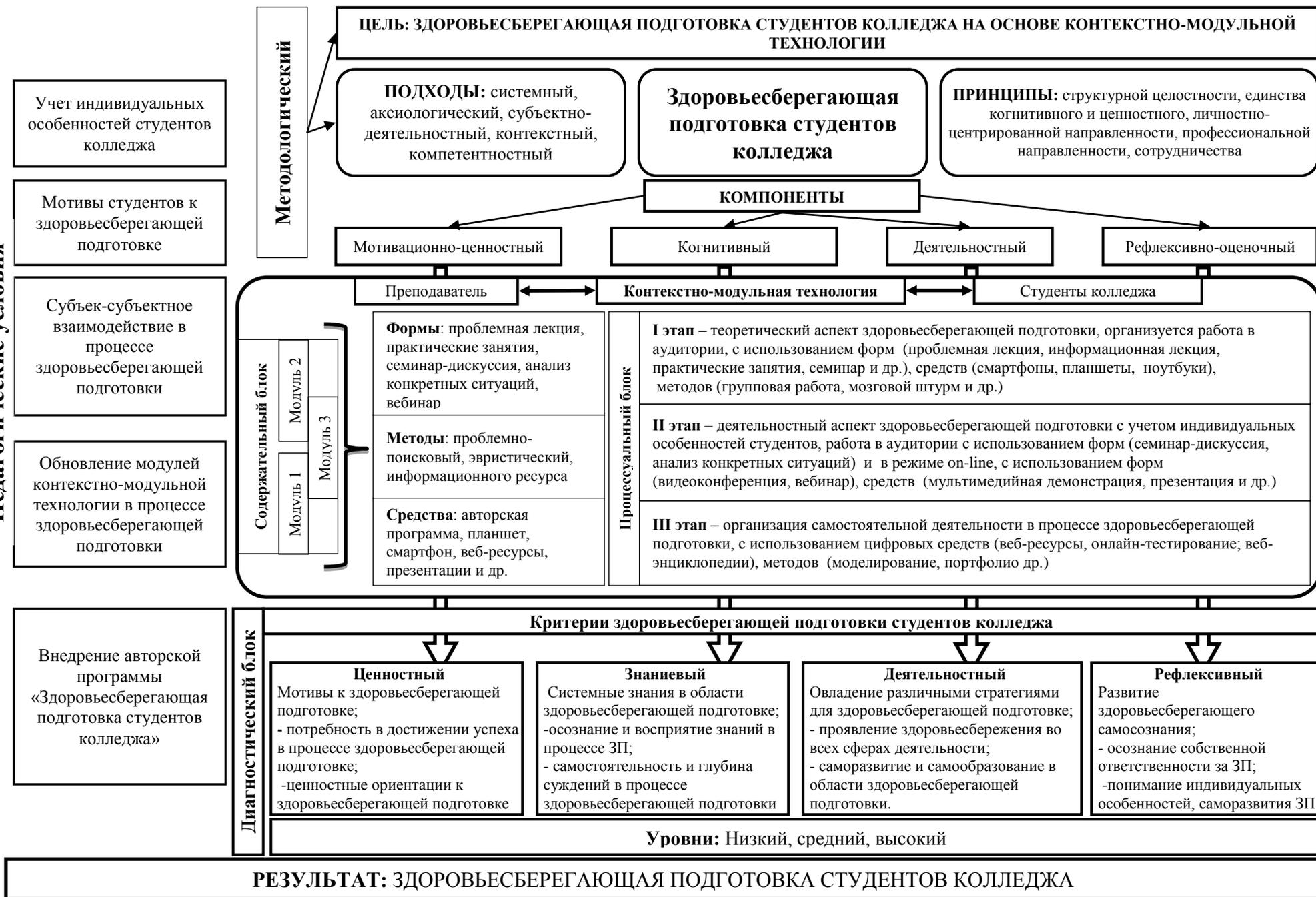


Рисунок 1 – Модель здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии

ВЫВОДЫ ПО ПЕРВОЙ ГЛАВЕ

Начало XXI века характеризуется принятием нормативно-правовых документов, в которых проблема сохранения и укрепления здоровья обучающихся рассматривается как приоритетная, что актуализирует проблему здоровьесберегающей подготовки на основе контекстно-модульной технологии, обусловленную ухудшением состояния здоровья обучающихся и введением цифровых ресурсов в образование. Именно поэтому появилась потребность в поиске средств, методов и способов, обеспечивающих улучшение здоровья, что направлено на здоровьесберегающую подготовку студентов колледжа. В процессе исследования проблемы здоровьесберегающей подготовки студентов были выявлены противоречия, которые явились движущей силой в решении обозначенной проблемы и подтвердили их взаимосвязь. Анализ большого пласта научных исследований показал, что обозначенные методологические подходы (системный, субъектно-деятельностный, аксиологический, контекстный, компетентностный) не только взаимодополняют друг друга, но и генерируют инновационные синергетические идеи.

Важным научным основанием здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа является формирование системных знаний о сохранении и укреплении здоровья, овладение различными стратегиями в процессе здоровьесберегающей подготовки, развитие здоровьесберегающего самосознания, осознание ответственности за свое здоровье.

Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа рассматривается нами как интегративная система, включающая совокупность знаний о сохранении и укреплении здоровья, понимание системы ценностных доминант, привычек, установок социума, мотивированная внутренними убеждениями, обеспечивающая готовность к здоровьесберегающему поведению и к успешному взаимодействию и сотрудничеству субъектов образования в здоровьесберегающей деятельности.

Структурными компонентами здоровьесберегающей подготовки являются: мотивационно-ценностный, когнитивный, деятельностный и рефлексивно-оценочный.

Содержание и организация здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа характеризуется следующими особенностями: взаимосвязью мотивационно - ценностных ориентаций студентов с их индивидуально-личностными особенностями здоровьесберегающей деятельности; знанием и пониманием индивидуальных особенностей здоровьесберегающей подготовки на основе смысло-жизненных приоритетов, их опыта и мировидения; контекстно-модульная технология, основанная на обновленном образовательном контенте (Модуль 1, Модуль 2, Модуль 3, этапы здоровьесберегающей подготовки), создающем гибкую модульную систему, придающую вариативность разным этапам обучения, активизирующую способности студентов колледжа к анализу и самооценке своей здоровьесберегающей позиции в контексте здоровьесберегающей деятельности; включение студентов колледжа в здоровьесберегающую подготовку; внедрение авторской программы «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа».

Наглядно представить деятельность по здоровьесберегающей подготовке студентов колледжа, раскрыть содержание и связи структурных компонентов позволяет метод моделирования. Разработанная нами модель здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа включает следующие блоки:

Методологический (цель, подходы и принципы);

Содержательный блок (Модули 1,2,3), создающие гибкую модульную систему, основанную на обновленном образовательном контенте предметного содержания дисциплин;

Процессуальный блок включает основные этапы здоровьесберегающей подготовки, формы, методы, средства, реализованные в контекстно-модульной технологии;

Диагностический блок включает критерии (ценностный, знаниевый, деятельностный, рефлексивный), показатели, уровни (высокий, средний, низкий).

Основным средством здоровьесберегающей подготовки является контекстно-модульная технология, которая направлена на осмысление взаимосвязи ценностно-смысловой сферы студентов колледжа и индивидуальных особенностей студентов в процессе здоровьесберегающей подготовки (представлена в параграфе 2.2).

Глава 2. Опытнo-экспериментальная работа реализации здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии

2.1 Педагогические условия здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии

В условиях становления в России новой системы образования здоровьесберегающая подготовка обучающихся выступает ресурсом для получения профессионального образования, возникает необходимость в теоретическом осмыслении педагогических условий, обеспечивающих эффективность здоровьесберегающей подготовки студентов на основе контекстно-модульной технологии.

Анализ психолого-педагогической литературы выявил сущность понятия «педагогические условия», различные содержательные компоненты, что определяет необходимость их уточнения применительно к данному исследованию.

В справочной литературе значение понятия «условие» определяется как: значимое обстоятельство, требование, договоренность, соглашение, правила по которым выполняется действие, обстановка в которой протекает процесс [55, 150].

Философские источники определяют «условие» как то, что обуславливает другое, существенный компонент системы [205].

Исследователи отмечают, что понятие «условие», являясь обстоятельством, не выступает причиной явления, а является обстановкой-средой для его возникновения и развития [207, с. 63].

В ходе организации и проведения опытнo-экспериментальной работы возникают определенные педагогические условия, которые исходя из вышесказанного, будут составлять совокупность обстоятельств, правил и

обстановку осуществления педагогического процесса (в частности, здоровьесберегающей подготовки) [152].

Изучение психолого-педагогических источников показывает, что понятие «педагогические условия» исследователи трактуют как комплекс мер, повышающих эффективность педагогической деятельности [28], возможностей форм, методов, средств, содержания, направленных на решение образовательных задач [143]; факторов и обстоятельств, опосредующих направление развития педагогического процесса [17].

Важным для нашего исследования являются выводы Н. М. Борытко о возможности конструирования благоприятных педагогических условий для решения поставленных задач. Однако ученый считает, что создание благоприятных педагогических условий не гарантирует достижения поставленных целей и задач [33].

Для создания педагогических условий творческого саморазвития обучающихся необходимо провести целенаправленный отбор элементов содержания обучения, методов развития творческих способностей обучающихся и эффективных форм обучения [10].

Следует отметить, что факторы среды, в которой проходит обучение, а следовательно, и развитие обучающихся целесообразно рассматривать в русле представлений о том, что развитие определяется триадой: духовные ценности, требования деятельности и среда развития [215]. Данный подход основан на концепции С. Л. Рубинштейна опосредованности индивидуально-психологического развития внутренними и внешними факторами.

В работах исследователей (Н. В. Ипполитова) педагогические условия являются компонентом образовательной системы в совокупности элементов, обеспечивающих личностное развитие субъектов (внутренних) и процессуальную реализацию образовательного процесса (внешних), обеспечивающих ее дальнейшее развитие [77, с. 10].

Расширение возможностей моделирования педагогических условий связано с учетом внутренних, глубинных механизмов формирования

необходимых в процессе обучения умений и навыков (в частности, здоровьесберегающей подготовки). Важность психологического аспекта педагогических условий связана с учетом индивидуальных, субъективных свойств личности для обеспечения эффективного взаимодействия для решения поставленных задач.

Выбор педагогических условий обусловлен особенностью структуры личности и психических процессов, типом личности, системой ценностей участников образовательного процесса и установившимися в результате этого межличностными взаимодействиями, а также материально-техническими средствами организации процесса взаимодействия [198]. Выделяют деятельностный аспект организации педагогического взаимодействия, дополняя педагогические условия факторами внутренней образовательной среды, опосредующими эти взаимосвязи, и влиянием внешних условий на характер взаимодействия в этой среде [108, с. 103].

Таким образом, исследователи, изучая процесс развития, выделяют: психолого-педагогические условия как внутренние субъективные условия формирования личности и организационно-педагогические условия как внешние объективные условия организации образовательного процесса. Дидактические условия, которые иногда выделяют в отдельную группу педагогических условий, мы относим к психолого-педагогическим факторам, так как отбор дидактических элементов в образовательном процессе носит субъективный характер. Эффективность процессов развития и обучения обусловлена единством и взаимосвязью внешних и внутренних условий развития личности [109,191].

Организационно-педагогические условия выступают внешним фактором организации обучения. Они обусловлены комплексом возможностей среды (содержание обучения, методы и формы организации занятий, организация внеурочной деятельности, материально-техническая база), направленных на достижение целей обучения. Важным звеном этой

системы является эффективность управления педагогическим процессом [21].

Для нашего исследования необходимо также уточнить значение термина «формирование». Следует отметить, что в педагогической литературе трактовка термина «формирование» отличается широким диапазоном толкований. Чаще всего в психолого-педагогической и справочной литературе оно характеризуется как процесс и результат становления и развития человека приобретения устойчивых качеств под влиянием множественных факторов (социальных, экологических, экономических, психологических и т.д.) [145, 161, 189].

Некоторые исследователи рассматривают процесс формирования как прогнозируемый и целенаправленный результат воспитательных воздействий появления новых качеств, умений, «сконструированных» личностью, которые в дальнейшем могут развиваться в процессе переживания определенного опыта и отношений [164, 223].

Педагогическими условиями, способствующими здоровьесберегающей подготовке студентов колледжа, является совокупность мер: целенаправленный отбор содержания, методов, форм обучения здоровьесберегающей деятельности, учет возможностей образовательной среды колледжа и индивидуальных особенностей участников образовательного процесса, реализация которых может обеспечить здоровьесберегающую подготовку студентов колледжа.

Следует отметить, что в психолого-педагогической практике отсутствуют работы, посвященные исследованию педагогических условий здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа, но достаточно широко рассмотрены педагогические условия, обеспечивающие здоровьесбережение обучающихся.

Исследователи выделяют факторы среды, усиливающие риски нарушения здоровья обучающихся, к которым относят недостаточный учет индивидуальных особенностей обучающихся, недостаток развивающих

технологий в обучении, нерациональная организация обучения, неэффективность и авторитарность управления [191, 197].

Итак, организационно-педагогические условия процесса здоровьесберегающей подготовки обусловлены эффективностью управления объективными возможностями материально-пространственной среды (содержание, формы организации, методы обучения и ресурсы), обеспечивающими здоровьесбережение субъектов образования [198]. Объективными возможностями организационно-педагогических условий, направленными на формирование здоровьесберегающей подготовки выступают: статус образовательной системы, отношения в ней «по горизонтали» и «по вертикали»; организация режима работы образовательного учреждения, длительность рабочей недели, расписание и продолжительность занятий.

Изменение психолого-педагогических условий позволяет целенаправленно использовать возможности и применять лично ориентированные меры педагогического воздействия, что обуславливает процессы развития, воспитания и обучения личности [77, с. 12].

Важным моментом реализации комплекса педагогических условий исследователи считают: «последовательное и поэтапное в соответствии с целевыми установками на каждом из этапов формирование поставленных целей, выстраивание субъект-субъектного взаимодействия, применение технологий, повышающих эффективность исследуемого процесса» [183, с. 32].

Психолого-педагогические условия, определяющие здоровьесберегающую подготовку участников образовательного процесса, включают как теоретический, так и практический аспекты. Были выделены направления конструирования психолого-педагогических условий здоровьесберегающей подготовки обучающихся. К ним относятся: лечебно-восстановительная направленность, при которой в процессе обучения обучающиеся имеют возможность дополнительно получать медицинское обслуживание в виде

процедур; физкультурно-оздоровительная направленность; эколого-сохраняющая направленность; учебно-воспитательная направленность учебного процесса актуализирует личностный потенциал обучающихся за счет развития его рефлексивных способностей, формирования ценностно-смысловых установок [125, с. 32]. Характерной особенностью медико-гигиенической направленности организации условий образовательного процесса является стратегия сохранения и восстановления здоровья участников образовательного процесса через рациональную организацию обучения [191].

Анализ широкого пласта психолого-педагогической литературы выявил, что индивидуальные качества личности выступают внутренними факторами, обеспечивающими избирательное восприятие и присвоение информации внешней среды [168].

Учет индивидуальных особенностей студентов основан на системе ценностных ориентаций, их миропонимании и личном опыте реализации знаний, умений, навыков здоровьесберегающего поведения. На характер проявления здоровьесберегающего поведения в профессиональной деятельности накладывают отпечаток особенности темперамента и характера студентов [184, с. 21].

Индивидуальная структура личности проявляется в особенностях восприятия, осознании и систематизации знаний в процессе здоровьесберегающей подготовки. Личностная сфера студентов носит индивидуальный характер, одним из важных элементов которой для здоровьесберегающей подготовки является готовность к проявлению здоровьесбережения во всех сферах деятельности. Готовность к здоровьесберегающей деятельности обусловлена личностной значимостью здоровьесбережения и основана на знании и выполнении норм здорового образа жизни; правил личной гигиены, способах поддержания физической формы, понимания ответственности за выбор образа жизни [4, 72].

Способность к саморегуляции здоровьесберегающей подготовки с помощью рефлексии своих успехов (в области здоровьесберегающей подготовки) выступает экологичным инструментом моделирования деятельности и обеспечивает осознание и понимание собственных стратегий саморазвития на основе самостоятельности и глубины суждений [167].

Учет индивидуальных особенностей здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа компенсирует нервно-психическое напряжение, снижает психофизиологическую нагрузку, предупреждает развитие информационных перегрузок и патологий, дает возможность научить обучающихся способности регулировать свой образ жизни, умению эффективно обучаться и взаимодействовать в современных условиях смешанного обучения [61, 232].

Важным педагогическим условием здоровьесберегающей подготовки выступают мотивы студентов к здоровьесберегающей подготовке.

Система ценностных ориентаций проявляется в отношениях к себе, социуму, здоровьесберегающей деятельности и определяет характер взаимоотношений и поведения в профессиональной среде [33]. Ценности принимают форму мотивов профессиональной деятельности, отражение которых проявляется в целостной деятельности, но в то же время, личность формируется и развивается в контексте профессиональной деятельности [127, 215].

Наиболее значимым фактором успешности в профессиональной деятельности является «доминирующий мотив», который проявляется как индивидуальный стиль профессиональной деятельности [138, 141]. Мотивационная и ценностно-смысловая сфера личности задает направленность процессу здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа, формирует здоровьесберегающее самоопределение личности, выступающее основой профессиональной и социальной самореализации в процессе всей жизнедеятельности [72, с. 38]. Мотивация выступает побуждением к действию, задающим его направленность и проявляется как способность реализовывать свои потребности, осуществлять задуманное.

Кроме того, расширяются горизонты видения мира, строится истинная система ценностей в процессе здоровьесберегающей подготовки.

Необходимым аспектом развития положительных мотивов здоровьесберегающей подготовки является субъект-субъектное взаимодействие в процессе обучения на основе личной причинности, желания и стремления к здоровьесберегающей подготовке [157]. Непринужденное выражение эмоций и чувств, эмоциональных состояний студентов на основе педагогического резонанса определяет результат здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа, является эффективным условием усвоения знаний, расширения границ самосознания [123].

При возникновении резонансного взаимодействия в образовательной среде устанавливается неалгоритмизированное взаимодействие, основанное на педагогической интуиции, ценностно-личностном восприятии, взаимном доверии и поддержке, вере в успех [171, с. 264]. В процессе резонансного взаимодействия в образовательном процессе возникает эмоционально-ценностное отношение к миру и самому себе, на основе проживания и осмысления происходящего. Резонансное взаимодействие приводит к появлению новых личностных качеств, изживанию старых, изменению личностных позиций.

Следующим условием организации здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа является обновленный образовательный контент контекстно-модульной технологии, проявляющийся в структуризации предметного содержания дисциплин (Модуль 1, Модуль 2, Модуль 3, этапов здоровьесберегающей подготовки), включающий гибкую модульную систему, придающую вариативность разным этапам обучения, активизирующая способности студентов к саморегуляции своей здоровьесберегающей подготовки в контексте профессиональной деятельности.

Разработанная контекстно-модульная технология, основанная на обновленном образовательном контенте предметного содержания дисциплин (Модуль 1, Модуль 2, Модуль 3, этапов здоровьесберегающей подготовки), направлена на сознательное стремление к овладению различными стратегиями здоровьесберегающего поведения, которое является составной частью личностного самосовершенствования и определяется как способность владеть способами физического, психологического и интеллектуального саморазвития, знать индивидуальные особенности эмоциональной саморегуляции и самоподдержки [42, 91].

Особое внимание среди содержательных элементов контекстно-модульной технологии уделяется овладению личностными стратегиями и способами деятельности на основе «самопознания», способностями выявлять и устранять барьеры личностного развития в процессе здоровьесберегающей подготовки [210]. Самопознание является практическим способом осмысления знаний и умений на основе личного опыта и личностной картины мира, а саморазвитие является способом поддержания автономности и устойчивости на пути самореализации, выражающейся в здоровьесберегающей деятельности [227, с. 38].

Немаловажную роль при здоровьесберегающей подготовке играют педагогические условия организации образовательной среды, цель которых опосредовать взаимодействие субъектов процесса обучения со всеми компонентами образовательной среды (социальным и пространственно-предметным) [228].

Контекстно-модульная технология направлена на моделирование предметного содержания здоровьесберегающей подготовки в контексте профессионального обучения, целью которой является саморазвитие и самообразование в области здоровьесберегающей подготовки в процессе моделирования будущей профессиональной деятельностью через квази-профессиональную к собственно-профессиональной деятельности [43].

Актуальными педагогическими условиями организации здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа является внедрение авторской программы «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа» в учебном процессе, основанной на обновленном образовательном контенте предметного содержания дисциплин Модулей (1, 2, 3), создающих гибкую модульную систему, направленную на овладение будущей профессиональной деятельностью от квази-профессиональной к собственно-профессиональной, на использование рефлексивных и цифровых технологий.

Образовательным контентом авторской программы «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа» является последовательное использование содержания учебных дисциплин общепрофессионального, общего гуманитарного и социально-экономического циклов, реализуемых в строительном-политехническом колледже ВГТУ по специальности 12.02.10 «Монтаж, техническое обслуживание и ремонт биотехнических и медицинских аппаратов и систем» и личного опыта студентов в области здоровьесберегающей подготовки.

Выбор специальности 12.02.10 «Монтаж, техническое обслуживание и ремонт биотехнических и медицинских аппаратов и систем» для реализации авторской программы «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа» обусловлен тем, что для данной специальности здоровьесберегающая подготовка является начальным звеном освоения профессии. Необходимость интеграции дисциплин («Биология человека», «Основы медицинских знаний», «Психология общения») обусловлена комплексным овладением системой знаний, умений для физического, психологического и социального саморазвития в процессе здоровьесберегающей подготовки.

Для реализации авторской программы «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа» были разработаны модули: Модуль 1-направлен на восприятие, осознание и систематизацию знаний в процессе

профессиональной деятельности; Модуль 2- направлен на овладение различными стратегиями здоровьесберегающей деятельности, проявляющимися в профессиональной деятельности; Модуль 3- организация и проведение самостоятельной деятельности студентов, направленной на выявление индивидуальных особенностей здоровьесберегающей подготовки с использованием цифровых средств, реализация которых более подробно будет рассмотрена в п.2.3. нашего исследования.

Изучив работы ученых (И. Ф. Исаев, П. И. Образцов, Н. К. Смирнов), доказывающие влияние психолого-педагогических условий на формирование различных видов подготовки, мы выявили, что к психолого-педагогическим условиям их формирования авторы относят: реализацию специально-разработанных программ; разработку структурно-содержательной модели изучаемого феномена; организацию технологий их освоения.

Обобщив взгляды ученых, предлагающих оптимальные психолого-педагогические условия подготовки в процессе обучения, мы сформулировали основные педагогические условия здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии. Таковыми условиями выступают: учет индивидуальных особенностей студентов колледжа; мотивы студентов к здоровьесберегающей подготовке, субъект-субъектное взаимодействие в процессе здоровьесберегающей подготовки; обновленный образовательный контент предметного содержания дисциплин контекстно-модульной технологии (Модуль 1, Модуль 2, Модуль 3, этапы здоровьесберегающей подготовки), включающий гибкую модульную систему, придающую вариативность разным этапам обучения, активизирующую способности студентов колледжа к анализу и самооценке своей здоровьесберегающей позиции в контексте профессиональной деятельности; внедрение авторской программы «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа» в учебный процесс.

Совокупность выявленных педагогических условий способствует успешной реализации модели здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии.

2.2 Разработка контекстно-модульной технологии как средство здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе авторской программы «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа»

В современных условиях одной из приоритетных задач образования выступает мобилизация здоровья в процессе профессиональной деятельности и сохранение должного уровня физической подготовленности в течение жизни для профессиональной реализации [201, с. 7]. Это обусловлено, с одной стороны, новыми требованиями к уровню самоорганизации студента по проектированию образовательного маршрута в цифровой среде, а с другой, ухудшением состояния здоровья обучающихся, их неспособности к самоанализу, самооценке и саморегулированию своего здоровья, здоровьесбережения, обуславливающих их здоровьесберегающую подготовку. Здоровьесберегающая подготовка моделируется в контексте получения профессионального образования студентов строительного колледжа обучающихся по специальности 12.02.10 «Монтаж, техническое обслуживание и ремонт биотехнических и медицинских аппаратов и систем» с учетом их интересов, ценностных ориентаций и личного опыта. Деятельностный характер федеральных государственных образовательных стандартов требует перехода к новой системно-деятельностной образовательной парадигме, основанной на технологиях как ресурсных средствах здоровьесберегающей подготовки студентов [95, с.58].

Анализ исследований данной проблематики показал, что причиной ухудшения качества обучения считают игнорирование личного опыта

обучающихся, отсутствие эмоциональной вовлеченности и личностной причинности в обучении [153,185].

Так, А. А. Вербицкий считает, что активизация обучения состоит в переходе к развивающим, проблемным, исследовательским, поисковым формам и методам обучения, основанным на познавательных интересах обучающихся, разных технологиях контекстно-модульной технологии [163].

Идеи планирования учебного процесса не новые для образования, еще Я. А. Коменский стремился найти такой общий порядок обучения, при котором оно осуществлялось бы по единым законам человека и природы и требовало только искусного распределения времени, предметов и метода обучения. Однако широкое распространение технологии получили в связи с применением цифровых ресурсов в обучении [92].

На современном этапе развития системы образования технологизации подвергаются различные сферы образовательного процесса. Педагогическая технология в работах исследователей рассматривается как: содержательная техника организации учебного процесса, его методический инструмент, который предполагает проектирование методов и способов воздействия на обучающегося, выраженный в совокупности педагогических приемов, средств обучения и воспитания с целью формирования у него определенных качеств [116]; продуманная модель педагогической деятельности, направленная на проектирование и проведение образовательного процесса с обеспечением эффективных условий для обучения [140, с. 72].

При этом исследователи (В. П. Беспалько, Б. Т. Лихачев, В. М. Монахов) сходятся во мнениях, что педагогические технологии направлены на конструирование целей обучения в соответствии с целями проектирования всего хода процесса обучения, на проверку и оценку эффективности выбранных форм, методов, средств и рефлексии текущих результатов. Несмотря на различные подходы к ее классификации, типу организации и управления познавательной деятельностью [22], сущностным и инструментально значимым свойствам [172], исследователи приходят к

выводам, что технологическая цепочка деятельности преподавателя всегда включает в себя этапы: диагностики ситуации; целеполагание; выбор соответствующего содержания, форм и методов организации педагогического взаимодействия; рефлексии результатов и постановки новых целей и задач.

Особое внимание в рамках проблематики нашего исследования заслуживают исследования педагогических технологий, ориентированные на достижение индивидуально-личностных результатов. В работах ученых (В. В. Сериков, В. А. Сластенин, А. В. Хуторской) развиваются идеи личностно-ориентированного обучения, сквозь призму рассмотрения которого педагогические технологии приобретают новые признаки: неалгоритмизируемые элементы аффективной стороны обучения [209, с. 62]; создание возможностей самореализации участников учебного процесса на основе мотивационного обеспечения технологий [175]; мотивационная активизация деятельности субъектов образовательного процесса, основанная на личностной самореализации [180].

Особый интерес для нашего исследования процесса здоровьесберегающей подготовки представляют здоровьесберегающие технологии. Понятие «здоровьесберегающая технология» является качественной характеристикой любой образовательной технологии, показывающей, как решается задача сохранения здоровья педагога и обучающегося. Все здоровьесберегающие технологии можно разделить на 3 группы: гигиенического обеспечения учебного процесса; организации учебно-воспитательного процесса и физической активности; психолого-педагогических приемов организации урочной и внеурочной деятельности учащихся [192].

Анализ исследований здоровьесберегающих технологий показывает, что нет единого подхода к их классификации. Наиболее часто среди здоровьесберегающих технологий выделяют: медико-гигиенические технологии; физкультурно-оздоровительные технологии; технологии

обеспечения безопасной жизнедеятельности и психолого-педагогические технологии организации здоровьесберегающего учебного процесса. В рамках данных направлений решаются задачи обеспечения оптимальных условий обучения, оптимизации двигательной активности как средства здоровьесбережения, сохранения здоровья в современных условиях техногенной и природной среды [1, 9, 191].

Здоровьесберегающие технологии классифицируют по характеру воздействия на обучающихся, при этом выделяют технологии профилактики нарушений здоровья, компенсаторно-нейтрализующие технологии, стимулирующие и информационно-обучающие технологии. Перечисленные технологии направлены на обучение здоровому образу жизни, формирование стрессоустойчивости личности, способности преодолевать жизненные трудности и снимать эмоциональное напряжение [179].

Несмотря на различные акценты в классификации здоровьесберегающих технологий, исследователи ведущую роль в сохранении здоровья обучающихся отводят системному подходу к организации здоровьесберегающих технологий, организации урочной и внеурочной деятельности студентов [230].

В рамках исследуемой проблематики представляется важным холистический подход к здоровьесберегающей подготовке, в рамках которого исследователи выделяют здоровьесозидающие образовательные технологии, направленные на приращение потенциала здоровья. По мнению исследователей (О. Р. Кокорина, С. Я. Сандалова), здоровьесозидающая технология целенаправленно обеспечивает не только сохранение, укрепление и наращивание здоровья, но и направлена на саморазвитие и самореализацию субъектов образования в процессе резонансного взаимодействия в образовательной среде [87, 171].

Процесс здоровьесберегающей подготовки состоит в создании оптимальных условий для резонансного взаимодействия в процессе обучения и для «духовно-сенсорно-интеллектуально-физического» [124] саморазвития

каждого. Установление резонансного взаимодействия в процессе здоровьесберегающей подготовки состоит в установлении со студентами обратной связи на основе использования в процессе обучения их личного опыта, учета направленности их интересов для активизации мотивации к здоровьесберегающей деятельности. Слабое резонансное воздействие, заключающееся в принятии, сопереживании, проживании конкретных ситуаций «подталкивает» студентов, помогая им «созреть» для перехода из неустойчивого состояния в устойчивое, что связано с изменением здоровьесберегающих позиций. Резонансное взаимодействие заключается в совместном проживании конкретных образовательных ситуаций и включает этапы: выполнение обозначенных инструкций и указаний; осмысление и проживание процесса в ходе рефлексивной деятельности; осмысление и анализ полученного результата деятельности [124].

Однако анализ вышеперечисленных технологий показал, что в них концептуально не представлена теоретико-практическая деятельность: формы, методы и средства цифровых технологий, не раскрыт содержательный контент здоровьесберегающей подготовки, моделирующий предметную деятельность обучающихся с помощью модулей, направленных на овладение профессиональной деятельностью от квази-профессиональной к собственно-профессиональной в процессе реализации личностных функций обучающихся.

Прежде чем описать контекстно-модульную технологию здоровьесберегающей подготовки рассмотрим, какие идеи методологических подходов концептуально реализуются в контекстно-модульной технологии. Здоровьесберегающая подготовка студентов на основе системного подхода (И.В. Блауберг, Б.Ф. Ломов и др.) рассматривается как сложная целостная многоуровневая система синергетически взаимосвязанных элементов, представляющих сложную иерархическую структуру. Взаимное влияние и динамика связей и отношений в системе отражается на достижении цели и характере решаемых задач.

Здоровьесберегающая подготовка базируется на позиции личности и опирается на многоуровневую систему ценностей и установок, проявляемых в деятельности. Уровнями здоровьесберегающей подготовки выступают представления о необходимом состоянии физического (биологического), психологического, духовного и социального здоровья, интеграция которых составляет в целом систему здоровьесберегающей подготовки.

Такая интеграция становится возможной благодаря наличию в системе системообразующего компонента, притягивающего к себе все другие компоненты и создающего то самое единое поле тяготения, которое и позволяет множеству частей, элементов стать целостностью и проявлять новые качества не характерные для структурных элементов в отдельности.

Аксиологический подход является подсистемой, активизирующей и запускающей становление здоровьесберегающей подготовки [11, 65]. Аксиологический подход переводит здоровье в разряд общезначимых духовных ценностей личности, задающих направленность мотивации к здоровьесберегающему поведению, и определяет личностную ответственность студентов за здоровьесбережение, здоровьесберегающую подготовку в системе доминант как системообразующий элемент нравственных норм личности, регламентирующий ее установку и поведение, определяющий образ жизни [36, 181].

Ценностный характер здоровьесберегающей подготовки в рамках реализации контекстно-модульной технологии может рассматриваться в нескольких аспектах. Объективный аспект здоровьесберегающей подготовки выделяет возможности, которые при наличии полноценного здоровья могут быть реализованы в социуме: статус, профессия, продолжительность жизни и т.п., определяя здоровьесберегающую подготовку в числе универсальных ценностей, имеющих непреходящее, всеобъемлющее значение, относит ее к разряду ценностей-целей. Субъективный аспект здоровьесберегающей подготовки выявляет отношение субъекта к своему здоровью, выражающееся в установках, ценностных ориентациях, мотивации поведения, определяя его

ценностью – средством, так как «существует не само по себе» [159], а выступает условием реализации жизненных целей и замыслов.

Аксиологический подход в процессе здоровьесберегающей подготовки студентов на основе контекстно-модульной технологии предполагает актуализацию внутренних механизмов саморазвития на основе индивидуальных ценностей и потребностей личности для полноценной личностной и профессиональной самореализации и отражает гуманистическую направленность образования.

На основе субъектно-деятельностного подхода (К. А. Абульханова-Славская, А. Н. Леонтьев, С. Л. Рубинштейн, В. А. Сластенин и др.) здоровьесберегающая подготовка студентов рассматривается с учетом их индивидуальных и личностных особенностей. Индивидуальные особенности студентов проявляются в специфическом характере получения, преобразования и рефлексии предметной информации сквозь призму личностных механизмов восприятия и присвоения информации. При этом преподаватель выступает субъектом педагогической здоровьесберегающей деятельности, а студент – субъектом учебно-профессиональной здоровьесберегающей деятельности. Каждый из участников взаимодействия руководствуется личными мотивами, целевыми установками, индивидуальными средствами и способами укрепления здоровьесберегающей подготовки, кроме того, обладает индивидуальными ресурсами и способностями-средствами для ее реализации и несёт ответственность за результаты своего выбора. Ключевой способностью для становления здоровьесберегающей подготовки является способность выступать субъектом личностного развития здоровьесберегающего самосознания в процессе здоровьесберегающей подготовки. Субъектно-деятельностный подход выступает условием развития природных индивидуальных задатков и способностей участников образовательного процесса. Это позволяет, с одной стороны, развивать и укреплять навыки здоровьесберегающего поведения, выявляя и активизируя личностные

ресурсы и стратегии здоровьесберегающей подготовки, а, с другой стороны, расширять горизонты здоровьесберегающего самосознания за счет формируемых в процессе субъектно-деятельностного подхода механизмов саморегуляции на основе самоанализа и рефлексии, что способствует созданию условий для актуализации мотивационно-ценностных установок личности, трансформации их в устойчивые паттерны поведения, характеризующие здоровьесберегающую подготовку студентов колледжа.

Моделируя здоровьесберегающую подготовку студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии, мы также использовали компетентностный подход (В.И. Байденко, Э.П. Комарова, И.А. Зимняя, А.В. Хуторской и др.), который определяет компетентность как «образец-эталон» полученных в процессе обучения знаний, умений и навыков профессиональной деятельности [44].

Компетентностная модель образования нацелена на подготовку студентов, умеющих эффективно принимать решения и действовать в различных ситуациях, открытых новым знаниям и инновационным подходам, способных к саморазвитию. Целевыми установками образования, вступившими в силу с 2018 года, выступают освоенные компетенции как готовность решать реальные профессиональные задачи, которые нацелены на формирование навыков с целью саморазвития и самоорганизации студентов. Целевые ориентиры ФГОС СПО по специальности 12.02.10 выделяют способность поддерживать должный уровень физической подготовленности как условие для полноценной социализации и профессиональной деятельности [201]. Данные компетенции определяют содержание здоровьесберегающей подготовки на основе самоорганизации и саморазвития, в которой здоровьесберегающая подготовка выступает ресурсом для профессиональной и личностной самореализации студентов колледжа.

С учетом задач компетентностного подхода здоровьесберегающая подготовка на основе контекстно-модульной технологии направлена на

получение знаний и опыта, обеспечивающих здоровьесберегающее поведение в процессе профессиональной подготовки, учет индивидуальных особенностей эмоционально-волевой регуляции поведения, основанной на ценностных ориентациях студентов, проявляющееся в готовности укреплять и развивать здоровьесберегающую подготовку [88].

В процессе реализации контекстно-модульной технологии широко используется контекстный подход (А. А. Вербицкий, Э. П. Комарова, В. В. Сериков и др.) как системообразующий, в ходе реализации которого моделируется содержание профессиональной деятельности, что дает возможность совместить получение профессиональных знаний с навыками построения алгоритмов здоровьесберегающего поведения.

Здоровьесберегающая подготовка студентов реализуется в процессе обучения в колледже и основывается на теории и технологии контекстного образования образующей интегративное единство с теорией деятельности [111], понятия «контекст», переводящий информацию в процессе обучения в личностные смыслы обучающихся, и обобщении психолого-педагогического опыта педагогических инноваций [41].

В соответствии с концепцией контекстного обучения усвоение социального опыта осуществляется в результате активной деятельности субъекта, в процессе которой используются все приемы и методы активного обучения, направленные на овладение профессиональными навыками. Моделирование предметного содержания здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа осуществляется в процессе профессионального обучения, выбор которого основан на мотивации и личностных смыслах студентов, что повышает эффективность здоровьесберегающей подготовки. При этом студенты включаются в режим "вынужденной активности" [44], для которого характерно: личная причинность и активность процесса здоровьесберегающей подготовки студентов; последовательное моделирования содержания и условий здоровьесберегающей подготовки в профессиональной деятельности; развертывание проблемности содержания

здоровьесберегающей деятельности по направлению вектора саморазвития; адекватности форм организации здоровьесберегающей подготовки в соответствии с профессиональными, возрастными особенностями студентов; ведущей роли совместной деятельности с освоением продуктивных форм межличностного взаимодействия; сочетания новых цифровых и традиционных технологий обучения для целостной системы здоровьесберегающей подготовки. При этом внутренним контекстом здоровьесберегающей подготовки будет выступать совокупность индивидуально-личностных особенностей, системы знаний в области здоровьесберегающей подготовки полученной в результате личного опыта студентов, а внешним контекстом социокультурные факторы и педагогические условия образовательной среды [39].

В процессе получения профессионального образования представляется возможным задать контекст здоровьесберегающей деятельности, обеспечивая становление здоровьесберегающей подготовки. Отбор содержания средств активного обучения предполагает наложение проблемных ситуаций, активизирующих здоровьесберегающую подготовку, на «канву» формирования профессиональных умений и навыков [45, с. 12].

Контекстный подход здоровьесберегающей подготовки студентов создает условия для актуализации различных видов личностного опыта, проявления субъектности студентов как ответственности за результаты своих поступков, расширяет границы понимания здоровьесбережения и выступает тренажером для освоения новых здоровьесберегающих стратегий. Ретроспективные переживания, сопровождающие осмысление собственного опыта способствуют пересмотру иерархических взаимосвязей в ценностно-смысловой сфере личности, укрепляют здоровьесберегающую позицию и формируют устойчивые здоровьесберегающие паттерны профессионального и личностного поведения, определяющие здоровьесберегающую подготовку [40, с.15].

Изменение взгляда на здоровьесберегающую подготовку связано с потребностью общества в высококвалифицированных специалистах с устойчивой здоровьесберегающей позицией, готовых к порождению ценностей в себе, своем окружении на основе рефлексивных умений [89, с.14]. Это особенно важно для студентов специальности 12.02.10 «Монтаж, техническое обслуживание и ремонт биотехнических и медицинских аппаратов и систем» профессиональная деятельность которых направлена на проектирование, регулирование и создание биомедицинской техники для улучшения качества жизни людей, сохранение и восстановление их здоровья при конструктивном взаимодействии в социуме для решения профессиональных задач.

С целью разработки контекстно-модульной технологии обозначенные методологические подходы, использование цифровых технологий в соответствии с требованиями ФГОС СПО 12.02.10 «Монтаж, техническое обслуживание и ремонт биотехнических и медицинских аппаратов и систем» [201], моделирование будущей профессиональной деятельности на основе рефлексии студентами собственной деятельности и своих действий были рассмотрены и использованы следующие положения рефлексивных технологий.

В научных трудах (Б. Г. Ананьев, Л. С. Выготский, С. Л. Рубинштейн) рефлексия выступает объяснительным принципом организации и развития высшей формы психики – самосознания. Ученые отмечают, что самосознание отражает эффективность рефлексивных действий и выступает механизмом выбора в проблемных ситуациях [8, 51, 168].

Исследования ученых направлены на изучение различных взаимосвязанных аспектов рефлексии [82]. Особенности кооперативной рефлексии обеспечивают эффективность совместной деятельности для координации и согласования совместных действий в процессе профессиональной и образовательной деятельности; коммуникативный или социально-психологический аспект рефлексии опосредован процессами

развития общения и межличностного восприятия [10]; когнитивный аспект рефлексии изучает возможности субъекта выявлять и анализировать причинно-следственную взаимосвязь между конкретной ситуацией и своими действиями [26]. Ситуативная рефлексия изучает способность личности координировать свою деятельность в процессе изменения внешних условий; ретроспективная рефлексия определяет способность анализировать результаты своей деятельности и события прошлого; перспективная рефлексия характеризует способность к эффективному планированию деятельности, представление о ходе деятельности, выбор наиболее продуктивных способов её осуществления [221, с. 413].

Личностная рефлексия связана с субъектными процессами осмысливания за счет активной внутренней работы, приводящая к качественным изменениям ценностно-смысловой сферы, проявляющихся в формировании новых стратегий и способов внутреннего диалога и внешнего взаимодействия, переходу личности в более целостное состояние [83, с.52].

В концепции А. С. Шарова рефлексия выступает механизмом дифференциации психики, который, развиваясь, обеспечивает функцию сознания и самосознания [218, с. 78]. Как необходимый и обязательный компонент психологической организации человека рефлексия выполняет функцию обратной связи и неразрывно связана с ценностно-смысловой сферой личности, формами и видами ее активности. При этом обучающиеся проходят три уровня активности личности: операционный, тактический и стратегический, связанные с последовательным наращиванием рефлексивных умений [218, с. 86].

В процессе построения новых стратегий деятельности процесс осознания растянут во времени, имеет интервалы и паузы в деятельности является оперативным или активным покоем, необходимым для размышления и оценки. Эта стадия рефлексии обеспечивает качественный переход на другой уровень в организации деятельности, смене личностных позиций в целом [221, с. 415].

Порядок переосмысления информации в стратегии рефлексивного обучения состоит из этапов: осмысление, трансформация, оценка, обдумывание и новое осмысление [217].

Разделяем идеи Ю. Н. Кулюткина о том, что рефлексивной деятельности можно обучать путем создания ситуаций, в которых учащиеся будут отрабатывать технику рефлексивной работы. Анализ конкретных ситуаций в процессе здоровьесберегающей подготовки включает приемы рефлексивного выхода, в котором студент может оценить ситуацию «со стороны», пережить эмоции с позиции наблюдателя. Результатом рефлексивного выхода является «переход в новую внешнюю позицию по отношению к прежней», при этом новые знания будут рефлексивными, так как выработаны относительно знаний исходной позиции [107, с. 7]. Рефлексивным выходом из проблемной ситуации является переход в новую внешнюю позицию, проявляющуюся в новых стратегиях [222].

Развитие рефлексивных способностей в процессе здоровьесберегающей подготовки является также средством формирования адекватной адаптации студентов в группе и в перспективе в трудовом коллективе, а при возникновении проблемно-конфликтных ситуаций рефлексия выступает условием нахождения инновационного эффекта в процессе поиска творческого решения [37].

Учитывая неоднозначность понимания проблем здоровья в обществе, наибольшую эффективность в контексте здоровьесберегающей подготовки имеют, на наш взгляд, ситуации проблемного характера. Анализ проблемной ситуации побуждает учащихся к познавательной активности, обеспечивая терапевтический эффект, который определяется «практикой новых социальных отношений» [225], активизирует мышление, повышает самостоятельность обучающихся и обеспечивают творческий подход в обучении.

Проблемное обучение, кроме присвоения новых знаний и приобретения умений и навыков творческой деятельности, обеспечивает прочность знаний

за счет эффекта незаконченного действия. Растянутость во времени решения задания, исследовательский характер, индивидуальный способ решения способствуют развитию рефлексивных умений, навыков самоуправления, выступающих инструментами формирования здоровьесберегающей подготовки.

Адаптация к условиям обучения в студенческой образовательной среде, освоение новых социальных ролей требующих навыков самоуправления своей образовательной деятельностью, определяет целесообразность использования метода анализа конкретных ситуаций для здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа. Проблемные ситуации позволяют находить новые способы решения, анализировать многообразие вариантов выбора, проводить рефлекссию и устанавливать причинно-следственные связи между событиями. Использование проблемных ситуаций позволяет сглаживать внутренние противоречия студентов колледжа, характерные для данной возрастной группы, обозначенных в виде ролей в конкретной ситуации, «проживать» их, что снижает напряжение, способствует принятию себя, повышает самооценку. Кроме того, анализ проблемных ситуаций способствует снижению конфликтности, так как дает возможность рассматривать альтернативные варианты разрешения противоречий, формирует терпимость к иной точке зрения.

В своем исследовании мы опирались на теорию контекстного образования А. А. Вербицкого, который педагогическую технологию определяет как: «реализованный на практике проект взаимосвязанной деятельности субъектов образовательного процесса, разрабатываемый и осуществляемый в соответствии с закономерностями познавательной деятельности человека и педагогической деятельности и с учетом логики развертывания научного знания и логики его использования, в качестве ориентировочной основы будущей практически-профессиональной деятельности» [45, с 18].

Контекстно-модульная технология здоровьесберегающей подготовки основана на идеях модульного и контекстного обучения (А. А. Вербицкий, М. А. Чошанов) с использованием технологий рефлексивного и активного обучения (Б. Г. Ананьев, Л. С. Выготский, А. В. Карпов), средств цифровых технологий (Л. М. Кондакова, П.И. Образцов) и обеспечивает эффективность здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа.

Контекстно-модульная технология основывается на принципах модульности (обеспечения мобильности знания), сжатии (обобщении, укрупнении информации), проблемности (развития критического мышления) (М. А. Чошанов), причем, проблемность в сочетании с модульностью обеспечивает гибкость контекстно-модульной технологии. Ведущей стержневой характеристикой контекстно-модульной технологии является гибкость как целостное качество контекстно-модульной технологии, обеспечивающее интеграцию компонентов (оперативно реагировать и адаптироваться к изменениям ситуации), которая реализуется в модулях, этапах, программе [214].

Опираясь на исследования В. П. Беспалько, М. А. Чошанова, контекстно-модульная технология рассматривается как гибкая модульная система, включающая содержательную гибкость, проявляющуюся в дифференциации (выделении ключевых составляющих элементов), в интеграции (объединении их в единое целое), технологическую гибкость (этапы 1,2,3), вариативность форм, средств и методов.

Цель контекстно-модульной технологии здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа - создание гибкой модульной системы включающей: обновление содержательного контента, структуризацию предметного содержания дисциплин «Биология человека», «Основы медицинских знаний», «Психология общения» (Модуль 1,2,3); гибкую технологичность, которая обеспечивается этапами (1,2,3), средствами рефлексивных и цифровых технологий.

Задачи контекстно-модульной технологии:

- провести диагностику уровня знаний студентов колледжа о здоровьесберегающей подготовке;
- внедрить авторскую программу «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа»;
- разработать теоретический аспект здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа (Модуль 1):
 - выявить индивидуальные особенности студентов колледжа в процессе овладения различными стратегиями здоровьесберегающей подготовки (Модуль 2);
 - организовать самостоятельную деятельность студентов колледжа с учетом их индивидуальных особенностей с использованием рефлексивных и цифровых технологий (Модуль 3).

Анализ актов заключительной комиссии по индивидуальному осмотру студентов 1 курса строительного колледжа Воронежского государственного технического университета показал, что 17,3% студентов уже на первом курсе (15-16 лет) имеют хронические заболевания, из них: тонзиллит (7%), ожирение (3,1%), сколиоз (3%), гастрит (1,6%), энцефалопатию (1,2%), плоскостопию (1,4%). В период первой волны пандемии в связи с переходом в дистанционный формат обучение осуществлялось в форме информационных лекций, презентаций, вебинаров. Практический аспект реализовался в формах видеоконференции: обучающиеся выступали с сообщениями по темам, обозначенным в модульной программе (Приложение 1).

Анализ использованных цифровых средств показал, что студенты в качестве основного электронного средства используют сотовый телефон, на втором месте компьютер и планшет, что небезопасно для сохранения здоровья обучающихся. Было выявлено, что продолжительность ночного сна у 82,6% обучающихся составила 6,8 часа, что на один час меньше нормальной продолжительности сна. Только 17,4% студентов соблюдают

режим дня с 8 часовой продолжительностью ночного сна. Также было установлено, что у 68,3% студентов продолжительность выполнения домашнего задания превышает гигиенические нормы (для данной возрастной группы - 3, 5 часа).

Таким образом, дефицит ночного сна, низкая двигательная активность негативно отражается на здоровье и свидетельствует о недостаточной информированности студентов о факторах риска, недостаточной готовности студентов к ведению здорового образа жизни.

Авторская программа «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа» выступила основой контекстно-модульной технологии здоровьесберегающей подготовки (Приложение 1).

Для теоретического обоснования здоровьесберегающей подготовки был разработан Модуль 1, включающий теоретические знания о здоровьесберегающей подготовке, направленные на восприятие, осознание и систематизацию знаний в процессе профессиональной деятельности. В этом модуле раскрывается содержание здоровьесберегающей подготовки, основных методов изучения функционального состояния организма, способов профилактики заболеваний с учетом структурной и анатомо-функциональной организации организма, принципов здоровьесбережения, влияние ценностных ориентаций студентов на здоровьесбережение. Здоровьесберегающая подготовка заключается в принятии ответственности за свое здоровье, владение различными стратегиями здоровьесберегающей деятельности на основе установления взаимосвязи системы ценностных ориентаций с индивидуально-личностными особенностями. Когнитивный компонент здоровьесберегающей подготовки раскрывает способность к осознанию и восприятию знаний об анатомо-физиологических, психодинамических особенностях организма, механизмах гомеостатической регуляции, факторов влияющих на физическое, социальное и психологическое здоровье, что проявляется в сознательном стремлении к здоровьесберегающему поведению. Мотивационно-ценностный компонент

определяет формирование мотивов к здоровьесберегающей подготовке и выявление взаимосвязи между системой ценностных ориентаций и здоровьесберегающей деятельностью, значением ценностных ориентаций для управления здоровьесберегающей подготовкой. Формирование деятельностного компонента выражается в активной заинтересованности и способности к определению индивидуальных стратегий здоровьесберегающей. Рефлексивно-оценочный критерий проявляется в способности удерживать, корректировать и развивать личностные стратегии здоровьесберегающей подготовки на основе целостного представления о составляющих компонентах здоровьесберегающей подготовки с использованием личного опыта и мировидения.

Нашей задачей было создать при этом субъект-субъектное резонансное взаимодействие, при котором индивидуальные достоинства и недостатки выступают равноправными ресурсами для достижения различных целей и задач самоопределения. Принятие врожденных закономерностей индивидуализации личностных качеств как инструментов для реализации жизненных целей выявило стабилизацию уровня самооценки и стало источником проявления активности по формированию здоровьесберегающей подготовки, как основы для саморазвития.

Для выявления индивидуальных особенностей студентов колледжа был разработан Модуль 2, направленный на учет особенностей здоровьесберегающей подготовки, с учетом индивидуальных анатомо-физиологических, психодинамических особенностей, проявляющимися в здоровьесберегающей деятельности. Выявление личностных особенностей здоровьесберегающей подготовки стало начальным звеном осознания индивидуальной системы здоровьесберегающей подготовки. Принятие собственной анатомо-физиологической и психодинамической индивидуальности дало возможность принять отличные от своих представления и стратегии действий окружающих, что проявилось в снижении эмоционального напряжения к противоположным стратегиям

деятельности. Модуль 2 здоровьесберегающей подготовки был посвящен углублению представлений о взаимосвязи ценностно-смысловой сферы личности с личностными особенностями взаимодействия студентов с собой, с другими людьми в социуме. Были рассмотрены стратегии с учетом индивидуальных анатомо-физиологических, психодинамических особенностей, способы профилактики заболеваний с учетом особенностей структурной и функциональной организации организма студентов, механизмов гомеостатической регуляции в организме, факторов, влияющих на физическое, социальное и психологическое здоровье в процессе здоровьесберегающей подготовки. Были рассмотрены различные стороны и тактики общения (коммуникативная, интерактивная и перцептивная), способы конструктивного взаимодействия в социуме с учетом индивидуальных особенностей восприятия и переработки информации, выявлены искажения во взаимодействии и барьеры в виде стереотипов и предубеждений. Также были изучены и личностные особенности, обуславливающие возникновение конфликтов, исследованы способность к компромиссам и сотрудничеству, рассмотрены стратегии поведения в конфликте. В процессе здоровьесберегающей подготовки в Модуле 2 студенты смогли выявить собственные барьеры во взаимодействии с другими людьми, что дало возможность осуществлять ретроспективную рефлекссию своего поведения, проводить внутренний анализ и намечать другую, перспективную стратегию и тактику здоровьесберегающего поведения.

Особенности здоровьесберегающей подготовки заключаются в понимании взаимосвязи мотивационно-ценностных ориентаций студентов с их индивидуально-личностными особенностями, проявляющимися в здоровьесберегающей деятельности; знанием и пониманием индивидуальных особенностей в процессе здоровьесберегающей подготовки на основе смысложизненных приоритетов, их опыта и мировидения; понимании ведущей роли ценностных ориентаций для здоровьесбережения, здоровьесберегающей подготовки, осознания индивидуально-личностных

ресурсов и барьеров, определяющих здоровьесберегающую деятельность. Осознание и понимание ценностных смыслов и мотивов поведения других на основе рефлексии своей позиции по отношению к здоровьесберегающей деятельности позволяет осуществлять самоанализ, моделировать результаты собственной деятельности, конструктивно действовать в нестандартных ситуациях, планировать траекторию саморазвития.

Модуль 3 направлен на организацию и проведение самостоятельной деятельности студентов колледжа с использованием средств рефлексивных и цифровых технологий. Система ценностных ориентаций студентов формирует смысловое поле, в которое включены различные элементы знаний, определяющих социальное, психологическое и физическое здоровье, в совокупности составляющие здоровьесберегающую подготовку. В процессе обучения были выявлены причинно-следственные связи между образом жизни и уровнем здоровья, что позволило в привычных моделях поведения увидеть деструктивные тенденции и определить способы корректировки индивидуальных стратегий на основе здоровьесберегающего самосознания. Для определения личностных характеристик и индивидуальных особенностей здоровьесберегающей подготовки студенты самостоятельно проходили тестирование, изучали дополнительную литературу, готовили сообщения с использованием цифровых ресурсов. Самопознание в нашем исследовании является инструментом выявления, осмысления и принятия своих ценностных установок, индивидуальных особенностей построения личностной картины мира. Учитывая, что здоровьесберегающая подготовка проявляется в поступках и поведении и является следствием выборов, основанных на ценностно-смысловой сфере личности, проводилась диагностика, анализ конкретных ситуаций выявлялись личностные, зачастую противоположные у различных студентов, стратегии действий и поступков, которые рассматривались как индивидуальные потенциальные возможностями для саморазвития.

Этапы здоровьесберегающей технологии реализуются на обновленном образовательном контенте::

Этап I - теоретический аспект здоровьесберегающей подготовки - работа в аудитории с использованием следующих форм (информационные лекции, практические занятия); цифровых средств обучения (планшеты, ноутбуки, смартфоны). Работа на данном этапе направлена на выявление и активизацию личностной мотивации студентов к здоровьесберегающей подготовке (Приложение 1).

Этап II ориентирован на деятельностный аспект здоровьесберегающей подготовки с учетом индивидуальных особенностей студентов и включает работу в аудитории с использованием форм (семинары-дискуссии, анализ конкретных ситуаций); в режиме on-line с использованием средств (мультимедийная демонстрация, презентации и др.). На данном этапе происходит установление взаимосвязи между здоровьесберегающей подготовкой и индивидуальными стратегиями студентов, определяющих личностные паттерны поведения на основе рефлексии своих личностных качеств и стратегий деятельности. Этап II предполагает обучение с использованием анализа конкретных проблемных ситуаций, выявляющих здоровьесберегающую подготовку в контексте решения проблемных задач с использованием ситуативной, ретроспективной и перспективной рефлексии (Приложение 1).

Этап III - организация самостоятельной деятельности студентов в процессе здоровьесберегающей подготовки с использованием цифровых средств обучения (онлайн-тестирование, веб-энциклопедии, видеоконференции). На этом этапе происходит осмысление материала и проведение самостоятельной работы студентами, включающей работу с цифровыми ресурсами на электронном образовательном портале ВГТУ, посредством электронной почты, в режиме чата и очное общение между преподавателем и студентами (Приложение 1).

Контекстно-модульная технология рассматривается как гибкая модульная система, концептуально основанная на идеях модульного и контекстного обучения, проявляющаяся в структуризации предметного содержания обучения студентов колледжа от квази-профессионального к собственно профессиональному (Модуль 1, Модуль 2, Модуль 3, этапы здоровьесберегающей подготовки), с использованием рефлексивных и цифровых технологий, что обеспечивает эффективность здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа.

С целью выстраивания индивидуальной здоровьесберегающей траектории были выявлены умения, направленные на развитие индивидуальных стратегий в процессе здоровьесберегающей подготовки.

На Этапе I в процессе здоровьесберегающей подготовки студенты овладевают следующими умениями:

- умение определять цель и основные методы изучения функционального состояния организма для здоровьесберегающей деятельности;

- умение осуществлять профилактику заболеваний организма человека с учетом его структурной и функциональной целостности;

- умение проводить оценку параметров здоровья человека;

- осуществлять рефлекссию своих успехов в области здоровьесберегающей подготовки;

- управлять здоровьесберегающей деятельностью на основе самопознания своих индивидуальных особенностей в процессе здоровьесберегающей подготовки;

- умение применять цифровые технологии для здоровьесберегающей подготовки.

На Этапе II в процессе здоровьесберегающей подготовки студенты приобретают следующие умения:

- определять основные компоненты, входящие в структуру здоровьесберегающей подготовки;

- осознавать значение ценностных ориентаций для управления здоровьесберегающей подготовкой;
- осознавать и применять знания о механизмах гомеостатической регуляции в организме в процессе здоровьесберегающей подготовки;
- выявлять индивидуальные анатомо-физиологические и психодинамические особенности здоровьесберегающей подготовки;
- определять факторы, определяющие физическое, социальное и психологическое здоровье в процессе здоровьесберегающей подготовки;
- конструктивно разрешать противоречия в конфликтных ситуациях;
- осуществлять рефлекссию своего поведения в стрессовых и конфликтных ситуациях;
- умение использовать цифровые технологии, способствующие здоровьесберегающей подготовке.

В процессе реализации Этапа III здоровьесберегающей подготовки студенты овладевают умениями:

- определять индивидуальные стратегии здоровьесберегающей подготовки на основе ценностно-смысловой сферы с учетом индивидуальных анатомо-физиологических и психодинамических особенностей;
- корректировать и развивать индивидуальные стратегии здоровьесберегающей подготовки, на основе здоровьесберегающего самосознания;
- определять и устранять барьеры в развитии здоровьесберегающей подготовки;
- осуществлять рефлексирование индивидуальных особенностей здоровьесберегающей подготовки;
- умение развивать навыки конструктивного взаимодействия в социуме с учетом индивидуальных способов восприятия и переработки информации;
- формировать целостное представление о составляющих компонентах здоровьесберегающей подготовки на основе личного опыта и мировидения;

– самостоятельно использовать цифровые средства для решения задач здоровьесберегающей подготовки;

– выстраивать индивидуальную здоровьесберегающую стратегию на основе осознания индивидуальной ответственности за здоровьесберегающую подготовку.

В процессе здоровьесберегающей подготовки происходят внутренние изменения личности: ее ценностях, мотивах, установках, позициях, личностных смыслах. Также, устанавливаются интегративные связи между основными сферами личности: ценностно-мотивационной; эмоционально-волевой; деятельностно-поведенческой, обеспечивая ее целостность и устойчивость.

В процессе реализации контекстно-модульной технологии здоровьесберегающей подготовки были использованы активные формы контекстного обучения (проблемная лекция, лекция-визуализация, семинар-дискуссия, анализ конкретной ситуации, вебинар); формы цифрового обучения (электронный образовательный портал ВГТУ, видеоконференции, общение в чате и по электронной почте) методы: проблемно-поисковый, эвристический, информационного ресурса.

Рассмотрим подробнее использованные нами формы работы в процессе реализации контекстно-модульной технологии.

Проблемная лекция основана на реализации принципа проблемности и строится как диалог преподавателя-лектора со студентами, в ходе которого проблема рассматривается с различных сторон и осуществляется поиск возможных вариантов решения поставленной проблемы. Проблемная лекция может проходить с использованием метода «мозгового штурма» на этапе анализа и поиска вариантов разрешения конкретной проблемной ситуации из профессиональной области, связанных с выбором стратегий здоровьесберегающего поведения.

Например, проблемная лекция по теме 4. «Основные факторы здорового образа жизни» проводится при изучении дисциплины «Биология человека» по теме: «Анатомия и физиология сердечно-сосудистой системы».

Цель: Изучить анатомо-физиологические особенности и механизмы гомеостатической регуляции (на примере сердечно-сосудистой системы) для осознания значимости здоровьесберегающей подготовки для оптимального функционирования организма.

Саморегуляция в функционировании сердечно-сосудистой системы является приспособлением к взаимодействию с внешней средой на основе нейрогуморальной, эндокринной, иммунологической регуляции, направленным на достижение и поддержание относительного постоянства внутренней среды организма человека. Ее приспособительный характер обеспечивается индивидуальными анатомо-физиологическими особенностями и тренированностью сердца и сердечно-сосудистой системы к физическим нагрузкам. Ее анатомические особенности обеспечивают функционирование данной системы органов. Изучая строение сердца и его функционирование, акцентируем внимание на зависимости частоты сердечных сокращений и силе выброса крови в аорту от тренированности организма. Студенты выясняют, что (объем перекачиваемой сердцем крови может изменяться от 6 до 30 литров за 1 минуту), а ответная реакция на нагрузку у спортсмена выражается в увеличении силы выброса крови в аорту, а у нетренированного человека увеличивается частота сердечных сокращений, что выступает фактором риска для развития сердечно-сосудистых патологий.

Последовательно раскрывая учебный материал, изучая особенности функционирования сердца и сердечно-сосудистой системы состоящей из сердца, артериальной и венозной систем, намечаем способы профилактики заболеваний сердечно-сосудистой системы, оптимальные условия функционирования и факторы риска возникновения заболеваний и нарушений в данной системы органов.

В ходе изучения материала обращаемся к личному опыту студентов о данной системе органов, определяем: какие заболевания характерны для данной системы органов, способы профилактики заболеваний. Для закрепления материала используется частично поисковый метод, предполагающий поиск ответов на вопросы при помощи цифровых средств (смартфон) по группам: 1 группа выясняет какие заболевания характерны для данной системы органов, 2 группа определяет способы профилактики. Данные поиска по заявленным проблемам конспектируются в тетради. Студенты докладывают результаты поиска, дополняя ответы товарищей.

Вариантом закрепления материала может выступать терминологический кроссворд в готовой форме или составленный студентами самостоятельно из основных понятий и определений темы из 10-15 слов (Приложение 1).

Одной из форм организации процесса здоровьесберегающей подготовки является *анализ конкретной ситуации*. Постоянное использование анализа конкретных ситуаций в процессе обучения формирует способность аргументировать свою точку зрения, обозначить свои взгляды, позицию, формирует критичность мышления. Анализ конкретных ситуаций позволяет сравнить свои установки и предубеждения в области здоровьесберегающей подготовки с другими, переосмыслить их на основе рефлексии личного опыта и выработать новые более продуктивные здоровьесберегающие стратегии, с учетом индивидуальных особенностей (Приложение 1).

Применение проблемных лекций, семинаров-дискуссий позволяет активизировать позицию студентов, высказывать свою точку зрения с опорой на личностный опыт, включаться в контекст здоровьесберегающей деятельности. (Приложение 1).

Следующей формой организации коллективной деятельности на занятиях является *семинар-дискуссия*, которая позволяет моделировать для студентов содержание и различные формы взаимодействия в профессиональной деятельности. Семинар-дискуссия в ходе практического занятия позволяет по-новому взглянуть в ходе обсуждения на проблему

здоровьесберегающей подготовки. Семинар-дискуссия способствует развитию мотивации к здоровьесберегающей подготовке, творческого мышления, готовности к овладению различными стратегиями здоровьесберегающей подготовки при разрешении профессиональных задач с опорой на личный опыт учащихся (Приложение 1).

Важным элементом обучения выступает *лекция-визуализация* позволяющая наглядно представлять материалы, направленные на здоровьесберегающую подготовку. Использование лекции-визуализации предполагает предварительную постановку проблемы, которая обсуждается после представления рисунков, схем, видеофрагментов, презентации (Приложение 1).

Содержание активных методов обучения позволяет интегрировать содержание разных дисциплин, практической деятельности, личного опыта обучающихся, а также включать соблюдение норм и требований, установленных в профессиональной сфере.

Основными методами реализации здоровьесберегающей подготовки студентов на основе контекстно-модульной технологии выступили: *проблемно-поисковый* метод (позволяет находить новые способы решения проблемных заданий, анализировать многообразие вариантов выбора, приращивать недостающие знания, проводить рефлекссию и устанавливать причинно-следственные связи между событиями); *самодиагностики* (выявляет индивидуально-личностные стратегии формирования здоровьесберегающей подготовки), *обучение в сотрудничестве* (позволяет посредством установления субъектных отношений в процессе обучения создавать резонансное взаимодействие, при котором актуализируются внутренние механизмы саморазвития) (Приложение 1).

Таким образом, *контекстно-модульная технология*, основанная на авторской программе «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа», рассматривается как система, совмещающая в себе теоретические и практические аспекты, обеспечивается рефлексивными и цифровыми

технологиями: видеоконференции, вебинары и др.; методы: проблемно-поисковый, информационного ресурса и др., составляющие которых функционируют во взаимосвязи друг с другом, интегрируя обучение в аудиториях, цифровое обучение и самообучение.

В процессе здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа контекстно-модульная технология рассматривается как гибкая модульная система и отличается тем, что ее теоретическими основаниями являются методологические подходы, практически она концептуально основана на идеях модульного, контекстного обучения, обновлении образовательного контента, структуризации предметного содержания дисциплин «Биология человека», «Основы медицинских знаний», «Психология общения» (Модуль 1, Модуль 2, Модуль 3, этапы здоровьесберегающей подготовки) с использованием рефлексивных и цифровых технологий, что обеспечивает эффективность здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа.

Эффективность контекстно-модульной технологии проявляется в сочетании форм и методов контекстного обучения, рефлексивных и цифровых технологий, основанных на самодиагностике и рефлексировании взаимосвязи ценностно-смысловой сферы личности со стратегиями здоровьесберегающей деятельности. Такое сочетание обеспечивает возможность осмысления и перенормирования собственных первичных представлений о здоровьесберегающей подготовке за счет актуализации механизмов саморегуляции и саморазвития и выработки новых стратегий здоровьесберегающей деятельности в процессе профессионального обучения.

Контекстно-модульная технология развивает способности анализировать сложные ситуации, расставлять приоритеты, выявлять причинно-следственные связи, проводить анализ и рефлекссию, определять новые способы и средства разрешения противоречий.

2.3 Опытнo-экспериментальная работа реализации модели здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии

Опытнo-экспериментальное исследование проводилось в соответствии с выдвинутой целью, гипотезой и задачами диссертационной работы и состояла в практической проверке эффективности реализации модели здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии.

Основной целью опытнo-экспериментальной работы является проверка гипотезы о том, что внедрение предлагаемой нами модели и контекстно-модульной технологии обучения студентов колледжа будет эффективным в процессе здоровьесберегающей подготовки.

Для реализации заданной цели были обозначены следующие задачи:

1. Разработать план и выявить содержание опытнo-экспериментальной работы, направленное на реализацию модели здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии.

2. Выявить критерии и показатели оценки модели здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа.

3. Подобрать диагностические методики для определения уровней здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии с учетом выбранных критериев и показателей.

4. Провести первичное диагностическое исследование качества процесса здоровьесберегающей подготовки студентов в колледже.

5. Разработать и внедрить в образовательный процесс авторскую программу «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа» как содержательную основу здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа.

6. Осуществить количественный и качественный анализ данных, полученных на контрольном этапе экспериментаопытно-экспериментальной работы, сравнить их с результатами констатирующего этапа, сделать соответствующие выводы о правомерности выдвинутой гипотезы исследования.

Базовой гипотезой опытно-экспериментальной работы выступило предположение о том, что эффективность здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа вырастет после внедрения модели здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа, контекстно-модульной технологии на основе авторской программы и обеспечением определенных педагогических условий.

Опытно-экспериментальное исследование осуществлялась в несколько этапов:

Первый этап (2017-2019) –проводится анализ научных работ и опыта работы в строительно-политехническом колледже с целью определения степени разработанности проблемы здоровьесберегающей подготовки студентов, уточнение темы диссертационного исследования, определение цели и задач исследования, разработка программы его проведения.

Второй этап (2019-2020) –проверка гипотезы исследования; разработка модели здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа; выявление педагогических условий, способствующих эффективности реализации модели здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии; экспериментальная проверка и апробация модели с использованием констатирующего и формирующего этапов эксперимента; унификация и уточнение экспериментальных данных.

Третий этап (2020-2021) – осуществляется систематизация, анализ и обобщение полученных данных в процессе опытно-экспериментальной работы, оформление результатов исследования.

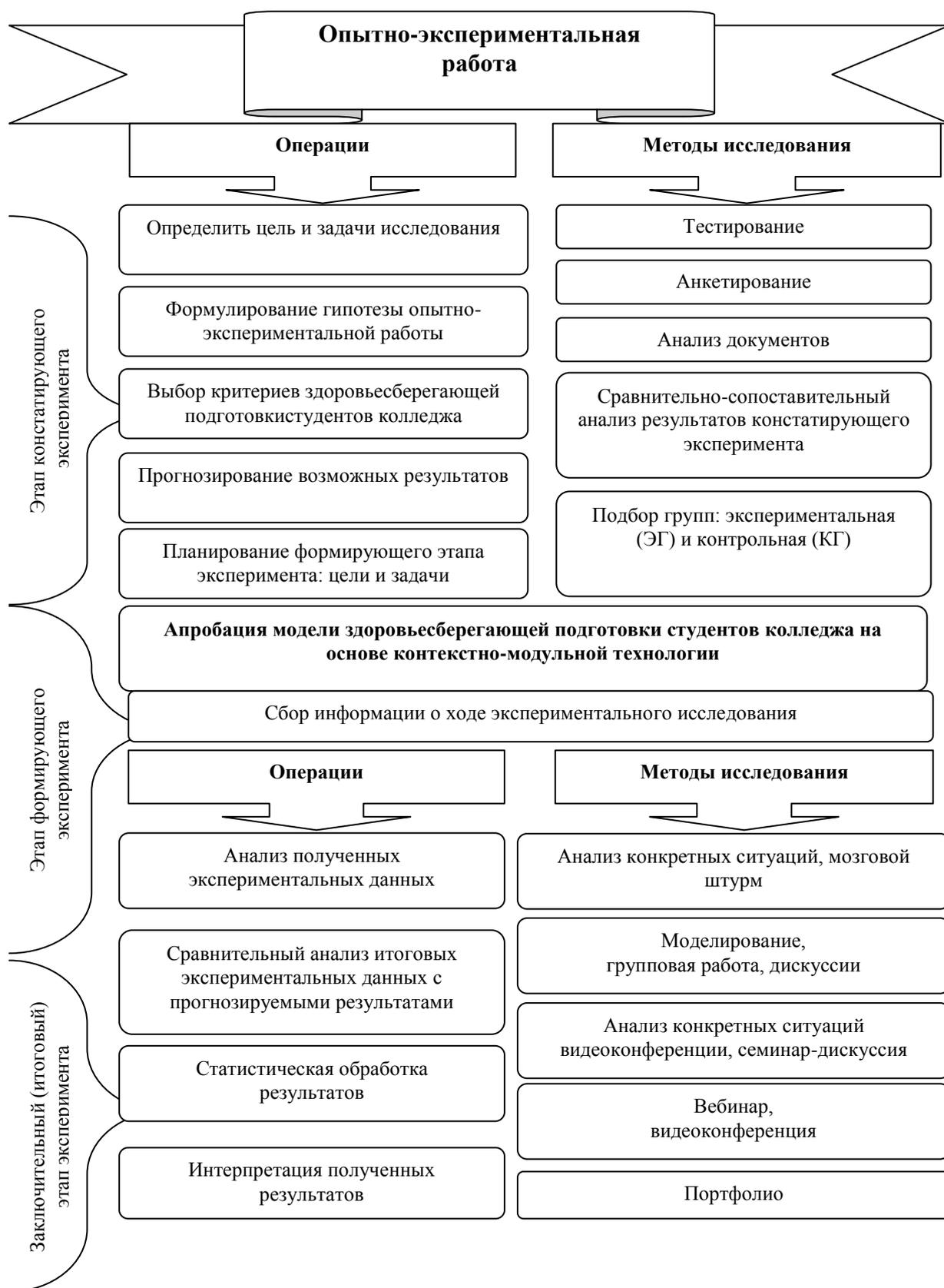


Рисунок 2 - Содержание этапов опытно-экспериментального исследования по реализации модели здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии.

Опытно-экспериментальная работа выполнялась в период с 2017 по 2021 учебный год на базе строительно-политехнического колледжа ФГБОУ ВО «ВГТУ» «Воронежский государственный технический университет».

Были определены экспериментальная группа студентов для проведения экспериментальной работы и контрольная группа для сопоставления данных.

Объективность результатов исследования обусловлена следующими критериями:

- одинаковый объем выборки (по тридцать одному человеку в группе);
- однородность по возрастному составу (возраст студентов от 15 до 19 лет);
- одинаковое количество занятий в процессе опытно-экспериментального обучения.

Анализ диагностики состояния здоровьесберегающей подготовки студентов 1 курса строительно-политехнического колледжа позволил выявить критерии и показатели, определяющие качество здоровьесберегающей подготовки. Анкетирование студентов показало, что большинство студентов (65,7 %) имеют недостаточный уровень мотивации к здоровьесберегающей подготовке, здоровье в системе ценностей студентов представлено только на 6 месте (20,8%), недостаточный уровень знаний в области анатомии, физиологии для профилактики функциональных нарушений организма (73,9%), при этом большинство студентов (67,3%) оценивают уровень своего физического здоровья как нормальное. Среди причин мешающих уделять внимание укреплению здоровья определяют отсутствие интереса (59,3%) и лень (34,2%).

Данные результатов анкетирования студентов, анализ педагогических исследований, представленных в первой главе, позволили определить следующие критерии здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа: ценностный, знаниевый, деятельностный и рефлексивный.

Ценностный критерий мотивационно-ценностного компонента в нашем исследовании здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа

направлен на активизацию интереса к здоровьесберегающей подготовке как потребности для самореализации характеризуется такими показателями:

- мотивы к здоровьесберегающей подготовке студентов;
- потребность достижения успеха в процессе здоровьесберегающей подготовки студентов;
- ценностные ориентации к здоровьесберегающей подготовке студентов.

Знаниевый критерий когнитивного компонента направлен на систематизацию знаний в области здоровьесберегающей подготовки, способность использовать их в практической деятельности, характеризуется такими показателями:

- системные знания о здоровьесберегающей подготовке;
- осознание восприятия знания в процессе здоровьесберегающей подготовки студентов;
- самостоятельность и глубина суждений в процессе здоровьесберегающей подготовки студентов.

Деятельностный критерий деятельностного компонента отражает практическую реализацию знаний, мотивированных внутренними убеждениями и проявляется в здоровьесберегающей деятельности, характеризуется такими показателями:

- овладение различными стратегиями для здоровьесберегающей подготовки;
- проявление здоровьесбережения в процессе деятельности;
- саморазвитие и самореализация в процессе здоровьесберегающей подготовки.

Рефлексивный критерий рефлексивно-оценочного компонента характеризуется такими показателями:

- развитие здоровьесберегающего самосознания;
- осознание собственной ответственности за здоровьесберегающую подготовку;

– понимание своих индивидуальных особенностей, саморазвитие в процессе здоровьесберегающей подготовки (Таблица 1).

Таблица 1.

Критерии и показатели оценки здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа

Критерии	Показатели
Ценностный	Мотивы к здоровьесберегающей подготовке студентов; -потребность в достижении успеха в процессе здоровьесберегающей подготовки студентов; -ценностные ориентации к здоровьесберегающей подготовке студентов
Знаниевый	Системные знания о здоровьесберегающей подготовке; - осознание восприятия знания в процессе здоровьесберегающей подготовки; -самостоятельность и глубина суждений в процессе здоровьесберегающей подготовки.
Деятельностный	Овладение различными стратегиями для здоровьесберегающей подготовки; - проявление здоровьесбережения в процессе деятельности; - саморазвитие и самореализация в процессе здоровьесберегающей подготовки.
Рефлексивный	Развитие здоровьесберегающего самосознания; -осознание собственной ответственности за здоровьесберегающую подготовку; -понимание своих индивидуальных особенностей, саморазвитие в процессе здоровьесберегающей подготовки.

Также были выявлены уровни здоровьесберегающей подготовки:

Высокий уровень здоровьесберегающей подготовки студента выражается в сформированности системы мотивов и постоянном интересе к здоровьесберегающей подготовке и проявляется как сформированная система ценностных ориентаций. Студент демонстрирует системные знания, постоянный интерес в области здоровьесберегающей подготовки, что проявляется в сознательном стремлении к самостоятельному выполнению здоровьесберегающих действий. Студент проявляет устойчивую направленность и постоянное сознательное стремление к овладению

различными стратегиями в процессе здоровьесберегающей подготовки, проявляет активную заинтересованность и способность к определению индивидуальных путей саморазвития и самообразования в процессе здоровьесберегающей подготовки, воспринимает себя как активного организатора-участника здоровьесберегающей деятельности, обладает высокой способностью удерживать, корректировать и развивать личностные стратегии в процессе здоровьесберегающей подготовки, выраженной в полном объеме личностной Я-концепцией.

Средний уровень здоровьесберегающей подготовки студента характеризует: периодическое проявление мотивов и интереса к здоровьесберегающей подготовке; ценность здоровьесбережения признается формально, но не входит в число ценностных доминант. Знания в области здоровьесберегающей подготовки носят стандартный характер; интерес и самостоятельность в выполнении здоровьесберегающих действий в процессе здоровьесберегающей подготовки проявляет периодически. Проявляется стремление к овладению различными стратегиями в процессе здоровьесберегающей подготовки; выражена способность к саморазвитию в процессе здоровьесберегающей подготовки и направленность на здоровьесберегающую подготовку в контексте здоровьесберегающей деятельности. В процессе здоровьесберегающей подготовки студент выступает участником здоровьесберегающей деятельности; обладает периодической способностью удерживать и корректировать личностные стратегии здоровьесберегающей подготовки и выраженной личностной Я-концепцией.

Низкий уровень здоровьесберегающей подготовки показывает, что мотивы к здоровьесберегающей подготовке не проявляются; интерес к здоровьесберегающей подготовке отсутствует; здоровьесбережение в системе ценностных ориентаций полностью отсутствует. Знания в области здоровьесберегающей подготовки носят поверхностный характер; интерес к знаниям в области здоровьесберегающей подготовки не проявляет;

здоровьесберегающие действия осуществляет ситуативно. Отсутствует направленность на здоровьесберегающую подготовку в контексте здоровьесберегающей деятельности; ситуативное стремление к овладению различными стратегиями в процессе здоровьесберегающей подготовки; слабая способность к саморазвитию и самообразованию в процессе здоровьесберегающей подготовки. В процессе здоровьесберегающей подготовки предпочитает не участвовать; способность удерживать личностные стратегии здоровьесберегающей подготовки не проявлена; личностная Я-концепция в процессе здоровьесберегающей подготовки представлена слабо выражена (Таблица 2.).

Таблица 2.

Компоненты, критерии и уровни здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа

Компоненты	Критерии	Уровни		
		Высокий	Средний	Низкий
1	2	3	4	5
МОТИВАЦИОННО-ЦЕННОСТНЫЙ	1. Ценностный	Устойчивое проявление мотивов к здоровьесберегающей подготовке; - сознательный интерес к здоровьесберегающей подготовке; -ценность здоровьесбережения входит в число ценностных доминант	Периодическое проявление мотивов к здоровьесберегающей подготовке; - интерес к здоровьесберегающей подготовке проявляется периодически; -ценность здоровьесбережения признается формально, но не входит в число ценностных доминант	Ситуативное проявление мотивов к здоровьесберегающей подготовке; - отсутствие интереса к здоровьесберегающей подготовке; -отсутствие ценности здоровьесбережения в системе ценностных доминант
КОГНИТИВНЫЙ	2. Знаниевый	Демонстрирует системные знания в области здоровьесберегающей подготовки; - наблюдается постоянный интерес к здоровьесберегающей подготовке; - проявляется в сознательном стремление к самостоятельному	Знания в области здоровьесберегающей подготовки носят стандартный характер; - проявляются ситуационно интерес к здоровьесберегающей подготовке - периодическое проявление самостоятельности в	Знания в области здоровьесберегающей подготовки носят поверхностный характер; -интерес к знаниям в области здоровьесберегающей подготовки не проявляет; -здоровьесберегающие

		выполнению здоровьесберегающих действий.	выполнении здоровьесберегающих действий	действия осуществляет ситуационно
ДЕЯТЕЛЬНОСТНЫЙ	3. Деятельностный	<p>Постоянно проявляет устойчивую направленность на здоровьесберегающую подготовку в контексте здоровьесберегающей деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - постоянное сознательное стремление к овладению различными стратегиями в процессе здоровьесберегающей подготовки; - активная заинтересованность и способность к определению индивидуально-личностных путей саморазвития и самообразования в процессе здоровьесберегающей подготовки. 	<p>Периодически проявляет направленность на здоровьесберегающую подготовку в контексте здоровьесберегающей деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - проявляется стремление к овладению различными стратегиями в процессе здоровьесберегающей подготовки; - имеется способность к саморазвитию и самообразованию в процессе здоровьесберегающей подготовки 	<p>Отсутствует направленность на здоровьесберегающую подготовку в контексте здоровьесберегающей деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - ситуационное стремление к овладению различными стратегиями в процессе здоровьесберегающей подготовки; - слабая способность к саморазвитию и самообразованию в процессе здоровьесберегающей подготовки
РЕФЛЕКСИВНО-ОЦЕНОЧНЫЙ	4. Рефлексивный	<p>Осознает себя как организатора-участника здоровьесберегающей деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - высокая способность удерживать, корректировать и развивать личностные стратегии в процессе здоровьесберегающей подготовки; - личностная «Я концепция» построена на адекватной самооценке и активно выражена 	<p>Осознает себя как участника здоровьесберегающей деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - периодическая способность удерживать и корректировать личностные стратегии здоровьесберегающей подготовки; - личностная «Я концепция» в процессе здоровьесберегающей подготовки выражена. 	<p>В процессе здоровьесберегающей подготовки предпочитает не участвовать;</p> <ul style="list-style-type: none"> - способность удерживать личностные стратегии здоровьесберегающей подготовки не проявлена; - личностная «Я концепция» в процессе здоровьесберегающей подготовки слабо выражена

В контексте выделенных критериев проводился подбор диагностических методик здоровьесберегающей подготовки студентов строительного колледжа (Таблица 3).

Таблица 3.

**Методики диагностики уровней сформированности критериев
здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа**

Критерии здоровьесберегающей подготовки	Методики диагностики
1	2
Ценностный	Методика исследования самоотношения (С. Р. Пантилеев); Оценка потребности в достижениях (Ю. М. Орлов); Определение ценностных ориентаций (М. Рокич).
Знаниевый	Диагностические тесты, анкеты, метод анализа документов; Методика «Индекс отношения к здоровью» (С. Д. Дерябо, В. А. Ясвин); Тест «Уровень субъективного контроля» (Дж. Роттера, в модификации С. А. Голькиной, Е. Ф. Бажиным, А. М. Эткиндо).
Деятельностный	Диагностика личностной направленности (Б.Басс); Определение индекса отношения к здоровью С. Д. Дерябо, В. А. Ясвин; Оценка способности к саморазвитию и самообразованию (В. И. Андреев).
Рефлексивный	Определение самоконтроля (М. Снайдер) Тест «Уровень субъективного контроля» Е. Ф. Бажин, Е. А. Гольнкина, А. М. Эткинд Методика определения уровня рефлексивности (А. В. Карпов, В. В. Пономарева)

Экспериментальная проверка эффективности здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии осуществлялась в форме педагогического эксперимента в ходе констатирующего, формирующего и заключительного этапов.

На *констатирующем этапе* эксперимента с помощью выявленных диагностических методик проводилась начальная оценка уровней здоровьесберегающей подготовки. Были подобраны контрольная (КГ) и экспериментальная (ЭГ) группы студентов строительного колледжа, обучающихся по специальности СПО 12.02.10 «Монтаж, техническое обслуживание и ремонт биотехнических и медицинских

аппаратов и систем», получающих профессию «17861- Регулировщик радиоэлектронной аппаратуры медицинского назначения».

Ценностный критерий здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа изучался с помощью методики исследования самоотношения (С. Р. Пантिलеева) для определения самосознания, индивидуальных способов внутреннего самоуправления здоровьесберегающей подготовкой, осознания внутренней системы ценностей для здоровьесберегающей подготовки, способности организовать здоровьесберегающее поведение, способности к саморазвитию в области здоровьесберегающей подготовки. Методика оценки потребности в достижениях (Ю. М. Орлов) является инструментом определения мотивации к здоровьесберегающей подготовке студентов на основе интереса к здоровьесбережению. Методика определения ценностных ориентаций (М.Рокича) дает возможность выявить и ранжировать систему ценностей студентов, установить взаимосвязь между наличием здоровья в системе ценностных доминант и достижениями в области здоровьесберегающей подготовки.

Выраженность показателей по когнитивному компоненту определялась при помощи анализа итогов успеваемости студентов по дисциплинам, анкетам, диагностической методике (С. Д. Дерябо и В. А. Явина) «Индекс отношения к здоровью» и методике (Дж. Роттера) «Определение субъективного контроля». Данные методики позволили выявить способность студентов получать информацию о здоровьесбережении от других людей, источников информации, поисковую активность студентов в области здоровьесберегающей подготовки, способность к самостоятельности и способности принимать ответственность за свое здоровье.

Деятельностный критерий анализировался по следующим показателям: овладение различными стратегиями здоровьесберегающей подготовки, проявление здоровьесбережения в процессе деятельности, самореализация и саморазвитие в процессе здоровьесберегающей подготовки. В процессе исследования данного критерия использовались данные комплексного теста

на определение индекса отношения к здоровью (С. Д. Дерябо, В. А. Ясвина), оценка способности к саморазвитию и самообразованию (В. И. Андреева), а также диагностика направленности личности (Б. Басса).

Рефлексивный критерий рефлексивно-оценочного компонента отражает развитие здоровьесберегающего самосознания, осознание собственной ответственности за здоровьесберегающую подготовку, понимание своих индивидуальных особенностей, саморазвитие в процессе здоровьесберегающей подготовки. Диагностика данного критерия проводилась при помощи методик оценки самоконтроля в общении (М. Снайдер), уровня субъективного контроля Е. А. Голынкина, Е. Ф. Бажин, А. М. Эткинд), определения уровня рефлексивности (А. В. Карпов, В. В. Пономарева).

На констатирующем этапе эксперимента также анализировались учебный план специальности СПО 12.02.10 «Монтаж, техническое обслуживание и ремонт биотехнических и медицинских аппаратов и систем», рабочая программа междисциплинарного курса МДК 03.01 «Биофизические основы взаимодействия живых систем и методы медико-биологических исследований» и рабочие программы дисциплин «Биология человека», «Основы медицинских знаний», «Психология общения», обновлялось тематическое планирование и содержательный контент дисциплин.

В таблице 4 представлены данные результатов исследования мотивационно-ценностного компонента ценностного критерия здоровьесберегающей подготовки в экспериментальной и контрольной группах студентов обучающихся в строительном-политехническом колледже по специальности 12.02.10 «Монтаж, техническое обслуживание и ремонт биотехнических и медицинских аппаратов и систем», которые показывают, что студенты и контрольной, и экспериментальной группы обозначили потребность к здоровьесберегающей подготовке, однако мотивы к здоровьесберегающей подготовке менее выражены, как и ценность здоровьесберегающей подготовки.

Таблица 4.

Результаты диагностики ценностного критерия здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на констатирующем этапе эксперимента (%)

Показатели	Уровни					
	Низкий		Средний		Высокий	
	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ
Мотивы к здоровьесберегающей подготовке	25,6	25,4	40,6	40,6	31,5	32,3
Потребность в достижении успеха в здоровьесберегающей подготовке	28,2	26,2	48,6	43,8	41,1	38,9
Ценностные ориентации к здоровьесберегающей подготовке	17,9	22,2	38,2	39,8	28,2	30,8
Интегративные результаты	23,9	24,6	42,5	41,4	33,6	34,0

Результаты анкетирования позволили выявить исходный уровень мотивации студентов к здоровьесберегающей подготовке. Интегративные результаты анкетирования (КГ и ЭГ) показали, что только 33,8% студентов строительного колледжа имеют высокий уровень мотивации к здоровьесберегающей подготовке. При этом среди показателей мотивационно-ценностного компонента ценностного критерия больше всего у студентов выражена потребность в достижении успеха во всех видах деятельности, в том числе и в здоровьесберегающей, что создает благоприятные условия для здоровьесберегающей подготовки. Следует отметить, что среди показателей ценностного критерия самые низкие значения выявлены по показателю ценностных ориентаций к здоровьесберегающей подготовке: 17,9% (КГ) и 22,2% (ЭГ).

Таблица 5.

Результаты диагностики знаниевого критерия здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на констатирующем этапе эксперимента (%)

Показатели	Уровни					
	Низкий		Средний		Высокий	
	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ
Системные знания в области здоровьесберегающей подготовки	35,5	27,4	58,6	58,7	25,5	24,4
Осознание восприятия знания в процессе здоровьесберегающей подготовки	24,8	23,4	50,2	52,3	16,3	21,7
Самостоятельность и глубина суждений в процессе здоровьесберегающей подготовки	23,1	21,8	48,4	49,8	12,6	20,5
Интегративные результаты	27,8	24,2	52,4	53,6	19,8	22,2

Интегративные результаты определения уровня знаниевого критерия здоровьесберегающей подготовки (КГ и ЭГ) показали, что высокий уровень знаний в области профилактики заболеваний, анатомо-физиологических особенностей организма имеют 21% респондентов.

Диагностика деятельностного критерия (интегративные результаты) здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на констатирующем этапе эксперимента (КГ и ЭГ) показала, что 71,9% респондентов имеют низкий и средний уровень показателей его проявления. При этом студенты со средними уровневymi показателями деятельностного критерия выделяют значимость овладения стратегиями здоровьесберегающей подготовки 59% (КГ) и 52,9% (ЭГ), а студенты с высокими уровневymi показателями деятельностного критерия значимым в процессе здоровьесберегающей подготовки считают саморазвитие и самореализацию на ее основе 31,3% (КГ), 29,6% (ЭГ) (Таблица 6).

Таблица 6.

**Результаты диагностики деятельностного критерия
здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на
констатирующем этапе эксперимента (%)**

Показатели	Уровни					
	Низкий		Средний		Высокий	
	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ
Овладение различными стратегиями здоровьесберегающей подготовки	24,6	23,7	59	52,9	27,4	27,1
Проявление здоровьесбережения в процессе деятельности	20,8	21,3	36,7	47,9	26,8	26,4
Саморазвитие и процессе здоровьесберегающей подготовки	24,2	22,7	49,2	48,3	31,3	29,6
Интегративные результаты	23,2	22,6	48,3	49,7	28,5	27,7

Таблица 7

**Результаты диагностики рефлексивного критерия здоровьесберегающей
подготовки студентов колледжа на констатирующем этапе эксперимента
(%)**

Показатели	Уровни					
	Низкий		Средний		Высокий	
	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ
Развитие здоровьесберегающего самосознания	26,1	27,8	40,5	40,4	33,5	31,2
Осознание собственной ответственности за здоровьесберегающую подготовку	27	28,7	42,8	42,3	34,2	29,6
Понимание своих индивидуальных особенностей, саморазвитие в процессе здоровьесберегающей подготовки	24,1	26,3	40,6	42,4	30,7	31,3
Интегративные результаты	25,9	27,6	41,3	41,7	32,8	30,7

Диагностика рефлексивного критерия рефлексивно-оценочного компонента (Таблица 7) показала, что студенты недостаточно понимают свои индивидуальные особенности построения здоровьесберегающей деятельности: 24,7% (КГ) и 26,3% (ЭГ) имеют низкие показатели, при этом высокий уровень осознания ответственности за свое здоровье имеют: 34,2% (КГ) и 29,6% (ЭГ).

Обобщенные данные диагностики критериев здоровьесберегающей подготовки (ценностного, знаниевого, деятельностного, рефлексивного) на констатирующем этапе эксперимента в контрольной и экспериментальной группах студентов строительного колледжа по уровням, представлены в таблице 8.

Анализ исследований ценностного критерия, при помощи выбранных методик (Методика исследования самоотношения С. Р. Пантеев (МИС); опросник потребностей в достижениях Ю. М. Орлова; методика «Ценностные ориентации» (М. Рокича) на данном этапе эксперимента выявил, что в исследуемых группах проявились сходные тенденции: 33,6% (КГ) и 34,0% (ЭГ) студентов имеют высокий уровень ценностного критерия мотивационно-ценностного компонента.

Ценностный критерий проявляется в мотивации и ценностных ориентациях студентов к здоровьесберегающей подготовке на основе потребности в достижении успеха в процессе здоровьесберегающей подготовки.

Таблица 8.

Диагностика критериев здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на констатирующем этапе эксперимента (КГ и ЭГ) (%)

Критерии	Контрольная группа			Экспериментальная группа		
	Уровни			Уровни		
	Низкий, %	Средний, %	Высокий, %	Низкий, %	Средний, %	Высокий, %
Ценностный	23,9	42,5	33,6	24,6	41,4	34,0
Знаниевый	27,8	52,4	19,8	24,2	53,6	22,2
Деятельностный	23,2	48,3	28,5	22,6	49,7	27,7
Рефлексивный	25,9	41,3	32,8	27,6	41,7	30,7

Высокий уровень знаниевого критерия был выявлен у 19,8% (КГ) и 22,2% (ЭГ). В общем, в выбранных группах наблюдается низкий уровень знаний в области здоровьесберегающей подготовки, что определяет сформированность знаниевого критерия. Для его определения использовались диагностические тесты, анкеты, зачёты, экзамены, метод анализа документов, диагностические методики (Тест на определение индекса отношения к здоровью (С. Д. Дерябо, В. А. Ясвина), определение

уровня субъективного контроля (Дж. Роттера, адаптированный Е. Ф. Бажиным, С. А. Голькиной, А. М. Эткиндом). Низкие показатели свидетельствуют об отсутствии системных знаний в области здоровьесберегающей подготовки, что связано с низким уровнем самостоятельности и глубины суждений, а так же недостаточным осознанием и восприятием знаний в области здоровьесберегающей подготовки.

Результаты диагностики на констатирующем этапе эксперимента по каждому показателю критериев здоровьесберегающей подготовки для контрольной группы приведены на рисунке 3 (КГ), 4(ЭГ).

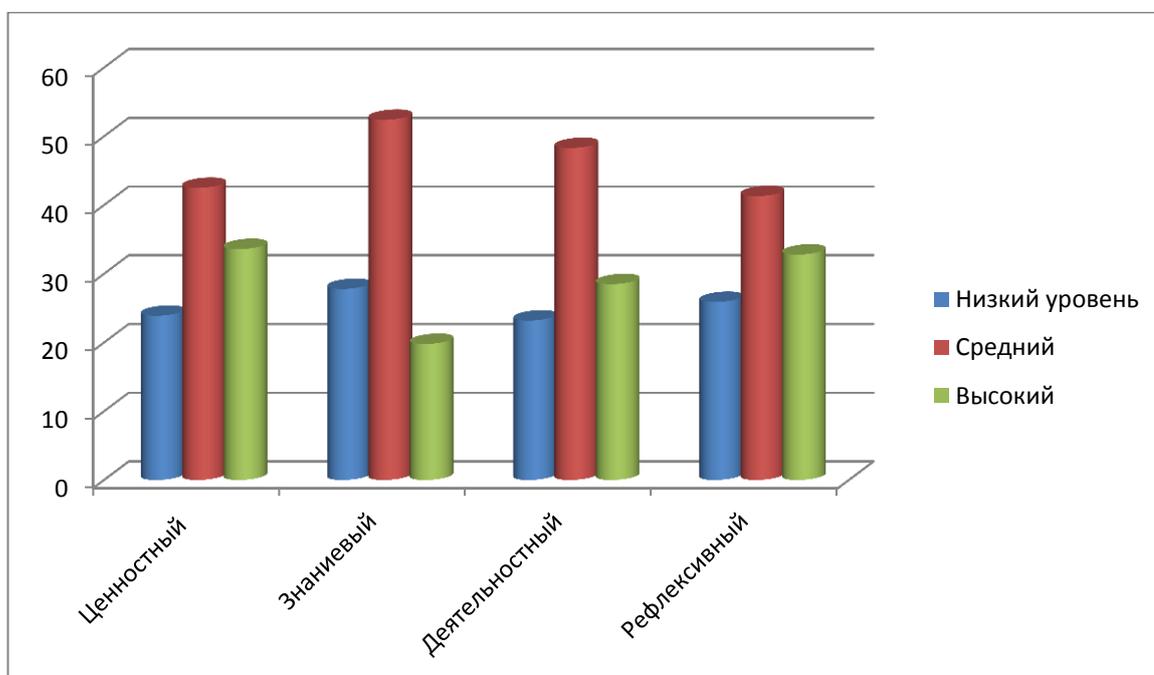


Рисунок 3 - Уровни здоровьесберегающей подготовки студентов в контрольной группе (констатирующий эксперимент)

Анализ результатов деятельностного критерия показал, что 28,5 % (КГ) и 27,7% (ЭГ) студентов проявляют здоровьесберегающую подготовку в деятельностной форме: делают зарядку, занимаются в спортивных секциях, ведут здоровый образ жизни, то есть имеют устойчивую направленность на здоровьесберегающую подготовку. Эти данные показывают, что студенты проявляют здоровьесбережение в процессе деятельности, направлены на овладение различными стратегиями здоровьесберегающей подготовки на

основе самореализация и саморазвития в процессе здоровьесберегающей подготовки. В процессе исследования данного критерия использовались данные комплексного теста на определение индекса отношения к здоровью (С. Д. Дерябо, В. А. Ясвина), оценка способности к саморазвитию и самообразованию (В. И. Андреев), а также диагностика направленности личности (Б. Басса).

Высокий уровень сформированности рефлексивного критерия выявился у 32,8% (КГ) и 30,7% (ЭГ) опрошенных студентов, что свидетельствует об осознании собственной ответственности за здоровьесберегающую подготовку, понимании своих индивидуальных особенностей, развитии здоровьесберегающего самосознания в процессе здоровьесберегающей подготовки.

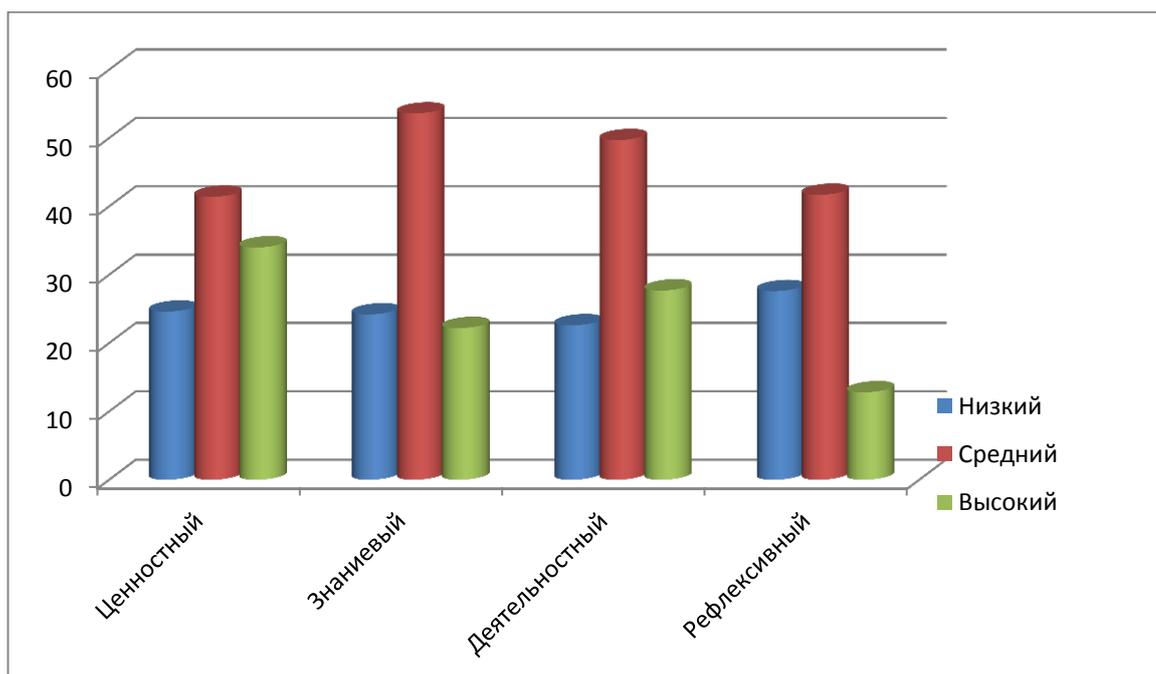


Рисунок 4 - Уровни здоровьесберегающей подготовки студентов в экспериментальной группе (констатирующий эксперимент)

Обобщенные итоги констатирующего эксперимента в экспериментальной и контрольной группах в процентном отношении выявили наиболее низкий процент знаниевого и деятельностного критериев

здоровьесберегающей подготовки студентов стротельно-политехнического колледжа, которые отражены в таблицах 9 - 10, рисунке 5.

Таблица 9.

Уровневые характеристики здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на констатирующем этапе эксперимента в экспериментальной группе (%)

Уровни	Ценностный	Знаниевый	Деятельностный	Рефлексивный	Интегрированные результаты
Высокий	34,0	22,2	27,7	30,7	28,6
Средний	41,4	53,6	49,7	41,7	46,6
Низкий	24,6	24,2	22,6	27,6	24,7

Интегрированные результаты диагностики по выделенным нами критериям и показателям по итогам констатирующего эксперимента выявили, что в экспериментальной группе у 46,6 % опрошенных студентов колледжа здоровьесберегающая подготовка сформирована на среднем уровне, высокий уровень составил всего 28,6 % от общего числа участников эксперимента, а низкий у 24,7 % студентов.

Интегрированные результаты диагностики в контрольной группе по итогам констатирующего эксперимента выявили подобные тенденции: 46,1 % опрошенных студентов колледжа здоровьесберегающая подготовка сформирована на среднем уровне, низкий уровень составил всего 25,2 % от общего числа участников эксперимента, а высокий у 28,6 % студентов.

Таблица 10.

Уровневые характеристики здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на констатирующем этапе эксперимента в контрольной группе (%)

Уровни	Ценностный	Знаниевый	Деятельностный	Рефлексивный	Интегрированные результаты
Высокий	33,6	19,8	28,5	32,8	28,6
Средний	42,5	52,4	48,3	41,3	46,1
Низкий	23,9	27,8	23,2	25,9	25,2

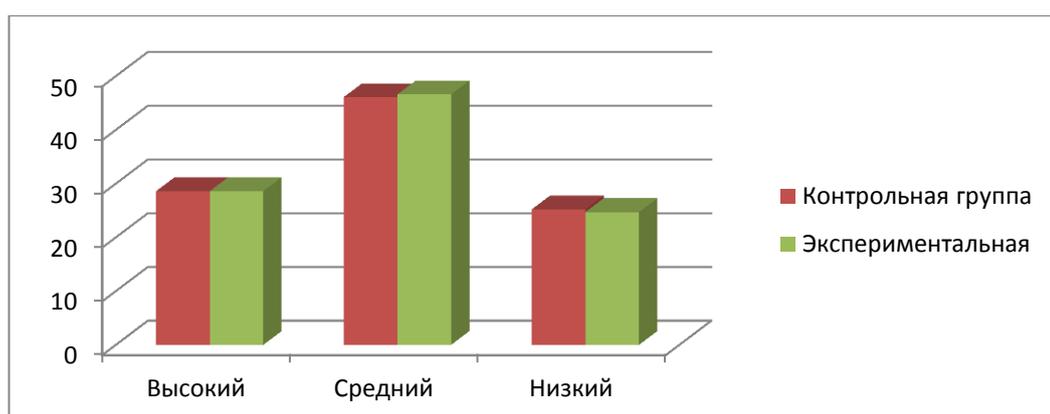


Рисунок 5 - Интегрированные результаты уровней здоровьесберегающей подготовки студентов в экспериментальной группе и контрольной группе (констатирующий эксперимент).

В итоге было установлено (см. рисунок 5), что между контрольной и экспериментальной группами значимых отличий не выявлено, что подтверждает однородность групп по перечисленным критериям.

Анализ результатов констатирующего эксперимента показал, что у большинства респондентов ценность здоровьесбережения в системе ценностных доминантне представлена, проявляются периодическая позитивная мотивация и периодический интерес к здоровьесберегающей

подготовке. Знания в области формирования здоровьесберегающей подготовки носят в большей части стандартный, формальный характер, проявляется периодический, не постоянный интерес к здоровьесберегающей деятельности, периодическое проявление самостоятельности в выполнении здоровьесберегающих действий, периодическая направленность на здоровьесберегающую подготовку, проявляющаяся в периодическом стремлении к овладению различными стратегиями в процессе здоровьесберегающей подготовки, проявляется интерес к саморазвитию и самообразованию в процессе здоровьесберегающей подготовки. Студенты воспринимают себя участниками здоровьесберегающей деятельности, периодически способны удерживать и корректировать личностные стратегии здоровьесберегающей подготовки, имеют выраженную личностную Я-концепцию.

На *формирующем этапе* эксперимента проводилась работа по внедрению модели здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа, создавались педагогические условия, использовалась контекстно-модульная технология на основе авторской программы «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа». Всего в формирующем эксперименте принимали участие 62 студента строительного-политехнического колледжа ВГТУ 31 –экспериментальная группа, 31-контрольная группа.

На формирующем этапе эксперимента были определены цели: проверить достоверность выдвинутой гипотезы, проверить эффективность разработанной педагогической модели здоровьесберегающей подготовки студентов на основе контекстно-модульной технологии и целесообразность использования выдвинутых нами педагогических условий.

Для достижения целей были определены задачи следующего формирующего этапа эксперимента:

1. Разработать последовательность действий здоровьесберегающей подготовки студентов на основе контекстно-модульной технологии;

2. Осуществить экспериментальную диагностику с использованием показателей и критериев компонентов здоровьесберегающей подготовки студентов по уровням на основе контекстно-модульной технологии;

3. Апробировать модель и педагогические условия здоровьесберегающей подготовки студентов на основе контекстно-модульной технологии.

Для решения поставленных задач были подобраны необходимые учебные пособия и разработана авторская программа «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа», определена тематика занятий.

На формирующем этапе были определены дисциплины «Биология человека», «Основы медицинских знаний», «Психология общения» и обновлен образовательный контент дисциплин, на предметном материале которых реализовывалась контекстно-модульная технология здоровьесберегающей подготовки на основе авторской программы в строительно-политехническом колледже ВГТУ по специальности 12.02.10 «Монтаж, техническое обслуживание и ремонт биотехнических и медицинских аппаратов и систем».

В ходе сбора информации проводились исследования выбранными методами: тестирование, анкетирование, применялся сравнительный анализ результатов исследований и учебной деятельности студентов строительно-политехнического колледжа.

Авторская программа «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа» представлена в виде модулей: «Теоретические знания о здоровьесберегающей подготовке», «Особенности здоровьесберегающей подготовки с целью овладения различными стратегиями здоровьесберегающей деятельности», «Организация и проведение самостоятельной деятельности студентов колледжа с использованием рефлексивных и цифровых технологий» (Таблица 11).

Таблица 11.

**Содержание модулей авторской программы
«Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа»**

Темы
Модуль 1. Теоретические знания о здоровьесберегающей подготовке.
Тема 1. Влияние доминантных потребностей на здоровьесберегающее поведение. Потребностно-мотивационная сфера личности студентов.
Тема 2. Проблема здоровьесберегающей подготовки, как способности нести ответственность за свое здоровье. Факторы, влияющие на физическое, социальное, психологическое здоровье.
Тема 3. Стратегии здоровьесберегающей подготовки, как индивидуальная система здоровьесберегающего поведения.
Тема 4.. Основные факторы здорового образа жизни. Взаимосвязь личностной позиции и здоровьесберегающего поведения
Модуль 2. Особенности здоровьесберегающей подготовки с целью овладения различными стратегиями здоровьесберегающей деятельности
Тема 5. Анатомо-физиологические и психодинамические особенности определяющие характер здоровьесберегающего поведения.
Тема 6. Влияние факторов среды на физическое, социальное, психологическое, духовное здоровье. Адаптационные возможности организма человека.
Тема 7. Индивидуальные особенности конституционной типологии, темперамента, характера, как основа индивидуальной стратегии здоровьесберегающей подготовки студентов.
Тема 8. Основы медицинских знаний как опора для санитарно-гигиенической грамотности в процессе здоровьесберегающей подготовки.
Модуль 3. Организация и проведение самостоятельной деятельности студентов колледжа с использованием рефлексивных и цифровых технологий
Тема 9. Рефлексия здоровьесберегающего поведения, понимание своих индивидуальных ресурсов саморазвития в процессе здоровьесберегающей подготовки.
Тема 10. Реализация здоровьесберегающей подготовки как профилактики функциональных нарушений в организме, выявление рисков заболеваний на основе самодиагностики и анализа режима двигательной активности, режима дня и рационального питания.
Тема 11. Прогнозирование состояния индивидуального здоровья на основе самодиагностики и анализа здоровьесберегающих стратегий образа жизни.
Тема 12. Резервы двигательной активности, биохимические основы спортивной тренировки
Тема 13. Возможности и риски использования средств цифровых технологий в процессе здоровьесберегающей подготовки.
Тема 14. Построение перспективной индивидуальной траектории здоровьесберегающего развития.

Модули включают теоретическую и практическую часть, а также самостоятельную работу студентов по закреплению изученного материала и поиску дополнительной информации. Теоретическая часть здоровьесберегающей подготовки студентов реализуется в форме проблемных лекций, семинаров, при которых постановка проблемы основывается на имеющихся знаниях студентов в области здоровьесберегающей подготовки полученных в ходе изучения общеобразовательных дисциплин: «Общая биология», «Основы безопасности жизнедеятельности».

Практическая часть модуля направлена на выявление индивидуальных анатомо-физиологических, конституционных, гендерных, психофизиологических, личностных особенностей организма студентов, определяющих индивидуальные стратегии здоровьесберегающего поведения.

Изучение модулей направлено на углубление знаний о здоровьесберегающей подготовке путем активизации интереса к здоровьесбережению, установлению взаимосвязи между мотивационно-ценностной сферой личности и здоровьесберегающим поведением.

Модуль 1 - теоретические знания о здоровьесберегающей подготовке: влияние доминантных потребностей на здоровьесберегающее поведение; анализ потребностно-мотивационной сферы личности студентов, развитие способности анализировать сложные жизненные ситуации, нести ответственность за свое здоровье, расставлять приоритеты, выявлять негативные факторы влияющие на здоровье.

Модуль 1 направлен на восприятие, осознание и систематизацию знаний в процессе профессиональной деятельности включают:

- знание основных методов изучения функционального состояния организма для полноценного функционирования;

- знание способов профилактики заболеваний с учетом структурной и функциональной организации организма;

– знание о взаимосвязи системы ценностных ориентаций с индивидуально-личностными особенностями студентов для здоровьесберегающей подготовки на основе рефлексии своих способностей;

– знание в области применения цифровых технологий с учетом здоровьесбережения.

Модуль 2- особенности здоровьесберегающей подготовки: анализ анатомо-физиологических и психодинамических особенностей определяющих характер здоровьесберегающего поведения, влияние факторов среды на физическое, социальное, психологическое, духовное здоровье, определение адаптационных возможностей организма, влияние темперамента, характера на развитие индивидуальных стратегий здоровьесберегающей подготовки студентов, определение основы медицинских знаний, как опоры для санитарно-гигиенической грамотности в процессе здоровьесберегающей подготовки.

Модуль 2 ассоциируется с овладением индивидуально-личностными стратегиями здоровьесберегающего поведения, проявляющимися в профессиональной деятельности:

– знание основных компонентов в структуре здоровьесберегающей подготовки;

– знание о значении ценностных ориентаций для управления здоровьесберегающей подготовкой;

– знания об анатомо-физиологических. психодинамических особенностях, механизмах гомеостатической регуляции в организме;

– знание факторов, влияющих на физическое, социальное и психологическое здоровье в процессе здоровьесберегающей подготовки;

– знание индивидуальных ресурсов и барьеров здоровьесберегающей подготовки;

– знание о способах рефлексии поведения для конструктивного разрешения противоречий в конфликтных ситуациях.

Модуль 3- организация и проведение самостоятельной деятельности

студентов направленной на выявление индивидуальных особенностей здоровьесберегающей подготовки с использованием средств рефлексивных и цифровых технологий: профилактика функциональных нарушений в организме, прогнозирование рисков возникновения заболеваний на основе самодиагностики и самоанализа, рефлексия здоровьесберегающего поведения, понимание своих индивидуальных ресурсов саморазвития в процессе здоровьесберегающей подготовки.

Модуль 3 включает:

- знание анатомо-физиологических, психодинамических особенностей с учетом их индивидуальности;

- знание о способах корректировки и развития индивидуальных стратегий на основе здоровьесберегающего самосознания;

- знание способов конструктивного взаимодействия субъектов образования в социуме с учетом индивидуальных особенностей восприятия и переработки информации:

- системные знания и целостное представление о составляющих компонентах здоровьесберегающей подготовки на основе личного опыта и мировидения.

Представленные модули последовательно раскрывают здоровьесберегающую подготовку студентов строительного колледжа с использованием следующих форм: авторская программа, проблемная лекция, лекция-визуализация, семинар-дискуссия, вебинары; и методов: проблемно-поисковый, эвристический, информационного ресурса (дискуссия, мозговой штурм, моделирование), средств: планшеты, смартфоны, веб-форумы, веб-энциклопедии, презентации, видеоконференции.

Основным звеном модели здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа является контекстно-модульная технология.

В процессе реализации контекстно-модульной технологии здоровьесберегающей подготовки были использованы активные формы

контекстного обучения (проблемная лекция, лекция-визуализация, семинар-дискуссия, анализ конкретной ситуации, вебинары); формы цифрового обучения (электронный образовательный портал ВГТУ, видеоконференции, общение в чате и по электронной почте) методы: проблемно-поисковый, эвристический, информационного ресурса.

Рассмотрим подробнее использованные нами формы работы в процессе реализации контекстно-модульной технологии.

Проблемная лекция основана на реализации принципа проблемности и строится как диалог преподавателя-лектора со студентами, в ходе которого проблема рассматривается с различных сторон и осуществляется поиск возможных решений поставленной проблемы. Проблемная лекция может проходить с использованием метода «мозгового штурма» на этапе анализа и поиска вариантов разрешения конкретной проблемной ситуации из профессиональной области, связанных с выбором стратегий здоровьесберегающего поведения.

Например, проблемная лекция по теме 4. «Основные факторы здорового образа жизни» проводится при изучении дисциплины «Биология человека» тема: «Анатомия и физиология сердечно-сосудистой системы»

Цель: Изучить анатомо-физиологические особенности и механизмы гомеостатической регуляции (на примере сердечно-сосудистой системы) для осознания значимости здоровьесберегающей подготовки для оптимального функционирования организма.

Саморегуляция в функционировании сердечно-сосудистой системы является приспособлением к взаимодействию с внешней средой на основе нейрогуморальной, эндокринной, иммунологической регуляции, направленным на достижение и поддержание относительного постоянства внутренней среды организма человека. Ее приспособительный характер обеспечивается индивидуальными анатомо-физиологическими особенностями и тренированностью сердца и сердечно-сосудистой системы к физическим нагрузкам. Ее анатомические особенности обеспечивают

функционирование данной системы органов. Изучая строение сердца и его функционирование, акцентируем внимание на зависимости частоты сердечных сокращений и силе выброса крови в аорту от тренированности организма. Студенты выясняют, что (объем перекачиваемой сердцем крови может изменяться от 6 до 30 литров за 1 минуту), а ответная реакция на нагрузку у спортсмена выражается в увеличении силы выброса крови в аорту, а у нетренированного человека увеличивается частота сердечных сокращений, что выступает фактором риска для развития сердечно-сосудистых патологий.

Последовательно раскрывая учебный материал, изучая особенности функционирования сердца и сердечно-сосудистой системы состоящей из сердца, артериальной и венозной систем, намечаем способы профилактики заболеваний сердечно-сосудистой системы, оптимальные условия функционирования и факторы риска возникновения заболеваний и нарушений в данной системы органов.

В ходе изучения материала обращаемся к личному опыту студентов о данной системе органов, определяем: какие заболевания характерны для данной системы органов, способы профилактики заболеваний. Для закрепления материала используется частично поисковый метод, предполагающий поиск ответов на вопросы при помощи цифровых средств (смартфон) по группам: 1 группа студентов выясняет какие заболевания характерны для данной системы органов, 2 группа определяет способы профилактики. Данные поиска по заявленным проблемам конспектируются в тетради. Студенты докладывают результаты поиска, дополняя ответы товарищей.

Вариантом закрепления материала может выступать терминологический кроссворд в готовой форме или составленный студентами самостоятельно из основных понятий и определений темы из 10-15 слов.

На практических занятиях проводится определение индивидуальных параметров тренированности сердечно-сосудистой системы на практической

работе 3 «Оценка адаптационных возможностей сердечно-сосудистой системы при функциональных пробах».

Также широко используются ситуационные задачи для определения профилактики заболеваний организма человека. Например «Женщина, 42 года, работает экономистом в строительной компании, не обедает, перекусывает диетическими йогуртами с выпечкой. Ее мать страдает диабетом 2 типа у бабушки ожирение. Определить факторы, способствующие ожирению, рассмотреть необходимость хирургических методов и дать рекомендации по изменению образа жизни».

Последовательно изучая темы занятий, учащиеся самостоятельно выявляют методы профилактики заболеваний организма человека, ранжируют их, формируют индивидуальную систему представлений, о здоровом образе жизни основанную на интеллектуальном поиске и личном опыте (Приложение 1).

Определена тематика самостоятельных и практических работ для определения индивидуально-личностных особенностей студентов в рамках дисциплины «Биология человека»

1. Исследование двигательной функции мышц. Динамометрия
2. Исследование остроты зрения.
3. Исследование остроты слуха.
4. Оценка адаптационных возможностей сердечно-сосудистой системы при функциональных пробах.
5. Определение индивидуального уровня физического здоровья.
6. Определение коэффициента физической активности человека.
7. Определение основного обмена веществ.

На практических занятиях дисциплины «Биология человека» определялось состояние анатомо-морфологических и физиологических особенностей (двигательная функция мышц, функциональное состояние сердечно-сосудистой системы, острота зрения и слуха, диагностика вестибулярного аппарата).

Следующей формой организации коллективной деятельности на занятиях является *семинар-дискуссия*, которая позволяет моделировать для студентов содержание и различные формы взаимодействия в профессиональной деятельности. Семинар-дискуссия в ходе практического занятия позволяет по-новому взглянуть в ходе обсуждения на проблему здоровьесберегающей подготовки. Семинар-дискуссия способствует развитию мотивации к здоровьесберегающей подготовке, творческого мышления, готовности к овладению различными стратегиями здоровьесберегающей подготовки при разрешении профессиональных задач.

Например, семинар-дискуссия проводится в рамках изучения дисциплины «Основы медицинских знаний» по теме 8 «Основы медицинских знаний, как опора для санитарно-гигиенической грамотности в процессе здоровьесберегающей подготовки». Проводится после изучения тем: Причины, клиника, первая помощь при неотложных состояниях сердечно-сосудистой, дыхательной, пищеварительной и выделительной систем.

Цель: Формирование мотивации к здоровьесберегающей подготовке, осознание личной, общественной, экономической ценности здоровья для самореализации.

Ход семинара-дискуссии:

1. Подготовка

Несколько студентов готовят сообщения по темам:

- 1) Биологическая ценность здоровья
- 2) Социальная ценность здоровья
- 3) Экономическая ценность здоровья
- 4) Эстетическая ценность здоровья
- 5) Этическая ценность здоровья

2. Основная часть

Все студенты вначале занятия получают анкету из 5 вопросов, в которой они должны определить ценность здоровья по двум параметрам:

1. Лично для себя;

2. Для государства.

После анкетирования студенты выступают с подготовленными сообщениями, после каждого из которых проходит диалогическое обсуждение, в результате которого студенты дополняют анкету новыми выводами.

3. *Выводы.*

В ходе семинара-дискуссии происходит формирование совместного опыта, с использованием личного опыта, ценности здоровья как общественной, социальной, экономической, эстетической ценности, что укрепляет мотивацию здоровьесберегающей подготовки, определяет доминирующую роль здоровья в системе ценностных ориентаций (Приложение 1).

Одной из форм организации процесса здоровьесберегающей подготовки является *анализ конкретной ситуации*. Проблемный характер обучения в процессе здоровьесберегающей подготовки активизирует познавательную активность на определение индивидуальных стратегий здоровьесберегающего поведения, способствует непринужденному выражению своего мнения, обеспечивает личностную причинность здоровьесберегающему поведению. В процессе анализа конкретных ситуаций устанавливается непринужденное, резонансное взаимодействие, возникает эмоционально-ценностное отношение к миру, к себе, стабилизируется самооценка. Постоянное использование анализа конкретных ситуаций в процессе обучения формирует способность аргументировать свою точку зрения, обозначить свои взгляды, позицию, формирует критичность мышления. Анализ конкретных ситуаций позволяет сравнить свои установки и предубеждения в области здоровьесберегающей подготовки с другими, переосмыслить их на основе рефлексии личного опыта и выработать новые более продуктивные здоровьесберегающие стратегии, с учетом индивидуальных особенностей.

Изучение дисциплины «Основы медицинских знаний» позволяет выявить общие подходы к профилактике различных заболеваний,

адаптационные возможности организма и индивидуальные особенности реагирования на лекарственные препараты, которые необходимо учитывать при лечении, оказывать первую медицинскую помощь при различных состояниях, что позволяет осмысливать ценность здоровья как ресурса для жизнедеятельности и самоопределения и применять в профессиональной деятельности по профессии – «17861 Регулировщик радиоэлектронной аппаратуры медицинского назначения» (Приложение 1).

Например, при изучении темы «Основы медицинских знаний в процессе проведения санитарно-профилактических мероприятий» студентам предлагается осмысление проблемы на основе анализа конкретной ситуации.

«В семье Ивановых двое детей Саша и Алеша. Утром мама определила у Алеши температуру-38,6, общее недомогание, других симптомов нет. Задание: проранжируйте по степени эффективности методы дезинфекции, дезинсекции и дератизации для профилактики заболевания остальных членов семьи.

1. Ультрафиолетовое облучение
2. Проветривание помещения
3. Использование хлорной извести
4. Использование ловушек
5. Стирка белья
6. Кипячение белья
7. Проглаживание белья
8. Мытье рук
9. Выколачивание одежды и постельных принадлежностей
10. Термическая обработка в сухожаровых шкафах
11. Влажная уборка помещения
12. Индивидуальная посуда
13. Средства индивидуальной защиты

Подобные задания применяются к различным инфекционным заболеваниям, это позволяет студентам анализировать эффективность профилактических мероприятий и закреплять гигиенические навыки профилактики заболеваний, что является основой здоровьесберегающей подготовки.

Важным элементом обучения выступает *лекция-визуализация* позволяющая наглядно представлять материалы, направленные на здоровьесберегающую подготовку. Использование лекции-визуализации предполагает предварительную постановку проблемы, которая обсуждается после представления рисунков, схем, видеофрагментов, презентации и т.п.

Пример лекции-визуализации, дисциплина «Основы медицинских знаний» по теме: «Первая помощь при аллергических реакциях».

Цель: Определить механизмы развития аллергических реакций, первую помощь и методы профилактики аллергических реакций при помощи презентации.

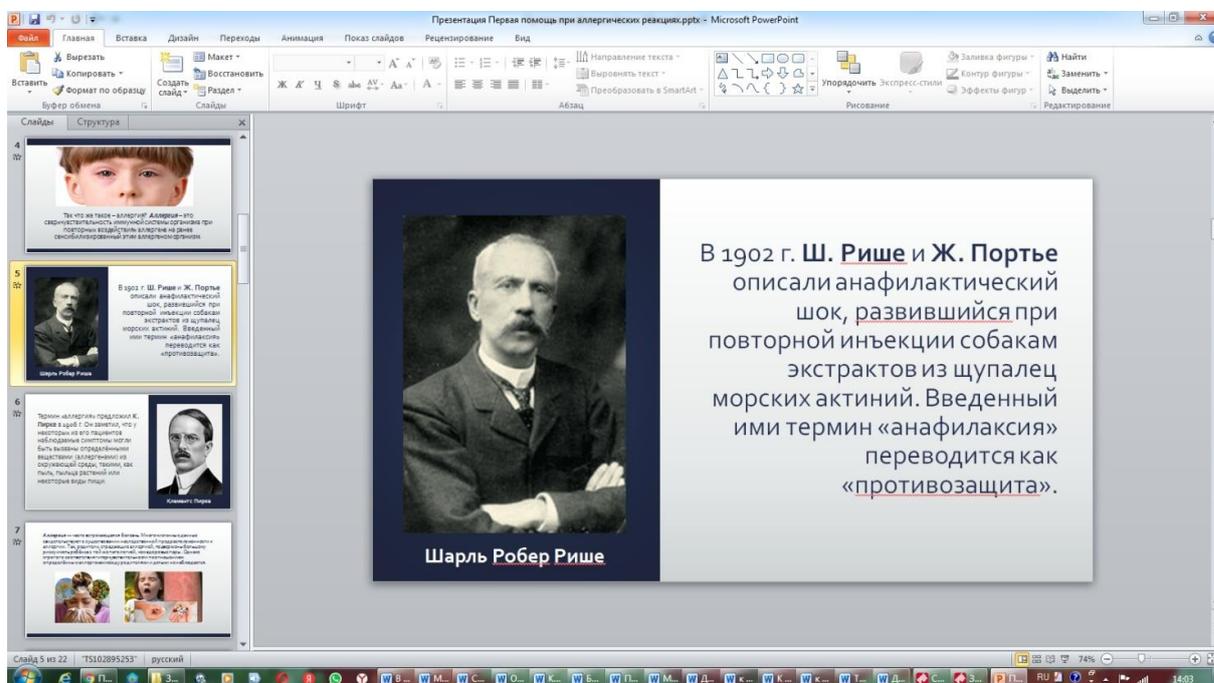


Рисунок 6 – Фрагмент лекции-визуализации по теме: «Первая помощь при аллергических реакциях».

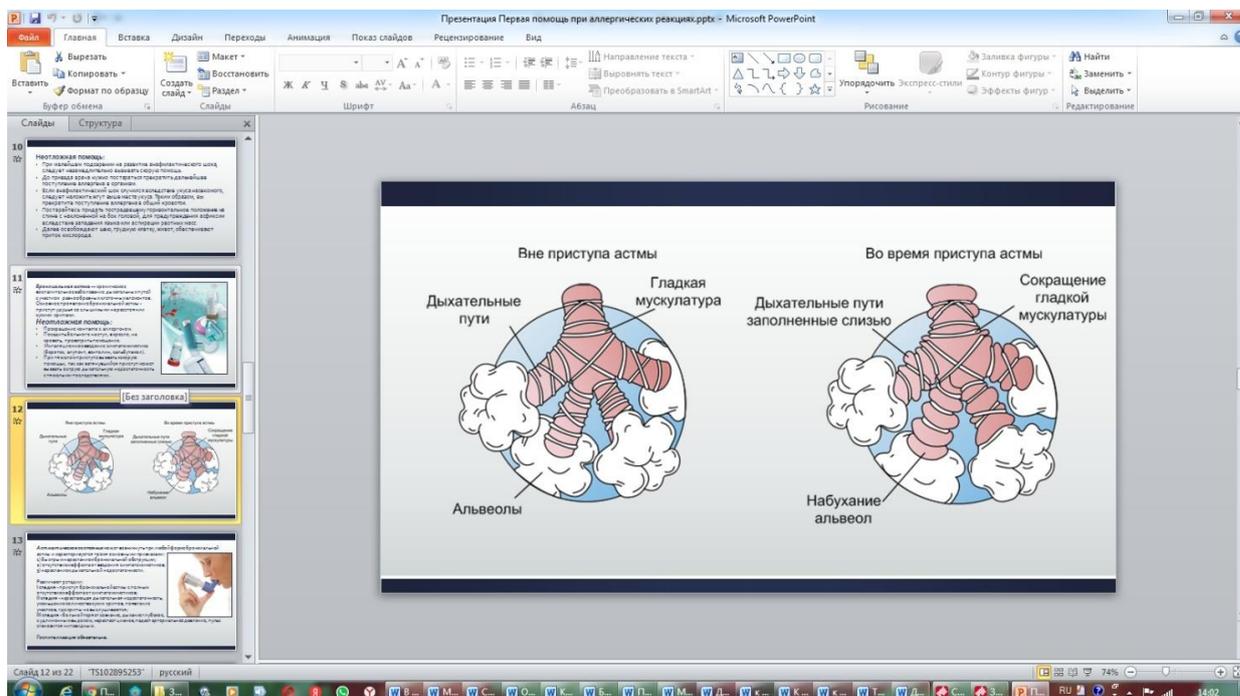


Рисунок 7 - Фрагмент лекции-визуализации по теме: «Первая помощь при аллергических реакциях».

Определена тематика самостоятельных и практических работ для определения индивидуально-личностных особенностей здоровьесберегающей подготовки в рамках дисциплины «Основы медицинских знаний»:

1. Факторы риска возникновения отдельных заболеваний и патологических состояний.
2. Восстановление спортивной работоспособности и тренированности
3. Биохимические основы спортивной тренировки
4. Питание спортсменов
5. Мышечная деятельность, индивидуальные особенности тренировки в зависимости от психодинамических особенностей
6. Индивидуальные особенности предстартовых состояний спортсменов.

На практических занятиях по дисциплине «Основы медицинских знаний» отрабатывались правила диагностики на догоспитальном этапе оказания первой медицинской помощи (при аллергических реакциях и судорожных состояниях, при острых отравлениях лекарственными и

препаратами бытовой химии, при неотложных состояниях опорно-двигательной, дыхательной, сердечно-сосудистой, пищеварительной и выделительной систем), формировались практические умения и навыки основ десмургии (способов наложения бинтовых повязок).

Дисциплина «Психология общения» дает теоретическую и практическую базу для определения индивидуальных личностных качеств: темперамент, способы восприятия и переработки информации, особенности эмоционально-волевой сферы.

В процессе обучения студенты определяют собственные индивидуальные качества и в процессе групповой работы могут сравнивать собственные стратегии и поведение в различных ситуациях с другими, что позволяет устанавливать причинно-следственную взаимосвязь личностных структур с успешностью индивидуальных стратегий здоровьесберегающей подготовки.

Определена тематика самостоятельных и практических работ для определения индивидуально-личностных особенностей здоровьесберегающей подготовки в рамках дисциплины «Психология общения»:

1. Самодиагностика и составление плана действий по коррекции результатов, мешающих здоровьесберегающему поведению.
2. Отработка навыков применения коммуникативных техник и приемов для здоровьесберегающей деятельности.
3. Индивидуально-личностные особенности использования сенсорных каналов в процессе здоровьесберегающей подготовки.
4. Решение ситуативных задач: «Как не стать жертвой манипулятора?»
5. Выявление структуры самоотношения личности и разработка сценариев здоровьесберегающего взаимодействия в межличностном общении.

6. Анализ произведенных конфликтов и составление алгоритма выхода из конфликтной ситуации с учетом индивидуально-личностных особенностей.

7. Разработка индивидуальной траектории здоровьесберегающего развития.

Последовательное изучение дисциплины «Психология общения» открывает перед студентами механизмы управления индивидуальными стратегиями на основе анализа конкретных ситуаций. Данная дисциплина изучается на 4 курсе, является завершающим дидактическим элементом здоровьесберегающей подготовки.

Содержание активных методов обучения позволяет интегрировать содержание разных дисциплин в практической деятельности, личного опыта обучающихся, а также включать соблюдение норм и требований, установленных в профессиональной сфере. Проблемный характер обучения придает постоянная направленность на определение векторов развития здоровьесберегающей подготовки для каждой темы при изучении каждой темы комплекса дисциплин.

Разработка индивидуальной траектории в процессе здоровьесберегающей подготовки дает возможность развивать рефлексивные способности и навыки самообразования, саморазвития, самоконтроля. С целью анализа и осмысления основных тем курса «Психология общения» разрабатывалась индивидуальная траектория студентов колледжа в процессе здоровьесберегающей подготовки.

Опорой для построения индивидуальной траектории здоровьесберегающей подготовки служит метод *портфолио*, который представляет собой набор документов, показывающих достижения студентов в сфере здоровьесберегающей подготовки.

Таблица 12.

Индивидуальная траектория здоровьесберегающей подготовки

Группа _____ Ф.И.О. _____

Число, месяц, год рождения _____

№	Индивидуальные особенности личности	Базовые качества личности	Стратегии здоровьесберегающей подготовки
1.	Темперамент _____ *Пр.р.№1		
2.	Ценностно-смысловая сфера личности Пр.р.№2	Цели (Терминальные) Средства (Инструментальные)	
3.	Самооценка _____ Пр.р.№3		
4.	Ведущий способ восприятия и переработки информации. _____ Пр.р.№4		
5.	Ведущие «Эго - состояния» по Э. Берну _____ Пр.р.№5		
6.	Стиль делового общения _____ Пр.р.№6		
7.	Стиль поведения в конфликтах Пр.р.№7		

В портфолио входят документы, определяющие личностные способности студентов в социальной, спортивной, учебной деятельности, собранные за период обучения в колледже. К ним относятся грамоты, дипломы, удостоверения, разработка индивидуальной траектории

здоровьесберегающей подготовки с учетом своих индивидуальных особенностей. Это позволяет студентам провести анализ и ретроспективную рефлексию своих достижений, представить на всеобщее обозрение свой личностный опыт, что служит средством стабилизации уровня самооценки, разработать индивидуальную, перспективную траекторию здоровьесберегающего развития.

Основными методами реализации здоровьесберегающей подготовки студентов на основе контекстно-модульной технологии выступили: *проблемно-поисковый* метод (позволяет находить новые способы решения проблемных заданий, анализировать многообразие вариантов выбора, приращивать недостающие знания, проводить рефлексию и устанавливать причинно-следственные связи между событиями); *самодиагностики* (выявляет индивидуально-личностные стратегии здоровьесберегающей подготовки), *обучение в сотрудничестве* (позволяет посредством установления субъектных отношений в процессе обучения создавать резонансное взаимодействие, при котором актуализируются внутренние механизмы саморазвития).

Этапы здоровьесберегающей подготовки реализуются на обновленном образовательном контенте (Модуль 1, 2, 3)

Этап I включает теоретический аспект здоровьесберегающей подготовки. На этом этапе изучались факторы здорового образа жизни, профилактика нарушений в области физического, социального, психологического здоровья, рассматривались взаимосвязь личностной позиции, самоотношения с индивидуальными стратегиями профилактики заболеваний и здоровьесберегающего поведения студентов в целом. На данном этапе работа проводилась на занятиях в аудитории и в режиме on-line в форме информационных лекций, семинаров, использовались цифровые средства обучения планшеты, ноутбуки, смартфоны для поиска и уточнения понятий темы, поиска дополнительного материала, аргументации своей точки зрения.

Этап II направлен на деятельностный аспект здоровьесберегающей подготовки с учетом индивидуальных особенностей студентов включает: работа в аудитории с использованием форм (семинары-дискуссии, анализ конкретных ситуаций); в режиме on-line с использованием средств (интерактивные модели, схемы, мультимедийная демонстрация, презентации). На данном этапе происходит установление взаимосвязи между здоровьесберегающей подготовкой и индивидуальными стратегиями студентов определяющих личностные паттерны поведения на основе рефлексии своих личностных качеств и стратегий деятельности. Этап II здоровьесберегающей подготовки студентов предполагает обучение с использованием анализа конкретных проблемных ситуаций, выявляющих здоровьесберегающую подготовку в контексте решения проблемных задач с использованием ситуативной, ретроспективной и перспективной рефлексии. Это позволяет активизировать личностный потенциал, установить «субъект-субъектное» взаимодействие в процессе обучения, обеспечить резонансное взаимодействие между участниками образовательного процесса, создать безопасный, благоприятный эмоциональный климат, который позволяет совместно «проживать» проблемные ситуации, включать механизмы рефлексии, что приводит к переосмыслению личностных стратегий и дает возможность перенормировать здоровьесберегающую позицию.

Этап III - организация самостоятельной деятельности студентов в процессе здоровьесберегающей подготовки: использованием цифровых средств (онлайн-тестирование, веб-энциклопедии). На этом этапе происходит осмысление материала и проведение самостоятельной работы студентами, включающей работу с цифровыми ресурсами, на электронном образовательном портале ВГТУ, посредством электронной почты, в режиме чата и очное общение между преподавателем и студентами. На Этапе III осуществляется самостоятельное рефлексирование индивидуально-личностных особенностей студентов, построение здоровьесберегающей

траектории личностного саморазвития, с учетом индивидуальных стратегий и барьеров формирования здоровьесберегающей подготовки.

Эффективность работы на формирующем этапе эксперимента проверялась на итоговом этапе.

Таблица 13.

Динамика здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа в ходе опытно-экспериментальной работы на формирующем и заключительном этапе (в % от выборки)

Критерии	Контрольная группа			Экспериментальная группа		
	Уровни			Уровни		
	Низкий, %	Средний, %	Высокий, %	Низкий, %	Средний, %	Высокий, %
Результаты формирующего этапа						
Ценностный	23,9	42,5	33,6	22,6	42,4	35,0
Знаниевый	27,8	52,4	19,8	22,2	54,6	23,2
Деятельностный	23,2	48,3	28,5	20,6	50,7	28,7
Рефлексивный	25,9	41,3	32,8	25,6	42,7	31,7
Результаты заключительного этапа						
Ценностный	18,5	43,2	36,3	16,9	48,2	38,9
Знаниевый	26,1	53,7	20,2	13,2	56,7	30,1
Деятельностный	22,1	49,0	28,9	9,9	59,3	30,8
Рефлексивный	24,5	42,6	32,9	17,8	45,6	36,6

Анализ результатов итогового контроля опытно-экспериментальной работы показывают значительное увеличение в экспериментальной группе количества студентов с высоким уровнем здоровьесберегающей подготовки (Таблица 13, рисунок 8) .



Рисунок 8 - Динамика уровней здоровьесберегающей подготовки студентов в экспериментальной группе на итоговом этапе эксперимента

При помощи U-критерия Манна-Уитни, а также критерия Вилкоксона проводилась статистическая проверка показателей здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа по итогам формирующего эксперимента.

Результаты исследования свидетельствуют о том, что в экспериментальной группе стало меньше студентов с низким уровнем здоровьесберегающей подготовки по показателям ценностного критерия (мотивационно-ценностный компонент): мотивы к здоровьесберегающей подготовке студентов; потребность в достижении успеха в процессе здоровьесберегающей подготовки студентов; ценностные ориентации к здоровьесберегающей подготовке студентов: с 22,6% данный показатель снизился до 16,9%.

Показатели ценностного критерия свидетельствуют о сформированности у студентов системы мотивов здоровьесберегающей подготовки; постоянному интересу к здоровьесберегающей подготовке; сформированной системе ценностных ориентаций к здоровьесберегающей подготовке.

Анализ показателей по знаниевому критерию (когнитивный компонент): системные знания в области здоровьесберегающей подготовки; осознание восприятия знания в процессе здоровьесберегающей подготовки;

самостоятельность и глубина суждений в процессе здоровьесберегающей подготовки показал, что количество студентов с низким уровнем знаний уменьшилось с 22,2% до 13,2%. По показателям знаниевого критерия студенты демонстрируют системные знания в области здоровьесберегающей подготовки, у обучающихся проявляется осознание восприятия знания в процессе здоровьесберегающей подготовки. Повышению уровня знаний и умений способствовали современные цифровые средства, особенно средства визуальной коммуникации (схемы, презентации и т.д.).

Улучшились показатели и по деятельностному критерию (деятельностный компонент): студенты из экспериментальной группы обнаруживают ярко выраженную направленность на здоровьесберегающую подготовку в контексте здоровьесберегающей деятельности, постоянное сознательное стремление к овладению различными стратегиями здоровьесберегающей подготовки; активную заинтересованность и способность к определению индивидуальных путей саморазвития и самообразования в процессе здоровьесберегающей подготовки, (данный показатель по низкому уровню снизился с 20,6% до 9,9 %). Динамика результатов по деятельностному критерию свидетельствует о готовности студентов к анализу своих поступков, о постоянном стремлении студентов к овладению различными стратегиями в процессе осуществления здоровьесберегающей деятельности, чему способствовало использование на занятиях различных цифровых средств.

Улучшились показатели и по рефлексивному критерию (рефлексивно-оценочный компонент): у студентов наблюдается особенно на высоком уровне осознание собственной ответственности за здоровьесберегающую подготовку, развитие профессионального самосознания; понимание своих индивидуальных особенностей, саморазвитие в процессе здоровьесберегающей подготовки.

Улучшение показателей по рефлексивному критерию проявилось в восприятии студентами самих себя как активных организаторов-участников

своей здоровьесберегающей деятельности на основе адекватной самооценки, (данный показатель по низкому уровню снизился с 25,6% до 17,8 %)

Таблица 14.

Уровневые характеристики здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на заключительном этапе эксперимента (ЭГ)

Уровни	Ценностный	Знаниевый	Деятельностный	Рефлексивный	Интегрированные результаты
Высокий	38,9	30,1	30,8	36,6	34,1
Средний	48,2	56,7	59,3	45,6	52,45
Низкий	16,9	13,2	9,9	17,8	14,45

Интегративные результаты итогов эксперимента показали увеличение количества студентов с высоким уровнем здоровьесберегающей подготовки: с 28,6% до 34,1%.

Увеличилось количество студентов колледжа, у которых наблюдается средний уровень показателей здоровьесберегающей подготовки: с 46,6% до 52,45%.

Студентов с низким уровнем здоровьесберегающей подготовки напротив стало меньше с 24,7% до 14,45% (Рисунок 9).

На *заключительном* этапе опытно-экспериментального обучения проводился анализ полученных экспериментальных данных, в ходе которого соотносились экспериментальные данные с заявленными целями и задачами опытно-экспериментальной работы, проводилась, интерпретация и статистическая обработка полученных результатов. Для статистической обработки результатов опытно-экспериментального обучения применялись методы математической статистики [178].

Оценка различий между двумя независимыми выборками осуществлялась посредством применения статистического U-критерия Манна-Уитни, который позволяет выявлять различия в значении параметра между малыми выборками.

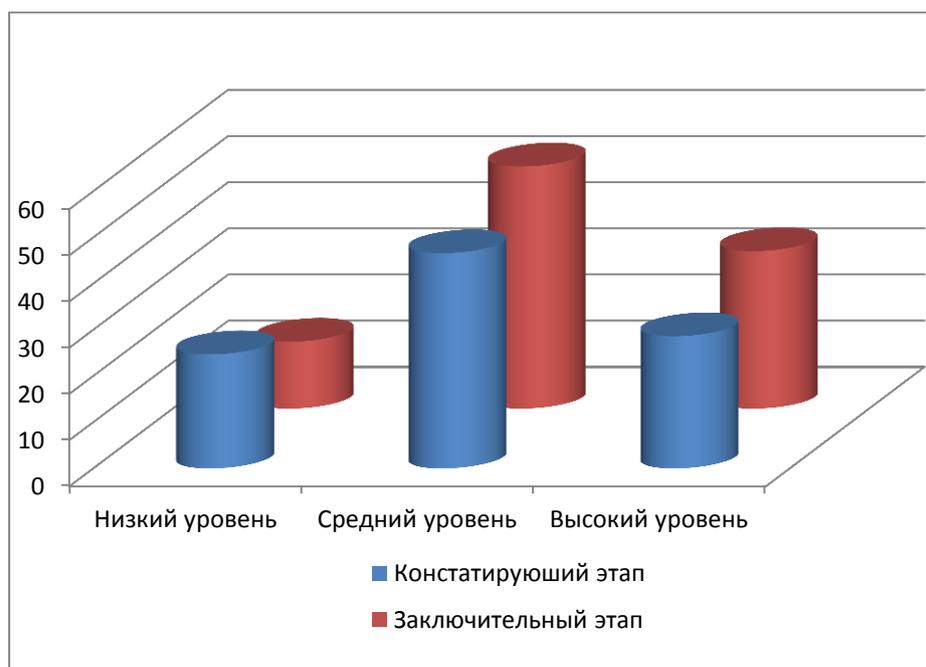


Рисунок 9 - Интегративные показатели динамики здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа в ходе опытно-экспериментальной работы (в % от выборки) на констатирующем и заключительном этапе эксперимента.

Кроме того, использование Критерия Вилкоксона. позволяет обнаружить различия между выборками, взятыми из закона распределения, отличного от нормального, либо измеренными с использованием порядковой шкалы.

Для расчета данных критериев было проведено ранжирование результатов тестирования студентов входе эксперимента. Ранжирования данных эксперимента дало возможность рассчитать сумму рангов для экспериментальной и контрольной групп, и определить z-значение для двухвыборочного критерия Вилкоксона, а также уровень статистической значимости по формуле:

$$\bar{W}_s = \frac{n_1(n_1 + n_2 + 1)}{2},$$

В которой n_1 и n_2 – количество наблюдений в группах 1 и 2;

Для расчёта стандартной ошибки (SE_{ws}) использовалась формула:

$$SE_{ws} = \sqrt{\frac{n_1 n_2 (n_1 + n_2 + 1)}{12}},$$

где z -значение для двухвыборочного критерия Вилкоксона вычислялось по формуле:

$$z = \frac{W_s - \bar{W}_s}{SE_{ws}},$$

где W_s – сумма рангов для первой группы.

Анализ полученных данных основывался на том, что если:

$z > 1,960$, то $p < 0,05$; $z > 2,576$, то $p < 0,01$; $z > 3,291$, то $p < 0,001$.

Значения от 95 %, 99 % до 99,9 % z -значений соответствуют значениям от -1,960 до +1,960; от -2,576 до +2,576 и от -3,291 до +3,291.

Критерий Манна-Уитни ($U_{эмп}$) определялся по формуле:

$$U_{эмп} = n_1 * n_2 + \frac{n_x * (n_x + 1)}{2} - T_x$$

В которой n_1 и n_2 – количество наблюдений в группах 1 и 2; n_x – количество наблюдений по группе, для которой рассчитывается критерий;

T_x – соответствует большему значению из ранговой корреляции.

Критическое значение U -критерия (при уровне значимости $\alpha = 0,01$) определяется по таблице Манна-Уитни, что составляет для результатов такой же размерности, как экспериментально изучаемая ($n_1 = 35, n_2 = 35$) $U_{кр} = 747$.

Значение $U_{эмп} < U_{кр}$, свидетельствует о различиях

Расчеты статистических показателей представлены в таблице 15.

Таблица 15.

**Расчет U критерия Манна-Уитни и непараметрического критерия
Вилкоксона**

Показатель	Значение
n_1	35
n_2	35
N	70
R_1	1454
R_2	1031
R_1+R_2	2485
$N/2*(N+1)$	2485
U_1	401
U_2	824
$U_{эмп}$	401
W_s	1456
$W_s(ср)$	1 263,5
SE_{ws}	84,2
z	2,48

Учитывая результаты расчётов ($z = 2,48$), гипотезу об отсутствии отличий между показателями уровней здоровьесберегающей подготовки у студентов колледжа в контрольной группе и экспериментальной группах можно отклонить ($p < 0,01$). Значение U-критерия показывает, что $U_{эмп} = 401$, это меньше, чем $U_{кр} = 747$, что выступает доказательством различий значений в контрольной группе и экспериментальной группах.

Таким образом, статистическая обработка эмпирических результатов доказала достоверность гипотезы: по итогам проведенного исследования имеют место статистически достоверные различия в уровне здоровьесберегающей подготовки у студентов строительного колледжа в исследуемых группах (КГ и ЭГ).

ВЫВОДЫ ПО ВТОРОЙ ГЛАВЕ

В процессе проведения опытно-экспериментальной работы были выявлены педагогические условия, обеспечивающие эффективную реализацию модели здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии: учет индивидуальных особенностей студентов колледжа; мотивы студентов к здоровьесберегающей подготовке, субъект-субъектное взаимодействие в процессе здоровьесберегающей подготовки; реализация контекстно-модульной технологии, основанной на обновленном образовательном контенте, включающем гибкую модульную систему (Модуль 1, Модуль 2, Модуль 3); внедрение авторской программы «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа».

Методологическим основанием контекстно-модульной технологии явились идеи (системный подход), концептуально раскрывающие здоровьесберегающую подготовку как систему, совмещающую в себе теоретические и практические аспекты, авторскую программу, средства цифровых технологий, проблемно-модульные методы; идеи (аксиологический подход), задающие направленность на мотивацию к здоровьесберегающему поведению, определяющие личностную ответственность в системе ценностных доминант за сохранение и укрепление здоровья, как системообразующий элемент нравственных норм личности студентов колледжа; идеи (субъектно-деятельностный подход), учитывающие индивидуально-личностные особенности студентов колледжа, проявляющиеся в специфическом характере преобразования и рефлексии предметной информации сквозь призму личностных механизмов восприятия и присвоения информации; идеи (компетентностный подход), определяющие компетентность, как «эталон оценки знаний, умений и навыков, полученных в процессе обучения», идеи, способствующие эффективному принятию решений и готовности к активным действиям в различных ситуациях,

открытости к новым знаниям и инновационным подходам; идеи контекстного подхода, как системообразующего, направленного на здоровьесберегающую подготовку студентов колледжа, моделирование предметного содержания здоровьесберегающей подготовки, выбор которого основан на мотивации и личностных смыслах студентов колледжа, развертывания проблемности содержания здоровьесберегающей деятельности.

В процессе здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа контекстно-модульная технология рассматривается как концептуально основанная на идеях модульного и контекстного обучения, включающая обновленный образовательный контент (Модуль 1, Модуль 2, Модуль 3, этапы здоровьесберегающей подготовки), создающий гибкую модульную систему, проявляющуюся в структуризации содержания обучения студентов колледжа с использованием рефлексивных и цифровых технологий, что обеспечивает эффективность здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа.

Опытно-экспериментальная работа была организована в форме педагогического эксперимента, включающего констатирующий, формирующий и итоговый эксперименты.

Констатирующий этап эксперимента включал разработку критериев, показателей, оценки эффективности модели здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа, отбор диагностических методик, с помощью которых проведено исследование здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа до формирующего этапа эксперимента и после внедрения модели здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа. Нами определены ценностный, знаниевый, деятельностный, рефлексивный критерии оценки эффективности предлагаемой модели, определены показатели и уровни их выраженности по каждому из критериев.

Целью формирующего этапа эксперимента явилась проверка достоверности гипотезы, педагогических условий и эффективности модели

здоровьесберегающей подготовки, контекстно-модульной технологии, основанной на авторской программе, включающей обновленный образовательный контент (Модуль 1, Модуль 2, Модуль 3, этапы здоровьесберегающей подготовки). Модуль 1 – знание о сохранении и укреплении здоровья; Модуль 2 – учет индивидуальных особенностей студентов колледжа в процессе здоровьесберегающей подготовки; Модуль 3 – организация и проведение самостоятельной деятельности с использованием рефлексивных и цифровых технологий.

Контекстно-модульная технология, основанная на авторской программе «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа», отличается тем, что ее теоретическими основаниями являются методологические подходы, практически она концептуально основана на идеях модульного, контекстного обучения, обновленном образовательном контенте, представляет собой систему, совмещающую в себе теоретические и практические аспекты, наиболее эффективные средства: видеоконференции, вебинары и др.; методы: проблемно-модульный, информационного ресурса и др., составляющие которых функционируют в синергетической взаимосвязи друг с другом, интегрируя обучение в аудиториях, цифровое обучение и самообучение. Этапы контекстно-модульной технологии реализуются на обновленном образовательном контенте: этап I- теоретический аспект здоровьесберегающей подготовки - работа в аудитории с использованием следующих форм (информационные лекции, практические занятия, семинары-дискуссии); цифровых средств обучения (планшеты, ноутбуки, смартфоны); этап II- деятельностный аспект здоровьесберегающей подготовки с учетом индивидуальных особенностей студентов включает: работа в аудитории с использованием форм (семинары-дискуссии, анализ конкретных ситуаций); в режиме on-line средств (интерактивные схемы, мультимедийная демонстрация, презентации); этап III – организация самостоятельной деятельности студентов в процессе здоровьесберегающей

подготовки с использованием цифровых средств обучения (онлайн-тестирование, веб-энциклопедии, видеоконференции).

Результаты опытно-экспериментальной работы подтвердили динамику уровней здоровьесберегающей подготовки от низкого до высокого, выдвинутая гипотеза исследования подтверждена, эффективность внедренной модели доказана.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В условиях глобальных изменений в системе образования в России, интеграции России в международное образовательное пространство, введение в учебный процесс цифровых технологий и в связи с этим ухудшение состояния здоровья студентов колледжа проблема здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа является актуальной и перспективной. С целью ее разработки необходим поиск инновационных технологий, средств, методов и форм организации здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа с устойчивой здоровьесберегающей позицией. В ходе исследования были выявлены противоречия, которые явились движущей силой, инициирующей здоровьесберегающую подготовку студентов колледжа.

Проведенная научная рефлексия основных методологических положений здоровьесберегающей подготовки показала, что обозначенные методологические подходы (системный, аксиологический, субъектно-деятельностный, компетентностный, контекстный) взаимодействуют и взаимодополняют друг друга и в то же время генерируют комплекс прогрессивных идей.

Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа строится на основе следующих принципов: структурной целостности (взаимосвязь, интеграция всех компонентов, совокупность которых формирует здоровьесберегающую подготовку); лично-центрированной направленности (в максимальной степени ориентирована на учет индивидуальных особенностей обучающихся в построении личностной картины мира); единство когнитивного и ценностного (ценностные ориентации выступают единой целостной системой внутренних условий, через которую преломляются все внешние воздействия); профессиональной направленности (становление и развитие обучающихся колледжа в контексте получения профессионального знания с использованием системы

профессиональных заданий, форм и средств); сотрудничества (организация самостоятельной деятельности субъектов образования путем выявления личностных механизмов и ресурсов саморазвития).

Реализация принципов позволила интегрировать все компоненты здоровьесберегающей подготовки, обеспечить их взаимодействие, органическую взаимосвязь для здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа.

Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа рассматривается как интегративная система, включающая совокупность знаний о сохранении и укреплении здоровья, понимание системы ценностных доминант, привычек, установок социума, мотивированная внутренними убеждениями, обеспечивающая готовность к здоровьесберегающему поведению и к успешному взаимодействию и сотрудничеству субъектов образования в здоровьесберегающей деятельности. Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа обеспечивается ее структурными компонентами: мотивационно-ценностным, когнитивным, деятельностным и рефлексивно-оценочным.

Здоровьесберегающая подготовка включает следующие особенности: взаимосвязь мотивационно-ценностных ориентаций студентов колледжа с индивидуально-личностными особенностями здоровьесберегающей деятельности; знание и понимание индивидуальных особенностей обучающихся колледжа на основе смысловых приоритетов, их опыта и мировидения; контекстно-модульная технология, основанная на обновленном образовательном контенте (Модуль 1, Модуль 2, Модуль 3, этапы здоровьесберегающей подготовки), создающем гибкую модульную систему, придающую вариативность разным этапам обучения, активизирующую способности студентов колледжа к анализу и самооценке своей здоровьесберегающей позиции в контексте здоровьесберегающей деятельности; включение студентов колледжа в здоровьесберегающую

подготовку; внедрение авторской программы «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа».

Раскрыть здоровьесберегающую подготовку студентов колледжа, содержание и связи между структурными компонентами здоровьесберегающей подготовки позволяет метод моделирования. Моделирование позволяет исследовать процессы и явления, протекающие в естественных условиях. Многочисленные исследования подтверждают возможность эффективного применения методов моделирования при изучении процессов недоступных прямому наблюдению, экспериментальному воспроизведению, несмотря на всю упрощенность составленной модели, которая способна спрогнозировать вероятностный характер развития изучаемого явления. К очевидным преимуществам применения метода моделирования к изучению здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии относятся возможности, позволяющие анализировать данный процесс по частям и элементам, углубить понимание внешних и внутренних связей изучаемого процесса, корректировать данные о предмете исследования, прогнозировать перспективы исследования и получения новых знаний о процессе здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа.

Модель здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии является теоретически выстроенной совокупностью методологических подходов, принципов, форм, способов и средств по обеспечению качественного обучения студентов колледжа по авторской программе «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа».

Разработанная нами модель здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа включает следующие блоки:

Методологический блок (цель, подходы и принципы);

Содержательный блок (Модули 1,2,3), создающие гибкую модульную систему, основанную на обновленном образовательном контенте предметного содержания дисциплин;

Процессуальный блок включает основные этапы здоровьесберегающей подготовки, формы, методы, средства, реализованные в контекстно-модульной технологии;

Диагностический блок включает критерии, показатели: ценностный (мотивы к здоровьесберегающей подготовке студентов; потребность в достижении успеха; ценностные ориентации в здоровьесберегающей подготовке студентов колледжа); знаниевый (системные знания в здоровьесберегающей подготовке; осознание восприятия знания; самостоятельность и глубина суждений в процессе здоровьесберегающей подготовки); деятельностный (овладение различными стратегиями здоровьесберегающей подготовки; проявление здоровьесбережения во всех сферах деятельности; саморазвитие и самообразование в области здоровьесберегающей подготовки); рефлексивный (развитие здоровьесберегающего самосознания; осознание собственной ответственности за здоровье; понимание своих индивидуальных особенностей, саморазвитие в процессе здоровьесберегающей подготовки); уровни (высокий, средний, низкий).

Методологическим основанием контекстно-модульной технологии явились идеи (системный подход), концептуально раскрывающие здоровьесберегающую подготовку как систему, совмещающую в себе теоретические и практические аспекты, авторскую программу, средства цифровых технологий, проблемно-модульные методы; идеи (аксиологический подход), задающие направленность на мотивацию к здоровьесберегающему поведению, определяющие личностную ответственность в системе ценностных доминант за сохранение и укрепление здоровья, как системообразующий элемент нравственных норм личности студентов колледжа; идеи (субъектно-деятельностный подход),

учитывающие индивидуально-личностные особенности студентов колледжа, проявляющиеся в специфическом характере преобразования и рефлексии предметной информации сквозь призму личностных механизмов восприятия и присвоения информации; идеи (компетентностный подход), определяющие компетентность, как «эталон оценки знаний, умений и навыков, полученных в процессе обучения», идеи, способствующие эффективному принятию решений и готовности к активным действиям в различных ситуациях, открытости к новым знаниям и инновационным подходам; идеи контекстного подхода, как системообразующего, направленного на здоровьесберегающую подготовку студентов колледжа, моделирование предметного содержания здоровьесберегающей подготовки, выбор которого основан на мотивации и личностных смыслах студентов колледжа, развертывания проблемности содержания здоровьесберегающей деятельности.

Контекстно-модульная технология рассматривается как гибкая модульная система, концептуально основанная на идеях модульного и контекстного обучения, включающая обновленный образовательный контент (Модуль 1, Модуль 2, Модуль 3, этапы здоровьесберегающей подготовки), проявляющийся в структуризации предметного содержания обучения студентов колледжа от квази-профессионального к собственно профессиональному, с использованием рефлексивных и цифровых технологий, что обеспечивает эффективность здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа.

Задачи контекстно-модульной технологии: провести диагностику уровня знаний студентов колледжа о здоровьесберегающей подготовке; разработать авторскую программу «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа»; разработать теоретический аспект здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа (Модуль 1): выявить индивидуальные особенности студентов колледжа в процессе овладения различными стратегиями здоровьесберегающей подготовки (Модуль 2); организовать

самостоятельную деятельность студентов колледжа с учетом их индивидуальных особенностей с использованием рефлексивных и цифровых технологий (Модуль 3).

Анализ описанных технологий (2.2) показал, что в них недостаточно представлена теоретико-практическая деятельность, методологическое обоснование, не раскрыт содержательный контент подготовки, моделирующий предметную деятельность обучающихся с помощью модулей, этапов, направленных на овладение здоровьесберегающей деятельностью от квази-профессиональной к собственно профессиональной, не используются формы, средства и методы рефлексивных и цифровых технологий, что возможно репрезентировать в контекстно-модульной технологии здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа.

С целью организации и проведения опытно-экспериментальной работы по реализации модели здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии, выявлены педагогические условия, реализована контекстно-модульная технология на основе авторской программы, как средство здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа, проведен анализ хода и результатов опытно-экспериментальной работы.

Выявлены педагогические условия: учет индивидуальных особенностей студентов колледжа; мотивы студентов к здоровьесберегающей подготовке, субъект-субъектное взаимодействие в процессе здоровьесберегающей подготовки; обновление содержания модулей (1,2,3) контекстно-модульной технологии здоровьесберегающей подготовки; реализация авторской программы «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа».

Контекстно-модульная технология, основанная на авторской программе «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа», представляет собой систему, совмещающую в себе теоретические и практические аспекты, наиболее эффективные средства: видеоконференции, вебинары и др.; методы: проблемно-модульный, информационного ресурса и др.,

составляющие которых функционируют в синергетической взаимосвязи друг с другом, интегрируя обучение в аудиториях, цифровое обучение и самообучение. Определены три этапа: этап I- теоретический аспект здоровьесберегающей подготовки - работа в аудитории с использованием следующих форм (информационные лекции, практические занятия, семинары-дискуссии); цифровых средств обучения (планшеты, ноутбуки, смартфоны); этап II- деятельностный аспект здоровьесберегающей подготовки с учетом индивидуальных особенностей студентов включает: работа в аудитории с использованием форм (семинары-дискуссии, анализ конкретных ситуаций); в режиме on-line средств (интерактивные схемы, мультимедийная демонстрация, презентации); этап III – организация самостоятельной деятельности студентов в процессе здоровьесберегающей подготовки с использованием цифровых средств обучения (онлайн-тестирование, веб-энциклопедии, видеоконференции).

Результаты опытно-экспериментальной работы подтверждены данными математической статистики. Использование данных математической статистики показало возможность эффективной динамики роста уровней здоровьесберегающей подготовки от низкого к высокому. Подтверждена выдвинутая гипотеза и доказана эффективность разработанной модели.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Абаскалова, Н. П. Системный подход в формировании здорового образа жизни субъектов образовательного процесса «Школа-вуз» / Н. П. Абаскалова. – Новосибирск : Новосибирский государственный педагогический университет, 2001. – 316 с. -ISBN 5-85921-228-3. -Текст : непосредственный.

2. Абаскалова, Н. П. Теория и практика формирования ЗОЖ учащихся и студентов в системе «Школа-ВУЗ» : специальность 13.00.01 «Общая педагогика, история педагогики и образования» : автореферат диссертации на соискание ученой степени доктора педагогических наук / Абаскалова Надежда Петровна ; Барнаульский государственный педагогический университет. – Барнаул, 2000.– 48 с. – Текст : непосредственный.

3. Абдуллина, О. А. Общепедагогическая подготовка учителя в системе высшего педагогического образования для педагогических специальностей высших учебных заведений / О. А. Абдуллина. – 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Просвещение, 1990. – 138 с. -ISBN 5-09-001738-7. – Текст : непосредственный.

4. Абульханова-Славская, К. А. Психология и сознание личности (Проблемы методологии, теории и исследований реальной личности) : Избранные психологические труды / К. А. Абульханова. – Москва : Московский психолого-социальный институт ; Воронеж : НПО «Модек», 1999. – 224 с. -ISBN 5-89502-067-4. – Текст : непосредственный.

5. Адлер, А. Воспитание детей. Взаимодействие полов / А. Адлер. – Ростов-на-Дону : Феникс, 1998. – 448 с. -ISBN 5-222-00308-6. – Текст : непосредственный.

6. Айзман, Р. И. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебное пособие / Р. И. Айзман, В. Б. Рубанович, М. А. Суботялов. – 3-е изд., стереотипное. – Новосибирск : Сибирское университетское издательство, 2017. – 214 с. – ISBN 978-5-379-02007-1. – Текст : непосредственный.

7. Амосов, Н. М. Раздумья о здоровье / Н. М. Амосов. - Москва : Молодая гвардия, 1979. – 191 с. – Текст : непосредственный.

8. Ананьев, Б. Г. Избранные труды по психологии. В двух томах. Том 1. Очерки психологии. История русской психологии / Б. Г. Ананьев. - Санкт-Петербург : Изд-во Санкт-Петербургского университета, 2007. – 412 с. -ISBN 978-5-288-04395-6. – Текст : непосредственный.

9. Ананьев, В. А. Психология здоровья. Концептуальные основы психологии здоровья / В. А. Ананьев. – Санкт-Петербург: Речь, 2006. – 384 с. -ISBN 5-9268-0486-8. – Текст : непосредственный.

10. Андреев, В. И. Педагогика творческого саморазвития: Инновационный курс : в 2 книгах / В. И. Андреев. – Казань :Изд-во Казанского университета, 1996. – 2 кн. -ISBN 5-7464-1219-8. – Текст : непосредственный.

11. Анисимов, С. Ф. Теория ценностей в отечественной философии XX века (очерк истории) / С. Ф. Анисимов. – Текст : непосредственный // Вестник Московского университета. Серия 7: Философия. – 1994. – № 4. – С. 34–42.

12. Аристова, И.В., Молодожникова, Н.М. Теоретический аспект формирования здоровьесберегающей позиции студентов в вузе. Антропологические науки в образовании: монография /Аристова И.В., Молодожникова Н.М. [и др.]. – Воронеж: Издательско-полиграфический центр «Научная книга», 2018. – С. 50-58.-ISBN 978-5-4446-1213-2. - Текст : непосредственный.

13. Аристова, И. В. Модель формирования здоровьесберегающей позиции студента в ВУЗе / И. В. Аристова, Э. П. Комарова. -Текст : непосредственный // Проблемы современного педагогического образования. - 2020. - № 69-1. - С. 248-251.

14. Аристова, И. В. Проблема формирования здоровьесберегающей позиции студентов в вузе. / И. В. Аристова.Э. П. Комарова.– Текст :

непосредственный // Вестник Воронежского государственного университета. Серия: Проблемы высшего образования. – 2020.– № 1. – С. 56-60.

15. Аристова, И. В. Синергетический принцип организации образовательной среды / И. В. Аристова. – Текст : непосредственный // Научный вестник воронежского государственного архитектурно-строительного университета. Серия: социально-гуманитарные науки. - 2013. - № 1 (1). - С. 182-192.

16. Асмолов, А. Г. Психология личности: принципы общепсихологического анализа / А. Г. Асмолов. – Москва : Смысл : Академия, 2002. – 416 с. – ISBN 5-89357-101-0. – Текст : непосредственный.

17. Бабанский, Ю. К. Интенсификация процесса обучения / Ю. К. Бабанский. - Москва : Знание, 1987. – 372 с. – Текст : непосредственный.

18. Баевский, Р. М. Прогнозирование состояний на грани нормы и патологии / Р. М. Баевский. – Москва : Медицина, 1979. – 295 с. – Текст : непосредственный.

19. Байденко, В. И. Компетентностный подход к проектированию государственных образовательных стандартов высшего профессионального образования (методологические и методические вопросы) / В. И. Байденко. – Москва : ИЦПКПС, 2005. – 114 с. – Текст : непосредственный.

20. Бахтин, М. М. К философии поступка / М. М. Бахтин. -Текст : непосредственный // Философия и социология науки и техники : ежегодник 1984-1985. – Москва : Академический научно-издательский, производственно-полиграфический и книгораспространительский центр Наука, 1986. – С. 80-160.

21. Беликов, В. А. Образование. Деятельность. Личность : монография / В. А. Беликов. – Москва : Академия Естествознания, 2010. – 310 с. -ISBN 978-5-91327-090-0. -Текст : непосредственный.

22. Беспалько, В. П. Педагогика и прогрессивные технологии обучения / В. П. Беспалько. - Москва :Институт профессионального образования

Министерства образования России, 1995. – 336 с. – Текст : непосредственный.

23. Беспалько, В. П. Слагаемые педагогической технологии / В. П. Беспалько. – Москва : Педагогика, 1989. – 190 с. – ISBN 5-7155-0099-0. – Текст : непосредственный.

24. Бехтерев, В. М. Личность и условия ее развития и здоровья / В. М. Бехтерев. – 2-е изд. – Санкт-Петербург : К. Л. Риккер, 1905. – 43 с. – Текст : непосредственный.

25. Блауберг, И. В. Становление и сущность системного подхода / И. В. Блауберг, Э. Г. Юдин. – Москва : Наука, 1973. – 270 с. – Текст : непосредственный.

26. Бодалев, А. А. Вершина в развитии взрослого человека: характеристики и условия достижения / А. А. Бодалев. – Москва : Флинта : Наука, 1998. – 168 с. – ISBN 5-89349-105-х. – Текст : непосредственный.

27. Божович, Л. И. Изучение мотивации детей и подростков / Л. И. Божович. – Москва: Просвещение, 1972. – 254 с. – Текст : непосредственный.

28. Божович, Л. И. Психологические закономерности формирования личности в онтогенезе / Л. И. Божович. - Текст : непосредственный // Психология развития и возрастная психология : хрестоматия. - Москва :Международный независимый эколого-политологический университет, 2001. -ISBN 5-7383-0179-Х. – Часть 1. – С. 78-81.

29. Бондаревская, А. И. Культурно-образовательное пространство вуза как среда профессионально-личностного саморазвития студентов : специальность 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» : автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Бондаревская Алина Игоревна ; Ростовский государственный педагогический университет. – Ростов-на-Дону, 2004. – 23 с. – Текст : непосредственный.

30. Бондаревская, Е. В. Педагогика: личность в гуманистических теориях и системах воспитания : учебное пособие для студентов средних и высших педагогических учебных заведений, слушателей ИПК и ФПК / Е. В. Бондаревская, С. В. Кульневич. – Москва ; Ростов-на-Дону : Творческий центр «Учитель», 1999. – 560 с. – Текст : непосредственный.

31. Бондырева, С. К. Психолого-педагогические проблемы интегрирования образовательного пространства : избранные труды / С. К. Бондырева ; Российская академия образования , Московский психолого-социальный институт. - 3-е изд., стер. - Москва : Изд-во Московского психолого-социального института ; Воронеж : МОДЭК, 2011. – 351 с.-ISBN 978-5-9770-0579-1. – Текст : непосредственный.

32. Борытко, Н. М. Гуманитарные принципы профессионального образования педагога-воспитателя в системе непрерывного образования / Н. М. Борытко. – Текст : непосредственный // Известия Волгоградского государственного педагогического университета. – 2012. – № 11. – С. 41–46.

33. Борытко, Н. М. Теория и практика становления профессиональной позиции педагога воспитателя в системе непрерывного образования : специальность 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» : диссертация на соискание ученой степени доктора педагогических наук / Борытко Николай Михайлович ; Волгоградский государственный педагогический университет. - Волгоград, 2001. – 275 с. – Текст : непосредственный.

34. Братусь, Б. С. К проблеме человека в психологии / Б. С. Братусь. – Текст : непосредственный // Вопросы психологии. – 1997. – № 5. – С. 3–19.

35. Брехман, И. И. Проблема обучения человека здоровью / И. И. Брехман. -Текст : непосредственный // Валеология: Диагностика, средства и практика обеспечения здоровья : Международный сборник научных трудов. - Владивосток : Дальнаука, 1995. - Вып. 2. - С. 40–49.

36. Брушлинский, А. В. Интеллектуальный потенциал личности и решение нравственных задач / А. В. Брушлинский, Л. В. Темнова. – Текст :

непосредственный // Психология личности в условиях социальных изменений : сборник статей / под редакцией К. А. Абульхановой-Славской, М. И. Володиковой. – Москва : Изд-во Института психологии РАН, 1993. – ISBN 5-201-02174-3.– С. 42–56.

37. Варламова, Е. П. Психология творческой уникальности человека: рефлексивно-гуманистический подход / Е. П. Варламова, С. Ю. Степанов. – 2-е изд., перераб. и дополн. – Москва : Изд-во Института психологии РАН, 2002. – 256 с. -ISBN 5-9270-0026-6. – Текст : непосредственный.

38. Васильева, О. С. Психология здоровья человека / О. С. Васильева, Ф. Р. Филатов. - Москва : Академия, 2001. – 352 с. -ISBN 5-7695-0820-5. – Текст : непосредственный.

39. Вербицкий, А. А. Контекстное образование в вузе: теория и технологии / А. А. Вербицкий. – Текст : непосредственный // Профессиональное и высшее образование: вызовы и перспективы развития : коллективная монография / С. Т. Чистякова [и др.]. – Москва : Экон-Информ, 2018. – ISBN 978-5-9500963-7-2. – С. 64–71.

40. Вербицкий, А. А. Парадоксы реформирования образования / А. А. Вербицкий. – Текст : непосредственный // Актуальные проблемы профессионального образования: подходы и перспективы : материалы X Международной научно-практической конференции. – Воронеж : Научная книга, 2012. – ISBN 978-5-905654-93-0. – С. 14–17.

41. Вербицкий, А. А. Психология и педагогика контекстного образования: коллективная монография / А. А. Вербицкий [и др.]. – Москва ; Санкт-Петербург : Нестор-История, 2018. – 416 с. – ISBN 978-5-4469-1360-2. – Текст : непосредственный.

42. Вербицкий, А. А. Теория и технология контекстного образования учебное пособие / А. А. Вербицкий. – Москва : Московский педагогический государственный университет, 2017. – 248 с. – ISBN 978-5-4263-0384-3.– Текст : непосредственный.

43. Вербицкий, А. А. Новая образовательная парадигма и контекстное обучение : монография / А. А. Вербицкий. - Москва : Исследовательский центр проблем качества подготовки специалистов, 1999. – 75 с. – Текст : непосредственный.

44. Вербицкий, А. А. Активное обучение в высшей школе: контекстный подход / А. А. Вербицкий – Москва : Высшая школа, 1991. -204 с. - ISBN 5-06-002079-7. -Текст : непосредственный.

45. Вербицкий, А. А. Глоссарий терминов и понятий контекстного обучения / А. А. Вербицкий. - Текст : непосредственный // Контекстное обучение: теория и практика : межвузовский сборник научных трудов. – Москва : Альфа, 2004. – ISBN 5-8288-0651-3. – Выпуск 1. – С. 3-19.

46. Вершловский, С. Г. Социально-педагогические проблемы профессионального становления учителя / С. Г. Вершловский. - Текст : непосредственный // Особенности социально-профессиональной позиции молодых учителей : сборник научных трудов. - Ленинград : Научно-исследовательский институт общества образования взрослых, 1981. - С. 6–22.

47. Вишнякова, С. М. Профессиональное образование : словарь : ключевые понятия, термины, актуальная лексика / С. М. Вишнякова. – Москва : Новь,1999. – 538 с. – ISBN 5-89714-013-8. – Текст : непосредственный.

48. Выготский, Л. С. Лекции по педологии / Л. С. Выготский. – Ижевск : Изд-во Удмуртского университета, 1996. – 296 с. -ISBN 5-7029-0402-8. -Текст : непосредственный.

49. Выготский, Л. С. Проблема возраста / Л. С. Выготский. – Москва : Педагогика, 1996. – 512 с. -Текст : непосредственный.

50. Выготский, Л. С. Педагогическая психология / Л. С. Выготский ; под редакцией В. В. Давыдова. - Москва : Педагогика-Пресс, 1996. – 536 с. ISBN 5-7155-0747-2. -Текст : непосредственный.

51. Выготский, Л. С. Психология / Л. С. Выготский. – Москва : Апрель пресс : Эксмо-Пресс, 2000. – 1008 с. -ISBN 5-04-004708-8. -Текст : непосредственный.

52. Выготский, Л. С. Психология развития / Л. С. Выготский. – Москва : Смысл ; Эксмо, 2005. – 1136 с. – ISBN 5-699-13731-9. – Текст : непосредственный.

53. Гельвеций, К. А. О человеке / К. А. Гельвеций ; перевод с французского Павла Юшкевича. - Санкт-Петербург : Азбука, Азбука-Аттикус, 2021. – 700 с. - ISBN 978-5-389-20071-5. – Текст непосредственный.

54. Гиппократ О здоровом образе жизни / Гиппократ. -Текст непосредственный // Клятва. Закон о враче. Наставления. – Минск : Современный литератор, 1998. -ISBN 985-6524-01-6. - С. 115.

55. Головин, С. Ю. Словарь психолога-практика / С. Ю. Головин. – 2-е изд., перераб. и доп. – Минск : Харвест, 2007. – 976 с. – ISBN 978-985-13-9701-9. -Текст непосредственный.

56. Граевская, Н. Д. Бодрость и здоровье / Н. Д. Граевская. – Москва : Медицина, 1979. – 76 с. – Текст : непосредственный.

57. Давыдов, В. В. Проблемы развивающего обучения: опыт теоретического и экспериментального психологического исследования / В. В. Давыдов. – Москва : Педагогика, 1986. – 240 с. – Текст : непосредственный.

58. Даль, В. И. Толковый словарь живого великорусского языка. В 4 томах. Том 3 / В. И. Даль. – Москва : Русский язык, 1989. – 555 с. -ISBN 5-200-00165-X -Текст : непосредственный.

59. Двоеносов, В. Г. Здоровье студента как один из факторов повышения конкурентоспособности специалиста / В. Г. Двоеносов, Р. А. Юсупов. - Текст : непосредственный // Вестник Казанского технологического университета. – 2006. - № 6. - С. 194-201.

60. Деркач, А. А. Психология развития профессионала / А. А. Деркач, В. Г. Зазыкин, А. К. Маркова. – Москва : Изд-во Российской академии государственной службы, 2000. – 269 с. – Текст : непосредственный.

61. Дзятковская, Е. Н. Здоровьесберегающие образовательные технологии: новые акценты / Е. Н. Дзятковская. – Текст : электронный // Психология здоровья и личностного роста. – 2010. – № 1. – URL: https://iro86.ru/images/documents/Obr._Deyat/umo/zdorovesberegauishie_technology.pdf (дата обращения: 29.09.2020).

62. Дистервег, А. В. Избранные педагогические сочинения / А. В. Дистервег. – Москва : Учпедгиз, 1956. – 374 с. – Текст : непосредственный.

63. Дружилов, С. А. Здоровый образ жизни как целесообразная активность человека / С. А. Дружилов. – Текст : непосредственный // Современные научные исследования и инновации. – 2016. – № 4. – С. 654-648.

64. Емельянов, Ю. Н. Активное социально-психологическое обучение / Ю. Н. Емельянов. – Ленинград : Изд-во Ленинградского университета, 1985. – 167 с. – Текст : непосредственный.

65. Жигайло, Н. И. Психология духовного становления студентов высших учебных заведений : специальность 19.00.07 «Педагогическая психология» : автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата психологических наук / Жигайло Наталья Игоревна ; Институт психологии имени Г. С. Костюка. – Киев, 2010. – 27 с. – Текст : непосредственный.

66. Жук, О. Л. Педагогическая подготовка студентов: компетентностный подход / О. Л. Жук. – Минск : Республиканский институт высшей школы, 2009. – 336 с. – ISBN 978-985-500-235-3. – Текст : непосредственный.

67. Загвязинский, В. И. Исследовательская деятельность педагога : учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений / В. И. Загвязинский. – Москва : Академия, 2006. – 176 с. -ISBN 5-7695-2711-0. – Текст : непосредственный.

68. Залевский, Г. В. Антропологическая психология: биопсихосоциоэтическая модель развития личности и ее здоровья / Г. В. Залевский, В. Г. Залевский, Ю. В. Кузьмина. -Текст : непосредственный // Сибирский психологический журнал. - 2010. - № 33. - С. 99-104.
69. Зеер, Э. Ф. Образовательная среда колледжа как фактор формирования развивающего профессионально-образовательного пространства студентов / Э. Ф. Зеер, И. В. Мешкова. -Текст : непосредственный // Мир психологии. - 2008. - № 2. – С. 205-211.
70. Зеер, Э. Ф. Психология профессий / Э. Ф. Зеер. – Москва : Академический проект, 2008. – 117 с. -ISBN 978-5-8291-1098-7. - Текст : непосредственный.
71. Зимняя, И. А. Педагогическая психология : учебник для вузов / И. А. Зимняя. – 2-е изд., испр., перераб. и доп. – Москва : Логос, 2005. – 384 с. – ISBN 5-94010-018-X. – Текст : непосредственный.
72. Зимняя, И. А. Ключевые компетенции – новая парадигма результата образования / И. А. Зимняя. – Текст : непосредственный // Высшее образование сегодня. – 2003. – № 5. – С. 34–42.
73. Иванова, С. А. Мотивация на 100 %. А где же у него кнопка? / С. А. Иванова. - 8-е изд. – Москва : Альпина Паблишер, 2013. – 285 с. -ISBN 978-5-9614-2268-9. -Текст : непосредственный.
74. Игнатьева, С. Г. Роль здоровьесберегающих технологий в формировании духовности младших школьников / С. Г. Игнатьева. -Текст : непосредственный // Роль учителя в системе формирования духовности российского общества : материалы Всероссийской научно-практической конференции. – Чебоксары : Чувашский государственный педагогический университет, 2009.– С. 101–103.
75. Изуткин, Д. А. Формирование здорового образа жизни / Д. А. Изуткин. -Текст : непосредственный // Советское здравоохранение. – 1984. - № 11. - С. 8-11.

76. Ильин, Е. П. Психология общения и межличностных отношений / Е. П. Ильин. – Санкт-Петербург : Питер, 2009. – 576 с. – ISBN 978-5-388-00425-3. – Текст : непосредственный.

77. Ипполитова, Н. В. Анализ понятия «педагогические условия»: сущность, классификация / Н. В. Ипполитова. – Текст : непосредственный // General and Professional Education. – 2012. – № 1. – С. 8–14.

78. Исаев, И. Ф. Профессионально-педагогическая культура преподавателя : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / И. Ф. Исаев. – Москва : Академия, 2002. – 208 с. – ISBN 5-7695-0901-5. – Текст : непосредственный.

79. Исмаилова, З. К. Роль правил проектирования и планирования технологии обучения на лекционных занятиях при подготовке будущих профессиональных учителей / З. К. Исмаилова, Д. О. Химматалиев, Н. К. Белгибаева, З. О. Махмудова. - Текст : электронный // Педагогика: традиции и инновации : материалы VI Международной научной конференции. - Челябинск : Два комсомольца, 2015. – ISBN 978-5-9906410-1-3. - С. 218-220. - URL: <https://moluch.ru/conf/ped/archive/147/7317/> (дата обращения: 24.11.2021).

80. Калью, П. И. Сущностная характеристика понятия «здоровье» и некоторые вопросы перестройки здравоохранения : обзорная информация. – Москва : Всесоюзный научно-исследовательский институт медицинской и медико-технической информации, 1988. – 69 с. – Текст : непосредственный.

81. Карабанова, О. А. Социальная ситуация развития ребенка: структура, динамика, принципы коррекции : специальность 19.00.13 «Психология развития, акмеология» : диссертация на соискание ученой степени доктора психологических наук / Карабанова Ольга Александровна ; Московский государственный университет им. М. В. Ломоносова. – Москва, 2002. – 379 с. - Текст : непосредственный.

82. Карпов, А. В. Психология рефлексивных механизмов деятельности / А. В. Карпов. - Москва : Изд-во Институт психологии РАН, 2004. - 421 с. - ISBN 5-9270-0052-5. - Текст : непосредственный.

83. Карпов, А. В. Рефлексивность как психическое свойство и методика ее диагностики / А. В. Карпов. - Текст : непосредственный // Психологический журнал. - 2003. - Т. 24, № 5. - С. 45–57.

84. Кедров, Б. М. Классификация наук / Б. М. Кедров ; под редакцией Н. В. Пилипенко. – Москва : Мысль, 1985. – 98 с. - Текст : непосредственный.

85. Ковалев, Г. А. Психическое развитие ребёнка и жизненная среда / Г. А. Ковалев. - Текст : непосредственный // Вопросы психологии. - 1993. - № 1. - С. 13-23.

86. Коджаспирова, Г. М. Педагогический словарь : для студентов высших и средних педагогических учебных заведений / Г. М. Коджаспирова, А. Ю. Коджаспирова. – 2-е изд., стер. – Москва : Академия, 2005. – 176 с. – ISBN 5-7695-2145-7. – Текст : непосредственный.

87. Кокорина, О. Р. Здоровьесбережение личности в условиях высшего профессионального образования : специальность 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» : автореферат диссертации на соискание ученой степени доктора педагогических наук / Кокорина Ольга Рафаиловна ; Московский педагогический государственный университет. -. Москва, 2012. – 41 с. – Текст : непосредственный.

88. Комарова, Э. П. Психолого-педагогические особенности развития интеллекта обучающегося в контексте компетентностной парадигмы / Э. П. Комарова. – Текст : непосредственный // Вестник Воронежского государственного технического университета. – 2012. – Т. 8, № 10.2. – С. 25–27.

89. Комарова, Э. П. Формирование личностно-деловой компетенции в эпоху глобализации / Э. П. Комарова. -Текст : непосредственный // Вестник воронежского государственного технического университета. - 2013. – Т. 9, № 5-2. - С. 11-13.

90. Комарова, Э. П. Формирование поликультурной личности в компетентностном формате / Э. П. Комарова. -Текст : непосредственный // Среднее профессиональное образование. - 2013. - № 12. - С. 9-10.

91. Комарова, Э. П. Эмоциональный интеллект: понятие, роль и формы интеграции в социокультурное общение / Э. П. Комарова. -Текст : непосредственный // Вестник воронежского государственного технического университета. - 2014. – Т. 10, № 3-2. - С. 43-46.

92. Коменский, Я. А. Антология гуманной педагогики / Я. А. Коменский. - Москва : Издательский Дом Шалвы Амонашвили, 2002. – 224 с. -ISBN 5-89147-006-3. -Текст : непосредственный.

93. Кон, И. С. Социологическая психология / И. С. Кон. – Москва :Московский психологосоциальный университет ;Воронеж : МОДЭК, 1999. – 560 с. -ISBN 5-89395-106-9. -Текст : непосредственный.

94. Конаржевский, Ю. А. Формирование педагогического коллектива / Ю. А. Конаржевский. – Москва : Педагогический поиск, 1998. – 60 с. – Текст : непосредственный.

95. Кондакова, М. Л. Смешанное обучение: ведущие образовательные технологии современности / М. Л. Кондакова, Е. В. Латыпова. - Текст : непосредственный // Вестник образования. – 2013. – № 9 (2759). - С. 54-64.

96. Краевский, В. В. Проблемы научного обоснования обучения (методологический анализ) / В. В. Краевский. – Москва : Педагогика, 1977. – 264 с. – Текст : непосредственный.

97. Краевский, В. В. Соотношение педагогической науки и практики / В. В. Краевский. – Москва : Знание, 1978. – 326 с. - Текст : непосредственный.

98. Краткий психологический словарь / под редакцией А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. – 2-е изд., расшир., испр. и доп. – Ростов-на-Дону : ФЕНИКС, 2010. – 512 с. – ISBN 978-5-222-16746-5. – Текст : непосредственный.

99. Краткий психологический словарь / под редакцией А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. - 2-е изд. - Ростов-на-Дону : ФЕНИКС, 1998. - 512 с. - ISBN 5-222-00239-X. - Текст : непосредственный.

100. Краткий словарь по философии. Знание / под редакцией И. В. Блауберга, П. В. Копнина, И. К. Пантина. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Политиздат, 1970. - 398 с. - Текст : непосредственный.

101. Ксенофонт Воспоминания о Сократе / Ксенофонт. - Москва : Наука, 1993. - 384 с. - ISBN 5-02-008058-6. - Текст : непосредственный.

102. Кузьмин, Е. С. Социальная психология личности / Е. С. Кузьмин. - Ленинград : Знание, 1974. - 268 с. - Текст : непосредственный.

103. Кузьмина, Н. В. Уровни педагогических способностей и проблемы социальной перцепции / Н. В. Кузьмина. - Текст : непосредственный // Теоретические и прикладные проблемы психологии познания людьми друг друга : сборник трудов. - Краснодар : Кубанский государственный университет, 1975. - С. 251-253.

104. Кузьмина, Н. В. Педагогическое мастерство учителя как фактор развития способностей учащихся / Н. В. Кузьмина. - Текст : непосредственный // Вопросы психологии. - 1984. - № 1. - С. 20-27.

105. Куис, Ю. А. Система воспитания культуры управленческой деятельности у курсантов вузов ВВ МВД России : монография / Ю. А. Куис. - Санкт-Петербург : Астерион, 2013. - 175 с. - ISBN 978-5-906152-59-6. - Текст : непосредственный.

106. Кульневич, С. В. Структура компетенций / С. В. Кульневич, В. И. Гончарова, Т. П. Лакоценина. - Текст : непосредственный // Сообщества : методический журнал клубных сообществ Центра внешкольной работы. - 2010. - № 14. - С. 20-22.

107. Кулюткин, Ю. Н. Образовательная среда и развитие личности / Ю. Н. Кулюткин, С. В. Тарасов. - Текст : непосредственный // Новые знания. - 2001. - № 1. - С. 6-7.

108. Куприянов, Б. В. Современные подходы к определению сущности категории «педагогические условия» / Б. В. Куприянов, С. А. Дынина. - Текст : непосредственный // Вестник Костромского государственного университета им. Н. А. Некрасова. - 2001. - № 2. - С. 101–104.

109. Лазурский, А. Ф. Избранные труды по общей психологии / А. Ф. Лазурский. – Санкт-Петербург : Алетейя, 2001. – 480 с. -ISBN 5-89329-346-0. -. Текст : непосредственный.

110. Лакосина, Н. Д. Медицинская психология / Н. Д. Лакосина, Г. К. Ушаков. – 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Медицина, 1984. – 272 с. - Текст : непосредственный.

111. Леонтьев, А. Н. Деятельность. Сознание. Личность / А. Н. Леонтьев. – Москва : Политиздат, 1975. – 304 с. – Текст : непосредственный.

112. Леонтьев, Д. А. Психология смысла. Природа, строение и динамика смысловой реальности / Д. А. Леонтьев. – 2-е изд., испр. – Москва : Смысл, 2003. – 488 с. – ISBN 5-89357-082-0.– Текст : непосредственный.

113. Леонтьев, Д. А. Ценность как междисциплинарное понятие: опыт многомерной реконструкции / Д. А. Леонтьев. -Текст : непосредственный // Вопросы философии. – 1996. – № 5. – С. 15–26.

114. Лесохина, Л. Н. Ориентация на воспитательную деятельность и профессиональная позиция молодого учителя / Л. Н. Лесохина. -Текст : непосредственный // Особенности социально-профессиональной позиции молодых учителей : сборник научных трудов. - Ленинград : Научно-исследовательский институт общества образования взрослых, 1981. - С. 23–41.

115. Лисицын, Ю. П. Слово о здоровье / Ю. П. Лисицын. - Москва: Советская Россия, 1986. – 192 с. - Текст : непосредственный.

116. Лихачёв, Б. Т. Теория эстетического воспитания школьников : учебное пособие по спецкурсу для педагогических институтов / Б. Т. Лихачев. – Москва : Просвещение, 1985. – 175 с. -Текст : непосредственный.

117. Ломов, Б. Ф. Системность в психологии: избранные психологические труды / Б. Ф. Ломов. – Москва : Изд-во Московского психолого-социального института ; Воронеж : МОДЭК, 2003. – 424 с. – ISBN 5-89502-513-7. – Текст : непосредственный.

118. Ломов, Б. Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии / Б. Ф. Ломов. – Москва : Наука, 1999. – 448 с. -ISBN 5-02-008309-7. -Текст : непосредственный.

119. Лосев, А. Ф. О мифически-трагическом мировоззрении Аристотеля / А. Ф. Лосев. -Текст : непосредственный // Очерки античного символизма и мифологии. – Москва : Мысль, 1993. -ISBN 5-244-00721-1. -С. 709-772.

120. Лубовский, Д. В. Понятие внутренней позиции: культурно историческая перспектива изучения личности школьника / Д. В. Лубовский. -Текст : непосредственный // Культурно-историческая психология. - 2008. - № 1. - С. 2-8.

121. Лурье, С. Я. Демокрит / С. Я. Лурье. – Ленинград : Наука, 1970. – 664 с. -Текст : непосредственный.

122. Маджуга, А. Г. Онтология здоровья: холистический подход / А. Г. Маджуга, Р. Б. Сабекия. -Текст : непосредственный // Вестник Башкирского университета. - 2013. - Т. 18, № 4. - С. 156-172.

123. Маджуга, А. Г. Здоровьесозидающая педагогика: теория, методология, опыт, перспективы развития: монография / А. Г. Маджуга, И. А. Сеницына. – Москва : Логос, 2014. – 508 с. -ISBN 978-5-98704-766-8. -Текст : непосредственный.

124. Маджуга, А. Г. Педагогическая концепция здоровьесберегающей функции образования : специальность 13.00.01 «Общая педагогика, история педагогики и образования» : автореферат диссертации на соискание ученой степени доктора педагогических наук / Маджуга Анатолий Геннадьевич ; Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена. – Владимир, 2011. – 45 с. -Текст : непосредственный.

125. Малярчук, Н. Н. Оценка адаптационных возможностей детей в условиях обучения в инновационном образовательном учреждении / Н. Н. Малярчук, В. М. Чимаров. -Текст : непосредственный // Валеология. - 2000. - № 1. - С. 31-32.

126. Марков, В. Н. Потенциал личности / В. Н. Марков, Ю. В. Синягин. -Текст : непосредственный // Мир психологии. – 2000. – № 1 (21). – С. 250–261.

127. Маркова, А. К. Психология профессионализма / А. К. Маркова. – Москва : Знание, 1996. – 312 с. – ISBN 5-87633-016-7. – Текст : непосредственный.

128. Маркова, А. К. Психология труда учителя / А. К. Маркова. – Москва : Просвещение, 1993. – 192 с. -ISBN 5-09-003639-X. -Текст : непосредственный.

129. Мартыненко, А. В. Формирование здорового образа жизни молодежи / А. В. Мартыненко, Ю. В. Валентик, В. А. Полесский [и др.]. – Москва : Медицина, 1988. – 192 с. -ISBN 5-225-01499-2. -Текст : непосредственный.

130. Масловская, С. В. Проектирование правовых практик руководителя образовательной организации в системе дополнительного профессионального образования: культурно-антропологический контекст / С. В. Масловская, А. П. Мальцев. -Текст : электронный // Современные проблемы науки и образования. - 2016. – № 6. – С. 322. - URL: <https://www.scienceeducation.ru/ru/article/view?id=25542> (дата обращения: 19.03.2021).

131. Маслоу, А. Мотивация и личность / А. Маслоу ; [перевод А. М. Татлыбаевой]. – Санкт-Петербург : Евразия, 1999. – 478 с. – ISBN 5-80710016-6. – Текст : непосредственный.

132. Маслоу, А. Самоактуализация / А. Маслоу. -Текст : непосредственный // Психология личности : тексты / под редакцией

Ю. Б. Гиппенрейтер, А. А. Пузыряя. – Москва : Изд-во Московского государственного университета, 1982. – С. 108–117.

133. Матухин, Д. Л. Технология организации смешанного обучения иностранному языку в высшем учебном заведении / Д. Л. Матухин. -Текст : непосредственный // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2015. – № 5-4. – С. 592–596.

134. Матюшкин, А. М. Проблемные ситуации в мышлении и обучении / А. М. Матюшкин. – Москва : Педагогика, 1972. – 208 с. – Текст : непосредственный.

135. Махмутов, М. И. Проблемное обучение: основные вопросы теории / М. И. Махмутов. – Москва : Педагогика, 1975. – 368 с. – Текст : непосредственный.

136. Метаева, В. А. Развитие профессиональной рефлексии в последипломном образовании: методология, теория, практика / В. А. Метаева. – Москва : Наука, 2006. – 310 с. – ISBN 5-02-035511-9.– Текст : непосредственный.

137. Митина, Л. М. Психология развития конкурентоспособной личности / Л. М. Митина. – Москва : Московский психолого-социальный институт ; Воронеж : НПО «МОДЕК», 2002. – 400 с. – ISBN 5-89502-284-7. – Текст : непосредственный.

138. Митина, Л. М. Личностное и профессиональное развитие человека в новых социально-экономических условиях / Л. М. Митина // Вопросы психологии. - 1997. - № 4. – С. 28-38.

139. Митина, Л. М. Психология труда и профессионального развития учителя / Л. М. Митина. – Москва : Академия, 2004. – 320 с. -ISBN 5-7695-1666-6. -Текст : непосредственный.

140. Монахов, В. М. Проектирование траектории становления будущего учителя / В. М. Монахов, А. И. Нижников. -Текст : непосредственный // Школьные технологии. – 2000. – № 6. – С. 66–83.

141. Мошкова, И. Н. Психология производственного обучения / И. Н. Мошкова, С. Л. Малов. – Москва : Высшая школа, 1990. – 206 с. -ISBN 5-06-000404-X. -Текст : непосредственный.

142. Мясищев, В. Н. Психология отношений : избранные психологические труды / В. Н. Мясищев ; под редакцией А. А. Бодалева. – Москва : Институт практической психологии ; Воронеж : МОДЭК, 1998. – 362 с. – ISBN 5-89112-046-1. – Текст : непосредственный.

143. Найн, А. Я. О методологическом аппарате диссертационных исследований /А. Я. Найн. – Текст : непосредственный // Педагогика. – 1995. – № 5. – С. 44–49.

144. Немов, Р. С. Психология: словарь-справочник. В 2 частях. Часть 2 / Р. С. Немов. – Москва : Владос-Пресс, 2003. – 352 с. -ISBN 5-305-00064-5. -Текст : непосредственный.

145. Новейший психолого-педагогический словарь / составитель Е. С. Рапацевич ; под общей редакцией А. П. Астахова. – Минск : Современная школа, 2010. – 928 с. -ISBN 978-985-513-724-6. -Текст : непосредственный.

146. Новиков, А. М. Методология образования / А. М. Новиков. – Москва : Эгвест, 2002. – 320 с. -ISBN 5-85009-551-9. - Текст : непосредственный.

147. Новикова, Л. А. Интернет в межкультурном общении : учебно-методическое пособие / Л. А. Новикова. – Омск : Изд-во Омского государственного педагогического университета, 2006. – 152 с. – ISBN 5-8268-0936-1. - Текст : непосредственный.

148. Образцов, П. И. Проектирование и конструирование профессиональноориентированной технологии обучения : учебно-методическое пособие / П. И. Образцов, А. И. Ахулкова, О. Ф. Черниченко ; под общей редакцией профессора П. И. Образцова. – Орел : Орловский государственный университет им. И. С. Тургенева, 2003. – 94 с. – Текст : непосредственный.

149. Ожегов, С. И. Толковый словарь русского языка : 80000 слов и фразеологических выражений / С. И. Ожегов, Н. Ю. Шведова ; Российская академия наук, Институт русского языка имени В. В. Виноградова. – 4-е изд., доп. – Москва : А ТЕМП, 2006. – 944 с. – ISBN 978-5-9900358-6-7. – Текст : непосредственный.

150. Ожегов, С. И. Толковый словарь русского языка : 100000 слов, терминов и фразеологических выражений / С. И. Ожегов ; под редакцией Л. И. Скворцова. - 26-е изд., испр. и доп. - Москва : ОНИКС, 2008. - 1357 с. - ISBN 978-5-488-01912-6. - Текст : непосредственный.

151. Олпорт, Г. В. Личность в психологии / Г. В. Олпорт ; перевод с английского И. Ю. Авидон. – Москва : КСП+ ; Санкт-Петербург : Ювента, 1998. – 345 с. – ISBN 5-89692-007-5. - Текст : непосредственный.

152. Онушкин, В. Г. Образование взрослых : междисциплинарный словарь терминологии / В. Г. Онушкин, Е. И. Огарёв. – Санкт-Петербург : Институт образования взрослых, Российская академия образования, 1995. – 109 с. - ISBN 5-87938-053-X. - Текст : непосредственный.

153. Панов, В. И. Психодидактические аспекты развивающих образовательных технологий и систем (часть I) / В. И. Панов. -Текст : непосредственный // Ярославский психологический вестник. – 2006. - Вып. 18. – С. 25-29.

154. Панов, В. И. Экопсихологическая модель образовательной среды / В. И. Панов. -Текст : непосредственный // 4-я Российская конференция по экологической психологии / Психологический институт Российской академии образования. – Москва : Психология, 2005. – ISBN 5-93992-061-5. - С. 213-216.

155. Педагогический словарь / [автор составитель : В. И. Загвязинский и др.] ; под редакцией В. И. Загвязинского, А. Ф. Закировой. - Москва : Академия, 2008. – 343 с. - ISBN 978-5-7695-4652-5. -Текст : непосредственный.

156. Педагогический энциклопедический словарь / главный редактор Б. М. Бим-Бад. – 3-е изд., стер. – Москва : Большая российская энциклопедия, 2009. – 528 с. – ISBN 978-5-85270-230-2. – Текст : непосредственный.

157. Пернай, Н. В. Интегрированные образовательные программы как средство развития мотивации учения в профессиональном лицее : специальность 13.00.01 «Общая педагогика, история педагогики и образования» : диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Пернай Николай Васильевич ; Иркутский государственный педагогический университет. – Иркутск, 2006. – 210 с. – Текст : непосредственный.

158. Петровский, В. А. Личность в психологии: парадигма субъектности / В. А. Петровский. – Ростов-на-Дону, 1996. – 512 с. – ISBN 5-85880-188-9. – Текст : непосредственный.

159. Платон Сочинения в 3 томах. Том 3 / Платон. – Москва : Мысль, 1994. – 687 с. -ISBN 978-5-518-56052-9. -Текст : непосредственный.

160. Подласый, И. П. Педагогика: 100 вопросов – 100 ответов : учебное пособие для студентов вузов / И. П. Подласый. – Москва : Владос-Пресс, 2001. – 368 с. – ISBN 5-305-00038-6. – Текст : непосредственный.

161. Подласый, И. П. Педагогика. Новый курс. Учебник для студентов педагогических вузов. В 2 книгах. Книга 1. Общие основы. Процесс обучения / И. П. Подласый.- Москва : ВЛАДОС, 2000. – 576 с. -ISBN 5-691-00175-2. - Текст : непосредственный.

162. Полат, Е. С. Современные педагогические и информационные технологии в системе образования : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Е. С. Полат, М. Ю. Бухаркина. – 3-е изд., стер. – Москва : Академия, 2010. – 364 с. – ISBN 978-5-7695-7057-5. – Текст : непосредственный.

163. Психология и педагогика контекстного образования : коллективная монография / под научной редакцией А. А. Вербицкого. – Москва : Нестор-

История ; Санкт-Петербург : Нестор-История, 2018. – 416 с. -ISBN 978-5-4469-1360-2. - Текст : непосредственный.

164. Психология развития. Словарь / под редакцией А. Л. Венгера. - Москва : PerSe, 2005. – 176 с. – (Психологический лексикон : Энциклопедический словарь в шести томах / под общей редакцией А. В. Петровского).-ISBN 5-9292-0136-6. - Текст : непосредственный.

165. Реан, А. А. Психология изучения личности / А. А. Реан. – Санкт-Петербург : В. А. Михайлов, 1999. – 288 с. – ISBN 5-8016-0044-2. – Текст : непосредственный.

166. Роджерс, К. Взгляд на психотерапию. Становление человека / К. Роджерс ; общая редакция Е. И. Исениной. – Москва : Прогресс, 1994. – 480 с. – ISBN 5-01-004150-2. – Текст : непосредственный.

167. Россохин, А. В. Рефлексия и внутренний диалог в изменённых состояниях сознания : Интерсознание в психоанализе / А. В. Россохин. - Москва : Когито-Центр, 2010. – 304 с. -ISBN 978-5-89353-271-5. -Текст : непосредственный.

168. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – Санкт-Петербург : Питер, 1999. – 720 с. – ISBN 5-314-00016-4. – Текст : непосредственный.

169. Рубинштейн, С. Л. Теоретические вопросы психологии и проблема личности / С. Л. Рубинштейн. – Текст : непосредственный // Психология личности : хрестоматия : в 2 томах. Том 2. Отечественная психология / редактор Д. Я. Райгородский. – 2-е изд., доп. – Самара : Бахрах, 1999. – ISBN 5-89570-008-X. – С. 227-239.

170. Рубцов, В. В Основы социально-генетической психологии / В. В. Рубцов. – Москва : Институт практической психологии ; Воронеж : МОДЭК, 1996. – 384 с. -ISBN 5-87224-118-6. -Текст : непосредственный.

171. Сандалова, С. Я. Педагогический резонанс как состояние субъектов образовательной деятельности / С. Я. Сандалова. -Текст : непосредственный

// Вестник Бурятского государственного университета. – 2010. - № 15. - С. 262-266.

172. Селевко, Г. К. Современные образовательные технологии : учебное пособие / Г. К. Селевко. - Москва : Народное образование, 1998. – 256 с. - ISBN 87953-127-9. -Текст : непосредственный.

173. Семина, Л. И. Учитель и ученик: возможность диалога и понимания. В 2 томах. Том 2 / Л. И. Семина. – Москва : Бонфи, 2002. – 408 с. -ISBN 5-93085-013-5. - Текст : непосредственный.

174. Сериков, В. В. Личностно-ориентированный подход в образовании: концепции и технологии : монография / В. В. Сериков. – Волгоград : Перемена, 1994. – 152 с. – ISBN 5-88234-061-6. – Текст : непосредственный.

175. Сериков, В. В. Образование и личность. Теория и практика проектирования педагогических систем / В. В. Сериков. – Москва : Логос, 1999. – 272 с. – ISBN 5-88439-018-1. – Текст : непосредственный.

176. Сериков, В. В. Развитие личности в образовательном процессе : монография / В. В. Сериков. – Москва : Логос, 2012. – 448 с. – ISBN 978-5-98704-612-8. – Текст : непосредственный.

177. Сериков, В. В. Личностный подход в образовании: концепция и технологии : монография / В. В. Сериков. – Волгоград : Перемена, 1994. – 152 с. -ISBN 5-88234-061-6. - Текст : непосредственный.

178. Сидоренко, Е. В. Методы математической обработки в психологии / Е. В. Сидоренко. – Санкт-Петербург : Речь, 2002. – 349 с. – ISBN 5-9268-0010-2. – Текст : непосредственный.

179. Сирота, Н. А. Профилактика наркомании у подростков : монография / Н. А. Сирота, В. М. Ялтонский, И. И. Хажиллина, Н. С. Видерман. – Москва : Генезис, 2001. – 216 с. -ISBN 5-85297-033-6. - Текст : непосредственный.

180. Сластенин, В. А. Педагогика: инновационная деятельность / В. А. Сластенин, Л. С. Подымова. – Москва : Магистр, 1997. – 308 с. – ISBN 5-89317-048-2. – Текст : непосредственный.

181. Слостенин, В. А. Субъектная педагогика: контуры новой научной теории / В. А. Слостенин. – Текст : непосредственный // Негосударственное высшее образование: Теория и современные проблемы : сборник научных трудов. – Москва , 1999. – ISBN5-89774-008-9. – С. 6–18.

182. Слостенин, В. А. Субъектно-деятельностный подход в непрерывном педагогическом образовании / В. А. Слостенин. – Текст : непосредственный // Непрерывное педагогическое образование. – 1999. – № 1. – С. 4–11.

183. Слостенин, В. А. Интегративные тенденции в системе психолого-педагогической подготовки учителя / В. А. Слостенин. – Текст : непосредственный // Приобщение к педагогической профессии : практика, концепции, новые структуры. - Воронеж, 1992. – С. 32-33.

184. Слостенин, В. А. О современных подходах к подготовке учителя / В. А. Слостенин, Н. Г. Руденко. -Текст : непосредственный // Педагог : наука, технология, практика. – 1996. – № 1. – С. 17–28.

185. Слободчиков, В. И. Основы психологической антропологии. Психология человека. Введение в психологию субъектности / В. И. Слободчиков, Е. И. Исаев. – Москва : Школа – Пресс, 1995. – 383 с. -ISBN 5-88527-081-3. -Текст : непосредственный.

186. Слободчиков, В. И. Основы психологической антропологии. Психология развития человека: Развитие субъективной реальности в онтогенезе : учебное пособие для вузов / В. И. Слободчиков, Е. И. Исаев. – Москва : Школьная Пресса, 2000. – 416 с. – ISBN5-9219-0031-1. – Текст : непосредственный.

187. Слободчиков, В. И. Психология развития человека. Развитие субъективной реальности в онтогенезе : учебное пособие / В. И. Слободчиков, Е. И. Исаев. - Москва : Православный Свято-Тихоновский гуманитарный университет, 2013. – 349 с. - ISBN 978-5-7429-0732-9. - Текст : непосредственный.

188. Слободчиков, В. И. Психология человека: Введение в психологию субъективности : учебное пособие / В. И. Слободчиков, Е. И. Исаев. -2-е изд.,

испр. и доп.- Москва : Православный Свято-Тихоновский гуманитарный университет, 2013. – 360 с. -ISBN 978-5-7429-0731-2. - Текст : непосредственный.

189. Словарь по психологии / под общей редакцией А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. - 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Политиздат, 1990. – 494 с. -ISBN 5-250-00364-8. - Текст : непосредственный.

190. Степанов, С. Ю. Роль рефлексии в развитии личности школьника при формировании творческого мышления / С. Ю. Степанов. -Текст : непосредственный // Психология учебной деятельности школьника. – Москва : Научно-исследовательский институт общей и педагогической психологии, 1982. - С. 73-74.

191. Смирнов, Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе : методическое пособие / Н. К. Смирнов. - Москва : АПК и ПРО, 2002. – 121 с. -Текст : непосредственный.

192. Смирнов, Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе : монография / Н. К. Смирнов. – Москва : АРКТИ, 2006, – 308 с. -ISBN 5-89415-432-4. - Текст : непосредственный.

193. Сократов, Н. В. Современные технологии сохранения и укрепления здоровья детей : учебное пособие / Н. В. Сократов. – Москва : Творческий центр Сфера, 2005. – 224 с. -ISBN 5-89144-486-0. - Текст : непосредственный.

194. Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года. – Текст : электронный // Правительство России : официальный сайт. – URL: <http://static.government.ru/media/files/Rr4JTrKDQ5nANTR1Oj29BM7zJBHXM05d.pdf> (дата обращения: 22.12.2020).

195. Сухомлинский, В. А. Избранные педагогические сочинения : в 3 томах. / В. А. Сухомлинский. – Москва : Педагогика, 1979–1981. – 3 т. -Текст : непосредственный.

196. Тестов, В. А. «Жесткие» и «мягкие» образовательные модели обучения / В. А. Тестов. Текст : непосредственный // Педагогика. - 2004. - № 8 – С. 35-39.

197. Труфанова, О. К. К вопросу о психологической характеристике состояния соматического здоровья / О. К. Труфанова. -Текст : непосредственный // Психологический вестник Ростовского государственного университета. – 1998. – № 3. – С. 70-71.

198. Тулегенова, А. Г. Некоторые психолого-педагогические условия оптимизации учебно-воспитательного процесса / А. Г. Тулегенова. – Текст : электронный // Ученые записки Симферопольского государственного университета. Экономика. География. История. Филология. 1998. – Т. 3(42). – С. 157-162. URL: http://sn-philol.cfuv.ru/wp-content/uploads/2016/12/tulegenova_22.pdf (дата обращения: 11.03.2020).

199. Ушаков, Д. Н. Толковый словарь современного русского языка / Д. Н. Ушаков. - Москва : Альта-Принт, 2008. – 510 с. -ISBN 978-5-98628-123-0. - Текст : непосредственный.

200. Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по специальности 12.02.10 Монтаж, техническое обслуживание и ремонт биотехнических и медицинских аппаратов и систем : утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 9 декабря 2016 г. № 1585. – Текст : электронный // ГАРАНТ.ru : [сайт]. – 2021. – URL: <http://ivo.garant.ru/#/document/71577336/paragraph/1:0> (дата обращения: 15.07.2021).

201. Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по специальности 12.02.10 Монтаж, техническое обслуживание и ремонт биотехнических и медицинских аппаратов и систем : утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 9 декабря 2016 г. № 1585. – Текст : электронный // ГАРАНТ.ru : [сайт]. – 2021. – URL:

<http://ivo.garant.ru/#/document/71577336/paragraph/1:0> (дата обращения: 15.07.2021).

202. Фельдштейн, Д. И. Психология развития личности в онтогенезе / Д. И. Фельдштейн. - Москва : Педагогика, 1989. – 206 с. - ISBN 5-7155-0030-3. - Текст : непосредственный.

203. Фетискин, Н. П. Психология воспитания стрессовослаивающего поведения / Н. П. Фетискин. – Москва : ФОРУМ, ИНФРА-М, 2018. – 240 с. - ISBN 978-5-00091-483-0. - Текст : непосредственный.

204. Фетисов, А. С. Педагогическая концепция формирования профессиональных качеств педагога в контексте здоровьесберегающей образовательной среды : система повышения квалификации : специальность 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» : диссертация на соискание ученой степени доктора педагогических наук / Фетисов Александр Сергеевич ; Институт развития образования. – Воронеж, 2019. – 454 с. – Текст : непосредственный.

205. Философский энциклопедический словарь / главный редактор Л. Ф. Ильичёв [и др.]. – Москва : Советская энциклопедия, 1983. – 839 с. - Текст : непосредственный.

206. Франкл, В. Человек в поисках смысла : сборник / В. Франкл, перевод с английского и немецкого Д. А. Леонтьева, М. П. Папуша, Е. В. Эйдмана. – Москва : Прогресс, 1990. – 368 с. - ISBN 5-01-001606-0. - Текст : непосредственный.

207. Холодова, Г. Б. Комплекс педагогических условий становления профессиональной позиции будущего учителя физической культуры / Г. Б. Холодова. - Текст : непосредственный // Высшее образование сегодня. -2011. - № 8. - С. 62-64.

208. Хуторской, А. В. Ключевые компетенции и образовательные стандарты / А. В. Хуторской. – Текст : электронный // Эйдос. – 2002. – № 2. – С. 58–64. – URL: <http://www.eidos.ru/journal/2002/0423.htm> (дата обращения: 04.06.2020).

209. Хуторской, А. В. Ключевые компетенции как компонент личностно-ориентированного образования / А. В. Хуторской. -Текст : непосредственный // Народное образование. – 2003. – № 2. – С. 58–64.

210. Хуторской, А. В. Технология проектирования ключевых и предметных компетенций / А. В. Хуторской. – Текст : электронный // Эйдос. – 2005. - № 4. – С. 1. – URL: <http://www.eidos.ru/journal/2005/1212.htm>. (дата обращения: 29.04.2021).

211. Хуторской, А. В. Методологические основания применения компетентностного подхода к проектированию образования / А. В. Хуторской. -Текст : непосредственный // Высшее образование в России. – 2017. - № 12. -С. 85-91.

212. Циулина, М. В. Методология психолого-педагогических исследований : учебное пособие / М. В. Циулина. - Челябинск : Челябинский государственный педагогический университет, 2015. – 238 с. -ISBN 978-5-906777-27-0. -Текст : непосредственный.

213. Чарлтон, Э. Основные принципы обучения здоровому образу жизни / Э. Чарлтон. -Текст : непосредственный // Вопросы психологии. – 1997. – № 2. – С. 3–14.

214. Шадриков, В. Д. Новая модель специалиста : инновационная подготовка и компетентностный подход / В. Д. Шадриков. -Текст : непосредственный // Высшее образование сегодня. – 2004. – № 8. – С. 26–31.

215. Шадриков, В. Д. Способности человека / В. Д. Шадриков. – Москва : Институт практической психологии ; Воронеж : МОДЭК, 1997. – 228 с. -ISBN 5-89395-028-3. -Текст : непосредственный.

216. Шамова, Т. И. Управление образовательными системами : учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений / Т. И. Шамова, П. И. Третьяков, Н. П. Капустин ; под редакцией Т. И. Шамовой. - Москва : ВЛАДОС, 2001. – 320 с. - ISBN 5-691-00476-X. -Текст : непосредственный.

217. Шаров, А. С. Система ценностных ориентаций как психологический механизм регуляции жизнедеятельности человека : специальность 19.00.01 «Общая психология, психология личности, история психологии» : диссертация на соискание ученой степени доктора психологических наук / Шаров Анатолий Сергеевич ; Новосибирский государственный педагогический университет. – Новосибирск, 2000. – 383 с. -Текст : непосредственный.

218. Шаров, А. С. Онтология рефлексии: природа, функции и механизмы / А. С. Шаров. -Текст : непосредственный // Рефлексивные процессы и управление. – 2005. – Т. 5, № 1. – С. 71-92.

219. Штофф, В. А. Гносеологические проблемы моделирования : специальность 09.00.00 «Философия» : автореферат диссертации на соискание ученой степени доктора философских наук / Штофф Виктор Александрович ; Ленинградский государственный университет. - Ленинград, 1964. - 19 с. -Текст : непосредственный.

220. Щедрина, А. Г. Онтогенез и теория здоровья: Методологические аспекты / А. Г. Щедрина. –2-е изд., перераб. и доп. - Новосибирск :Сибирское отделение Российской академии наук, 2003. – 136 с. - ISBN 5-93239-044-7. -. Текст : непосредственный.

221. Щедровицкий, Г. П. Система педагогических исследований: Методологический анализ / Г. П. Щедровицкий. – Текст : непосредственный // Педагогика и логика : сборник статей. – Москва : Кастель, 1993. – ISBN 5-85374-001-6. – С. 412–415.

222. Щедровицкий, Г. П. Избранные труды /Г. П. Щедровицкий. – Москва : Изд-во школы культуры политики, 1995. – 759 с. - ISBN 5-88969-001-9. -. Текст : непосредственный.

223. Щербакова, О. В. Формирование профессионально-субъектной позиции будущих педагогов в условиях гуманитарного колледжа : специальность 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» : автореферат диссертации на соискание ученой степени

кандидата педагогических наук / Щербакова Ольга Владимировна ;
Российский государственный профессионально-педагогический университет.
- Екатеринбург, 2017. – 26 с. -Текст : непосредственный.

224. Элкин, Д. Эрик Эриксон и восемь стадий человеческой жизни /
Д. Элкин, перевод с английского. - Москва :Когито-центр, 1996. – 16 с.
-Текст : непосредственный.

225. Эльконин, Д. Б. Психология игры / Д. Б. Эльконин. – 2-е изд. –
Москва : Владос, 1999. – 358 с. – ISBN 5-691-00256-2. – Текст :
непосредственный.

226. Юнг, К. Г. Проблема души современного человека / К. Г. Юнг.
-Текст : непосредственный // Проблемы души нашего времени. - Москва :
Прогресс, 1994. -ISBN 5-01-004076-X. - С. 293-316.

227. Якиманская, И. С. Разработка технологии личностно-
ориентированного обучения / И. С. Якиманская. – Текст : непосредственный
// Вопросы психологии. – 1995. – № 2. – С. 31–42.

228. Ясвин, В. А. Образовательная среда от моделирования к
проектированию. – 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Смысл, 2001. – 365 с.
-ISBN 5-89357-090-1. -Текст : непосредственный.

229. Ясперс, К. Общая психопатология / К. Ясперс. – Москва : Практика,
1997. - 1056 с. -ISBN 3-540-03340-8. -Текст : непосредственный.

230. Aristova, I. V. Teacher's Readiness Formation For Development Of
Systems Thinking On The Basis Of Conceptual Pedagogical Model / E. Komarova,
N. Sapozhkova, I. Aristova, I. Yartseva. -Text : direct // Language and Culture. –
2020. - № 51. – P. 119 - 128.

231. Barron, F. Creativity, intelligence and personality / F. Barron,
D. Harrington. – Text : direct // Annual Review of Psychology. – 1981. – Vol. 32.
– P. 439–476.

232. Bath, D. Getting Started with Blended Learning / D. Bath, J. Bourke.
-Text: electronic– URL:

https://www.griffith.edu.au/__data/assets/pdf_file/0004/267178/Getting_started_with_blended_learning_guide.pdf (date of treatment: 07.11.2020).

233. Breakwell, G. M. Integrating paradigms, methodological implications / G. M. Breakwell. – Text: direct // Empirical approaches to social representations / G. M. Breakwell, D. V. Canter. – Oxford : Clarendon Press, 1993. – ISBN 9-780-19852-181-5 – P. 180–201.

234. Shuhnan, L. Knowledge and Teaching: Foundations of the New Reform / L. Shuhnan. -Text: direct // Harvard Educational Review. - 1987. - № 57 (1). - P. 1–22.

235. Tones, K. Health Education : Effectiveness, Efficacy and Equity / K. Tones, S. Tilford. – 2nd edition. -Cheltenham :Nelson Thornes Ltd, 1994. – 305 p. – ISBN 978-0412551109. -Text: direct.

**Авторская программа
«ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ПОДГОТОВКА
СТУДЕНТОВ КОЛЛЕДЖА»**

Автор программы: Аристова Ирина Владимировна.

ВВЕДЕНИЕ

В современных условиях проблема здоровьесберегающей подготовки студентов в России приобретает особую остроту, так как за последние десять лет отмечается ухудшение состояния здоровья молодежи в образовательных учреждениях. В связи с этим к выпускникам колледжей предъявляются требования к их личностной здоровьесберегающей мобилизации, здоровьесберегающей подготовке студентов колледжа, которая моделируется в контексте содержания профессиональной деятельности от квазипрофессиональной к собственно - профессиональной (А. А. Вербицкий).

В настоящее время в связи с ухудшением здоровья обучающихся были приняты нормативные законодательные документы и правовые акты, направленные на здоровьесберегающую мобилизацию, здоровьесберегающую подготовку обучающихся. Одним из ведущих принципов в этих документах является профилактика в сфере охраны здоровья, с целью формирования здоровьесберегающей подготовки, ассоциирующейся с ценностным отношением к здоровью, как мировоззренческой ценности, сохранением здоровья, обеспечением физического и духовного благополучия обучающихся.

Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа в соответствии с требованиями ФГОС СПО включает: знание и понимание ценностно-смысловых установок, отражающих личностную позицию в здоровьесберегающей деятельности; осознание ценности сохранения и укрепления здоровья, здорового образа жизни; умение идентифицировать себя с другими (К. А. Абульханова - Славская), целью которой является овладение как будущей профессиональной деятельностью от квази-профессиональной к собственно профессиональной (А. А. Вербицкий, 2018), так и рефлексивными и цифровыми технологиями, проявляющимися в их индивидуальной траектории (В. А. Сластенин, 2000, Г. П. Щедровицкий, 2004).

Таким образом, здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа создает предпосылки, направленные на развитие способностей выстраивать и регулировать образовательные маршруты, преломлять знания о здоровьесбережении с учетом обновления содержательного контента и личностного опыта студентов, адаптироваться к реализации цифровых технологий особенно в период пандемии, что актуализирует проблему здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии.

Настоящая авторская программа «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа» разработана для студентов строительно-политехнического колледжа Воронежского государственного технического университета обучающихся по специальности СПО 12.02.10 «Монтаж, техническое обслуживание и ремонт биотехнических и медицинских аппаратов и систем».

ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель курса - здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа.

Задачи курса:

1. Сформировать у студентов систему мотивов к здоровьесберегающей подготовке, взаимосвязь между системой ценностных ориентаций и здоровьесберегающей деятельностью, что создает условия активной заинтересованности к освоению индивидуальных стратегий здоровьесберегающей подготовки. Здоровьесберегающая подготовка проявляется в способности удерживать, корректировать и развивать индивидуальные стратегии здоровьесберегающей деятельности.

2. Сформировать у студентов здоровьесберегающую подготовку, выявить структурные компоненты здоровьесберегающей подготовки во взаимосвязи ценностно-смысловой сферы личности и ее стратегиями к здоровьесберегающей деятельности на основе смысложизненных приоритетов, личного опыта и мировидения.

3. Сформировать у студентов ценностные ориентиры здоровьесберегающей подготовки как осознанную систему мотивов, показателем сформированности которой является постоянный интерес к освоению новых стратегий здоровьесберегающей подготовки.

МЕСТО КУРСА В ОСНОВНЫХ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММАХ КОЛЛЕДЖА

Авторская программа «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа» рекомендуется к преподаванию на 2 – 4 году обучения студентов колледжа по программе СПО (с 3 по 7 семестры) по специальности СПО 12.02.10 «Монтаж, техническое обслуживание и ремонт биотехнических и медицинских аппаратов и систем». Конкретное положение курса по отношению к другим дисциплинам, которые изучаются по образовательным программам направлений подготовки специалистов среднего звена, определяется в учебном плане каждой образовательной организацией самостоятельно.

Содержательным контентом авторской программы «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа» является последовательное использование здоровьесберегающего потенциала содержания учебных дисциплин «Биологии человека», «Основы медицинских знаний», «Психологии общения», реализуемых в колледже и личного опыта студентов в области здоровьесберегающей подготовки.

Необходимость интеграции дисциплин («Биологии человека», «Основы медицинских знаний», «Психологии общения») обусловлена комплексным овладением системой знаний, умений и навыков здоровьесберегающего поведения и механизмами формирования способов физического, психологического и социального саморазвития индивидуальных особенностей эмоциональной саморегуляции и самоподдержки. Последовательное изучение дисциплин способствует наращиванию здоровьесберегающего потенциала и составляет здоровьесберегающую

образовательную траекторию студента со 2 курса по 4 курс. Интеграция дисциплин в авторской программе «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа» обеспечивает эффективность здоровьесберегающей подготовки.

На примере учебных планов программы подготовки специалистов СПО по специальности 12.02.10 «Монтаж, техническое обслуживание и ремонт биотехнических и медицинских аппаратов и систем» в Воронежском государственном техническом университете, составленных в соответствии с действующими Федеральными государственными образовательными стандартами, данный курс реализуется на 2 – 4 курсах.

СОДЕРЖАНИЕ

Авторская программа «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа» предназначена для внедрения в образовательный процесс в учреждениях СПО по специальности СПО 12.02.10 «Монтаж, техническое обслуживание и ремонт биотехнических и медицинских аппаратов и систем».

Общий объем авторской программы «Здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа» составляет 72 часа, что соответствует объему учебной нагрузки, предусмотренной на освоение данного материала, овладение необходимыми компетенциями и знаниями.

На основе анализа рассмотренных определений понятия «здоровьесберегающая подготовка» ассоциируется со здоровьесбережением, здоровьесберегающей позицией, которая рассматривается как: ценность (С. Ф. Анисимов, А. В. Брушлинский, А. Ф. Лосев и др.); ресурс для успешной жизнедеятельности (Р. М. Баевский, Н. Д. Граевская, Н. Д. Лакосина, и др.); образ жизни (С. А. Дружилов, Д. А. Изуткин, Ю. П. Лисицин, и др.); целостность и системность (О. С. Васильева, А. Ф. Лазурский, Ф. Р. Филатов и др.). «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа» рассматривается в нашем исследовании как интегрированная система, включающая совокупность знаний о сохранении и укреплении здоровья, понимание системы ценностных доминант, привычек, установок социума, мотивированная внутренними убеждениями, обеспечивающая готовность к здоровьесберегающему поведению и к успешному взаимодействию и сотрудничеству субъектов образования в здоровьесберегающей деятельности.

Процесс здоровьесберегающей подготовки обеспечивается реализацией таких компонентов, как: мотивационно-ценностный, когнитивный, поведенческий, рефлексивно-оценочный.

Ведущим научным основанием осмысления сущности здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа явились следующие особенности: взаимосвязь мотивационно - ценностных ориентаций студентов с их индивидуально-личностными особенностями в процессе здоровьесберегающей деятельности; знание и понимание индивидуальных особенностей здоровьесберегающей подготовки на основе смысложизненных

приоритетов, их опыта и мировидения; контекстно-модульная технология, основанная на обновленном содержательном контенте, структуризации предметного содержания дисциплин (Модуль 1, Модуль 2, Модуль 3, этапы здоровьесберегающей подготовки), активизирующая способности студентов колледжа к анализу и самооценке своей здоровьесберегающей позиции в контексте профессиональной деятельности; включение студентов колледжа в здоровьесберегающую подготовку; внедрение авторской программы «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа».

Авторская программа «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа» соответствует подготовке студентов строительного колледжа по специальности 12.02.10 «Монтаж, техническое обслуживание и ремонт биотехнических и медицинских аппаратов и систем», основной профессиональной деятельности, которой является дисциплина «Биология человека», изучающая организм человека как живую целостную систему, где знания о структурном и функциональном состоянии организма, его индивидуальных биохимических и биофизических особенностях, механизмах гомеостатической регуляции являются основой для формирования профессиональных знаний по профессии – «17861 Регулировщик радиоэлектронной аппаратуры медицинского назначения». Областью профессиональной деятельности специалистов 12.02.10 «Монтаж, техническое обслуживание и ремонт биотехнических и медицинских аппаратов и систем» является участие в разработке инструментальных и аппаратно-программных средств для диагностики, лечебных воздействий, реабилитации и профилактики заболеваний человека, решению задач медико-биологической практики, созданию, эксплуатации и обработке медицинских баз данных. Использование современных биомедицинских аппаратов и системы предполагают способность пользоваться информационной поддержкой диагностического и лечебного оборудования при помощи специальных пакетов прикладных программ. Профессиональная деятельность студентов специальности 12.02.10 «Монтаж, техническое обслуживание и ремонт биотехнических и медицинских аппаратов и систем» в области регулировки, проектирования и создания биомедицинской техники направлена на улучшение и восстановление здоровья, качество жизни людей, при конструктивном взаимодействии в социуме для решения профессиональных задач.

Таким образом, профессиональная подготовка по специальности 12.02.10 «Монтаж, техническое обслуживание и ремонт биотехнических и медицинских аппаратов и систем» основана на комплексном, междисциплинарном овладении знаниями естественных, биомедицинских и социально-гуманитарных наук, что реализуется в данной программе.

Авторская программа «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа» обеспечивается тремя тематическими модулями, основанными на обновленном образовательном контенте дисциплин «Биология человека», «Основы медицинских знаний», «Психология общения».

Модуль 1 - теоретические знания о здоровьесберегающей подготовке,

направленные на восприятие, осознание и систематизацию знаний в процессе профессиональной деятельности включают:

- знание основных методов изучения функционального состояния организма для полноценного функционирования;

- знание способов профилактики заболеваний с учетом структурной и функциональной организации организма;

- знание о взаимосвязи системы ценностных ориентаций с индивидуально-личностными особенностями студентов для здоровьесберегающей подготовки на основе рефлексии своих способностей;

- знание в области применения цифровых технологий.

Модуль 2- особенности здоровьесберегающей подготовки ассоциируются с овладением индивидуально-личностными стратегиями здоровьесберегающего поведения, проявляющегося в профессиональной деятельности:

- знание основных компонентов в структуре здоровьесберегающей подготовки;

- знание о значении ценностных ориентаций для управления здоровьесберегающей подготовкой;

- знания об анатомо-физиологических, психодинамических особенностях, механизмах гомеостатической регуляции в организме;

- знание факторов, влияющих на физическое, социальное и психологическое здоровье в процессе здоровьесберегающей подготовки;

- знание индивидуальных ресурсов и барьеров здоровьесберегающей подготовки;

- знание о способах рефлексии поведения для конструктивного разрешения противоречий в конфликтных ситуациях.

Модуль 3- организация и проведение самостоятельной деятельности студентов, направленной на выявление индивидуальных особенностей здоровьесберегающей подготовки с использованием средств рефлексивных и цифровых технологий:

- знание своей индивидуальной стратегии здоровьесберегающей подготовки с учетом индивидуальных анатомо-физиологических, психодинамических особенностей;

- знание о способах корректировки и развития индивидуальных стратегий на основе здоровьесберегающего самосознания;

- знание способов конструктивного взаимодействия в социуме с учетом индивидуальных особенностей восприятия и переработки информации:

- системные знания и целостное представление о составляющих компонентах здоровьесберегающей подготовки на основе личного опыта и мировидения.

Представленные модули последовательно раскрывают здоровьесберегающую подготовку студентов строительного колледжа с использованием следующих форм: авторская программа, проблемная лекция, лекция-визуализация, семинар-дискуссия, вебинары; и методов: проблемно-поисковый, эвристический, информационного ресурса

(дискуссия, мозговой штурм, моделирование), средств: планшеты, смартфоны, веб-энциклопедии, презентации, видеоконференции.

Согласно научным трудам ученых (А. А. Вербицкий, В. В. Сериков, В. А. Слостенин, А. Г. Маджуга), мы определяем контекстно-модульную технологию как систему, основанную на обновленном образовательном контенте, совмещающую в себе теоретические и практические аспекты, составляющие которого функционируют в синергетической взаимосвязи друг с другом, образуя единое целое, и генерируют новый эффект, интегрируя обучение в аудиториях, цифровое обучение и самообучение.

ЭТАПЫ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ПОДГОТОВКИ.

Опираясь на содержание модулей (Модуль 1, Модуль 2, Модуль 3), включающие обновленный содержательный контент, структуризацию предметного содержания дисциплин («Биология человека», «Основы медицинских знаний», «Психология общения»), были разработаны этапы здоровьесберегающей подготовки студентов строительного-политехнического колледжа с использованием эффективных средств, форм и методов рефлексивных и цифровых технологий.

Этап 1 - теоретический аспект здоровьесберегающей подготовки - работа в аудитории с использованием форм обучения (информационные лекции, практические занятия, семинары); средств цифровых технологий (планшеты, ноутбуки, смартфоны и др.).

Были использованы следующие формы и методы.

1. Информационная лекция на тему «Влияние доминантных потребностей на здоровьесберегающее поведение».

Цель информационной лекции: Выявить взаимосвязь системы ценностных ориентаций с индивидуально-личностными особенностями студентов для здоровьесберегающей подготовки.

Потребностно-мотивационная сфера личности выступает побуждением к действию, задает его направленность и проявляется, как способность реализовывать свои потребности. Интересы личности формируют ценностно-мотивационную сферу, реализация которых направлена на самореализацию. Ценностно-мотивационную сферу студентов носит индивидуальный характер, проявляясь в индивидуальных стратегиях во всех сферах деятельности, в том числе и в здоровьесберегающей. Здоровьесберегающая подготовка формирует способность к проявлению здоровьесбережения во всех сферах деятельности с опорой на ценностные ориентации, с учетом индивидуально-личностных особенностей здоровьесберегающей подготовки. Способность к здоровьесберегающей деятельности обусловлена личностной значимостью здоровьесбережения в системе ценностных доминант.

На этапе I у студентов колледжа формируются следующие умения:

- умение определять цель и основные методы изучения функционального состояния организма для здоровьесберегающей деятельности;

- умение осуществлять профилактику заболеваний организма человека с

учетом его структурной и функциональной целостности;

- умение проводить оценку параметров здоровья человека;
- осуществлять рефлексии своих успехов в области здоровьесберегающей подготовки
- управлять здоровьесберегающей деятельностью на основе самопознания своих индивидуальных особенностей в процессе здоровьесберегающей подготовки;
- умение применять цифровые технологии для здоровьесберегающей подготовки.

II этап – деятельностный аспект здоровьесберегающей подготовки с учетом индивидуальных особенностей студентов включает: работа в аудитории с использованием форм (семинары-дискуссии, анализ конкретных ситуаций, моделирование); в режиме on-line с использованием средств (схемы, мультимедийная демонстрация, презентации).

Семинар-дискуссия по теме 2. Проблема здоровьесберегающей подготовки как способности принять ответственность за свое здоровье.

Цель: Определить ценность здоровья в системе ценностных ориентаций. Выявить здоровье ценность личная или общественная?

Семинар-дискуссия проводится в ходе обучения по дисциплине «Основы биологии» после изучения тем: Анатомия и физиология сердечно-сосудистой, дыхательной, пищеварительной и выделительной систем.

Ход семинара-дискуссия:

1. Подготовка

Несколько студентов готовят сообщения по темам:

1. Значение сердечно-сосудистой системы
2. Значение дыхательной системы
3. Значение пищеварительной системы
4. Значение выделительной системы
5. Значение опорно-двигательной системы.

2. Основная часть

Перед сообщениями студентов обозначаются вопросы:

Что управляет деятельностью человека и задает направленность его жизни?

Чего больше в человеке: биологического, или социального.

Что общего у человека с животными?

Какие отличительные признаки человека как социального существа?

Как соотносятся эти структурные части уровней человека и как отражаются на его здоровьесберегающем поведении.

3. Выводы

Студенты в ходе дискуссии обсуждают вопросы, касающиеся отличительных особенностей человека, которые состоят в способности управлять своим поведением.

Данная тема может служить опорой для изучения в рамках «Психологии общения» личностных особенностей, обуславливающих возникновение

конфликтов, определять способность к компромиссам и сотрудничеству.

В процессе формирования здоровьесберегающей подготовки (Модуль 2) студенты смогли выявить собственные ресурсы и барьеры во взаимодействии с другими людьми, что дало возможность осуществлять ретроспективную рефлексию своего поведения, проводить внутренний анализ и наметить другую, более успешную здоровьесберегающую стратегию поведения.

На занятиях отрабатывались умения находить выход из проблемной ситуации при множественных вариантах развития событий, использовалась ретроспективная и ситуационная рефлексия собственного опыта студентов, отрабатывались умения с опорой на причинно-следственные связи, выстраивать перспективы здоровьесберегающей подготовки.

На этапе II студенты овладевают следующими умениями:

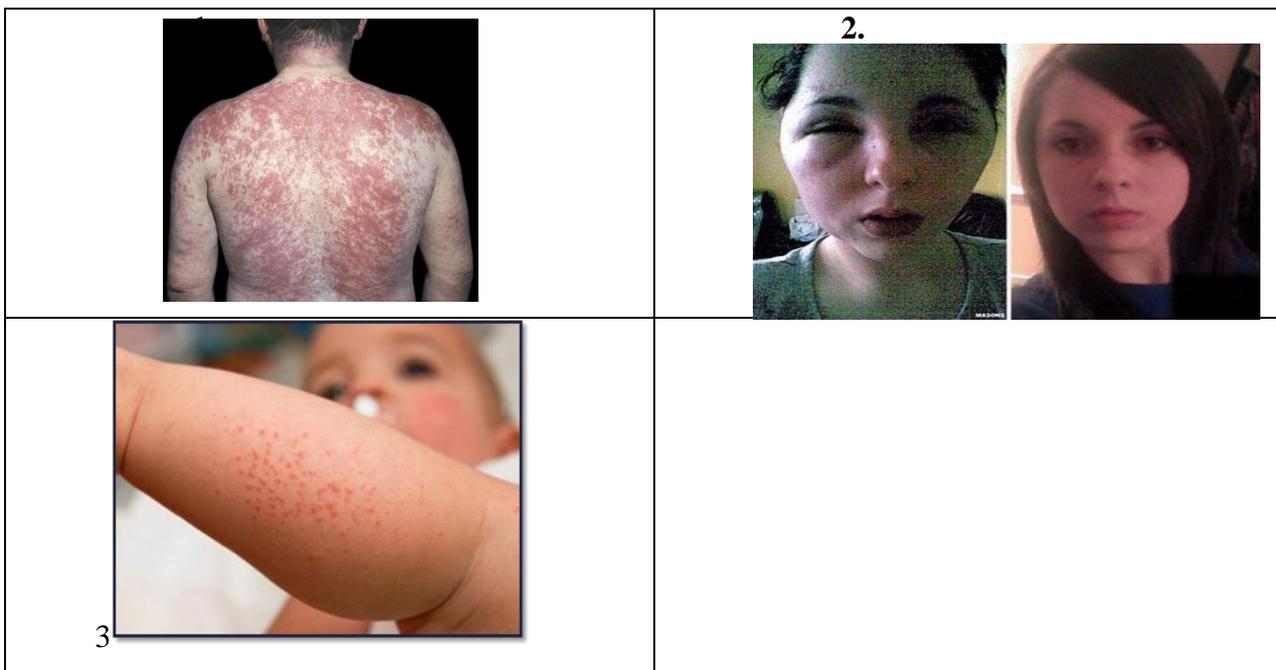
- определять основные компоненты, входящие в структуру здоровьесберегающей подготовки;
- осознавать значение ценностных ориентаций для управления здоровьесберегающей подготовкой;
- осознавать и применять знания о механизмах гомеостатической регуляции в организме в процессе здоровьесберегающей подготовки;
- выявлять индивидуальные анатомо-физиологические и психодинамические особенности здоровьесберегающей подготовки;
- определять факторы, определяющие физическое, социальное и психологическое здоровье в процессе здоровьесберегающей подготовки;
- конструктивно разрешать противоречия в конфликтных ситуациях;
- осуществлять рефлексию своего поведения в стрессовых и конфликтных ситуациях;
- умение использовать цифровые технологии, способствующие здоровьесберегающей подготовке.

Этап III – направленной на определение индивидуальных особенностей здоровьесберегающего поведения в процессе самостоятельной работы для определения траектории здоровьесберегающего саморазвития.

В процессе самостоятельной работы происходит осмысление материала, рефлексирование индивидуально-личностных особенностей студентов, включающей работу с цифровыми ресурсами, на электронном образовательном портале ВГТУ, посредством электронной почты, в режиме чата и очное общение между преподавателем и студентами. На этапе III на основе самостоятельности осуществляется построение здоровьесберегающей траектории здоровьесберегающего саморазвития, с учетом индивидуальных стратегий и барьеров формирования здоровьесберегающей подготовки.

При изучении дисциплины «Основы медицинских знаний» используются ситуационные задачи с видео и фото материалами, направленными на способность диагностировать разные состояния и ситуации, что укрепляет самооценку и служит опорой для активизации здоровьесберегающей подготовки.

Задача 1. Поставьте диагноз вида аллергической реакции у пациента после применения физиотерапевтических процедур.



1	2	3
Сывороточная болезнь	Отек Квинке	Крапивница

На этапе III студенты овладевают следующими умениями:

- определять индивидуальные стратегии здоровьесберегающей подготовки на основе ценностно-смысловой сферы, с учетом индивидуальных анатомо-физиологических и психодинамических особенностей;
- корректировать и развивать индивидуальные стратегии здоровьесберегающей подготовки, на основе здоровьесберегающего самосознания;
- определять и устранять барьеры в развитии здоровьесберегающей подготовки;
- осуществлять рефлексирование индивидуальных особенностей здоровьесберегающей подготовки;
- умение развивать навыки конструктивного взаимодействия в социуме с учетом индивидуальных способов восприятия и переработки информации;
- формировать целостное представление о составляющих компонентах здоровьесберегающей подготовки на основе личного опыта и мировидения.
- самостоятельно использовать цифровые средства для решения задач здоровьесберегающей подготовки;
- выстраивать индивидуальную здоровьесберегающую стратегию на основе осознания индивидуальной ответственности за здоровьесберегающую подготовку.

Таблица 1.

Формирование здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа на основе контекстно-модульной технологии

Этапы / Модули	Задачи	Умения
<p>Этап 1. Теоретический аспект здоровьесберегающей подготовки</p> <p>Модуль 1. Теоретические знания о здоровьесберегающей подготовке</p> <p>Модуль 2. Особенности здоровьесберегающей подготовки</p>	<p>- провести диагностику уровня знаний студентов колледжа о здоровьесберегающей подготовке;</p> <p>- разработать авторскую программу «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа»;</p> <p>- разработать теоретический аспект здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа</p>	<p>- умение определять цель и основные методы изучения функционального состояния живых систем для их здоровьесберегающей деятельности;</p> <p>- умение осуществлять профилактику с учетом структурной и функциональной организации живых систем;</p> <p>- умение проводить оценку параметров здоровья человека;</p> <p>- осуществлять рефлекссию своих успехов в области здоровьесберегающей подготовки</p> <p>- управлять здоровьесберегающей деятельностью на основе самопознания своих индивидуальных особенностей в процессе здоровьесберегающей подготовки;</p> <p>- умение применять цифровые технологии для здоровьесберегающей подготовки.</p>
<p>Этап 2. Деятельностный аспект здоровьесберегающей подготовки с учетом индивидуальных особенностей студентов</p> <p>Модуль 2. Особенности здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа</p>	<p>- выявить индивидуальные особенности студентов колледжа в процессе овладения различными стратегиями здоровьесберегающей подготовки</p>	<p>- определять основные компоненты, входящие в структуру здоровьесберегающей подготовки;</p> <p>-осознавать значение ценностных ориентаций для управления здоровьесберегающей подготовкой;</p> <p>- осознавать и применять знания о механизмах гомеостатической регуляции в организме в процессе здоровьесберегающей подготовки;</p> <p>-выявлять индивидуальные анатомо-физиологические и психодинамические особенности здоровьесберегающей подготовки;</p> <p>- определять факторы определяющие физическое, социальное и психологическое здоровье в процессе здоровьесберегающей подготовки;</p> <p>- конструктивно разрешать противоречия в конфликтных ситуациях;</p> <p>- осуществлять рефлекссию своего</p>

		поведения в стрессовых и конфликтных ситуациях; - умение использовать цифровые технологии, способствующие здоровьесберегающей подготовке;
<p>Этап 3. Организация самостоятельной деятельности студентов в процессе здоровьесберегающей подготовки</p> <p>Модуль 3. Организация и проведение самостоятельной деятельности студентов,</p>	<p>- организовать самостоятельную деятельность студентов колледжа с использованием рефлексивных и цифровых технологий</p>	<p>- определять индивидуальные стратегии здоровьесберегающей подготовки на основе ценностно-смысловой сферы, с учетом индивидуальных анатомо-физиологических и психодинамических особенностей;</p> <p>- корректировать и развивать индивидуальные стратегии здоровьесберегающей подготовки, на основе здоровьесберегающего самосознания;</p> <p>- определять и устранять барьеры в развитии здоровьесберегающей подготовки;</p> <p>- осуществлять рефлексирование индивидуальных особенностей здоровьесберегающей подготовки;</p> <p>- умение развивать навыки конструктивного взаимодействия в социуме с учетом индивидуальных способов восприятия и переработки информации;</p> <p>- формировать целостное представление о составляющих компонентах здоровьесберегающей подготовки на основе личного опыта и мировидения.</p> <p>- самостоятельно использовать цифровые средства для решения задач здоровьесберегающей подготовки;</p> <p>- выстраивать индивидуальную здоровьесберегающую стратегию на основе осознания индивидуальной ответственности за здоровьесберегающую подготовку</p>

С целью моделирования условий здоровьесберегающей деятельности можно использовать анализ конкретных ситуаций, позволяющий студентам использовать свой опыт и мировидение для здоровьесберегающей подготовки.

Эффективность контекстно-модульной технологии проявляется в сочетании форм и методов контекстного обучения, рефлексивных и цифровых технологий основанных на самодиагностике и рефлексировании

взаимосвязи ценностно-смысловой сферы личности со стратегиями здоровьесберегающей деятельности. Такое сочетание обеспечивает возможность осмысления и перенормирования собственных первичных представлений о здоровьесберегающей подготовке, за счет актуализации механизмов саморегуляции и саморазвития и выработать новые стратегии деятельности в процессе профессионального обучения.

Контекстно-модульная технология, способствующая эффективной здоровьесберегающей подготовке студентов, представляет собой систему, совмещающую в себе теоретические и практические аспекты, а также наиболее эффективные средства: авторскую программу, телекоммуникационные средства, видеоконференции; методы: проблемно-поисковый, эвристический, информационного ресурса, составляющие которого функционируют в синергетической взаимосвязи друг с другом, образуя единое целое, и генерируют инновационный эффект, интегрируя обучение в аудиториях, цифровое обучение и самообучение.

КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ АВТОРСКОЙ ПРОГРАММЫ С УВЯЗКОЙ С ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМИ СТАНДАРТАМИ

В процессе реализации авторской программы «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа» у студентов СПО специальности 12.02.10 «Монтаж, техническое обслуживание и ремонт биотехнических и медицинских аппаратов и систем» формируются следующие компетенции:

«ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к здоровьесберегающей подготовке;

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие на основе здоровьесберегающей подготовки;

ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством;

ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

ОК 9. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности» [10, с.7].

Таблица 2.

Компетенции студентов, формируемые в результате освоения дисциплин авторской программы «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа»

№	Шифр направления	Результаты	Компетенция
Биология человека			
1.	12.02.10	С учетом структурной и функциональной организации организма человека осуществлять профилактику заболеваний, проводить оценку параметров здоровья человека при его взаимодействии с окружающей средой Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности. Использовать дистанционные технологии в профессиональной деятельности.	ОК 07 ОК 08 ОК 09
Основы медицинских знаний			
2	12.02.10	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности на основе здоровьесберегающей подготовки. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности. Использовать дистанционные технологии в профессиональной деятельности	ОК 01 ОК 08 ОК09
Психология общения			
3	12.02.10	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности на основе здоровьесберегающей подготовки. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие на основе здоровьесберегающей подготовки Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами на основе здоровьесберегающей подготовки Использовать дистанционные технологии в профессиональной деятельности.	ОК01 ОК 03, ОК04 ОК09

Таблица 3

Реализация программы здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа по дисциплинам

№	Специальность/направление подготовки	Название дисциплины	Курс/семестр	Компетенции
1.	12.02.10	Биология человека	2курс 1 и 2 семестр	8–теорет. 2 - прак. занятий 16-СРС

		Основы медицинских знаний	3 курс 1 семестр	2- теорет. 10 -прак. занятия, 6- СРС
		Психология общения	4 курс 1 семестр	4-теоретич. 16- прак. занятий 8 – СРС

Всего: 72 часа

Таблица 4.

Компетенции студентов, формируемые в процессе реализации программы здоровьесберегающей подготовки в соответствии с образовательными стандартами

Направление подготовки 12.02.10 «Монтаж, техническое обслуживание и ремонт биотехнических и медицинских аппаратов и систем»				
Дисциплина	Модуль	курс	Аспект/компетенция	Результаты здоровьесберегающей подготовки
1. Биология человека	Модуль 1: Теоретические знания о здоровьесберегающей подготовке Модуль 2 Особенности здоровьесберегающей подготовки Модуль 3. Организация и проведение самостоятельной деятельности студентов,	2 курс I-2 семестр	Здоровьесберегающая подготовка (социальный аспект) ОК 07	С учетом структурной и функциональной организации организма человека осуществлять профилактику заболеваний, проводить оценку параметров здоровья человека при его взаимодействии с окружающей средой
			Здоровьесберегающая подготовка (физический, социальный аспект) ОК 08, ОК 09	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности
				Использовать дистанционные технологии в профессиональной деятельности
2. Основы медицинских знаний	Модуль 1: Теоретические знания о здоровьесберегающей подготовке Модуль 2 Особенности здоровьесберегающей подготовки Модуль 3. Организация и проведение	3 курс 1 семестр; 3 курс 2 семестр	Здоровьесберегающая подготовка (физический, социальный аспект) ОК 01, ОК 08, ОК 09	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности на основе здоровьесберегающей подготовки. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности

	самостоятельной деятельности студентов,			Использовать дистанционные технологии в профессиональной деятельности
	<p>Модуль 1: Теоретические знания о здоровьесберегающей подготовке</p> <p>Модуль 2 Особенности здоровьесберегающей подготовки</p> <p>Модуль 3. Организация и проведение самостоятельной деятельности студентов</p>	4 курс 1 семестр	Здоровьесберегающая подготовка (психологический, социальный аспект) ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 09	<p>Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности на основе здоровьесберегающей подготовки.</p> <p>Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие на основе здоровьесберегающей подготовки</p> <p>Эффективно взаимодействовать с коллегами на основе здоровьесберегающей подготовки</p> <p>Использовать дистанционные технологии в профессиональной деятельности</p>
3. Психология общения	<p>Модуль 1: Теоретические знания о здоровьесберегающей подготовке</p> <p>Модуль 2 Особенности здоровьесберегающей подготовки</p> <p>Модуль 3. Организация и проведение самостоятельной деятельности студентов</p>	4 курс 1 семестр	Здоровьесберегающая подготовка (психологический, социальный аспект) ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 09	<p>Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности на основе здоровьесберегающей подготовки.</p> <p>Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие на основе здоровьесберегающей подготовки</p> <p>Эффективно взаимодействовать с коллегами на основе здоровьесберегающей подготовки</p> <p>Использовать дистанционные технологии</p>

Таблица 5.

Тематический план авторской программы «Здоровьесберегающая подготовка студентов колледжа»

Темы	Количество часов
Модуль 1. Теоретические знания о здоровьесберегающей подготовке.	12
Тема 1. Влияние доминантных потребностей на здоровьесберегающее поведение. Потребностно-мотивационная сфера личности студентов.	3
Тема 2. Проблема здоровьесберегающей подготовки, как способность принять ответственность за свое здоровье. Факторы, влияющие на физическое, социальное, психологическое здоровье.	3
Тема 3. Стратегии здоровьесберегающей подготовки, как индивидуальная система здоровьесберегающего поведения.	3
Тема 4. Основные факторы здорового образа жизни. Взаимосвязь личностной позиции и здоровьесберегающего поведения.	3
Модуль 2. Особенности здоровьесберегающей подготовки с целью овладения различными стратегиями здоровьесберегающей деятельности	28
Тема 5. Анатомо-физиологические и психодинамические особенности определяющие характер здоровьесберегающего поведения.	7
Тема 6. Адаптационные возможности организма человека. Влияние факторов среды на физическое, социальное, психологическое, духовное здоровье.	7
Тема 7. Индивидуальные особенности конституционной типологии, темперамента, характера, как основа индивидуальной стратегии здоровьесберегающей подготовки студентов.	7
Тема 8. Основы медицинских знаний как опора для санитарно-гигиенической грамотности в процессе здоровьесберегающей подготовки.	7
Модуль 3. Организация и проведение самостоятельной деятельности студентов колледжа с использованием рефлексивных и цифровых технологий	32
Тема 9. Рефлексия здоровьесберегающего поведения, понимание своих индивидуальных ресурсов саморазвития здоровьесберегающей подготовки.	4
Тема 10. Реализация здоровьесберегающей подготовки как профилактики функциональных нарушений в организме, заболеваний на основе самодиагностики и анализа режима двигательной активности, режима дня и основ питания.	6
Тема 11. Прогнозирование состояния индивидуального здоровья на основе самодиагностики и анализа здоровьесберегающих стратегий образа жизни.	4
Тема 12. Резервы двигательной активности, биохимические основы спортивной тренировки	6
Тема 13. Возможности и риски использования средств цифровых технологий в процессе здоровьесберегающей подготовки.	4
Тема 14. Построение перспективной индивидуальной траектории здоровьесберегающего развития.	8
Итого	72

Основным звеном модели здоровьесберегающей подготовки студентов колледжа является контекстно-модульная технология, направленная на здоровьесберегающую подготовку.

В процессе реализации контекстно-модульной технологии здоровьесберегающей подготовки были использованы активные формы

контекстного обучения (проблемная лекция, лекция визуализация, семинар-дискуссия, анализ конкретной ситуации, вебинары); формы цифрового обучения (электронный образовательный портал ВГТУ, видеоконференции, общение в чате и по электронной почте) методы: проблемно-поисковый, эвристический, информационного ресурса.

Рассмотрим подробнее использованные нами формы работы в процессе реализации контекстно-модульной технологии.

Проблемная лекция основана на реализации принципа проблемности и строится как диалог преподавателя-лектора со студентами, в ходе которого проблема рассматривается с различных сторон и осуществляется поиск возможных вариантов решения поставленной проблемы. Проблемная лекция может проходить с использованием метода «мозгового штурма» на этапе анализа и поиска вариантов разрешения конкретной проблемной ситуации из профессиональной области, связанных с выбором стратегий здоровьесберегающего поведения.

Например, проблемная лекция по теме 4. «Основные факторы здорового образа жизни».

При изучении дисциплины «Биология человека» тема: «Анатомия и физиология сердечно-сосудистой системы»

Цель: Изучить анатомо-физиологические особенности и механизмы гомеостатической регуляции (на примере сердечно-сосудистой системы) для осознания значимости здоровьесберегающей подготовки для оптимального функционирования организма.

Саморегуляция в функционировании сердечно-сосудистой системы является приспособлением к взаимодействию с внешней средой на основе нейрогуморальной, эндокринной, иммунологической регуляции, направленным на достижение и поддержание относительного постоянства внутренней среды организма человека. Ее приспособительный характер обеспечивается индивидуальными анатомо-физиологическими особенностями и тренированностью сердца и сердечно-сосудистой системы к физическим нагрузкам. Ее анатомические особенности обеспечивают функционирование данной системы органов. Изучая строение сердца и его функционирование, акцентируем внимание на зависимости частоты сердечных сокращений и силе выброса крови в аорту от тренированности организма. Студенты выясняют, что (объем перекачиваемой сердцем крови может изменяться от 6 до 30 литров за 1 минуту), а ответная реакция на нагрузку у спортсмена выражается в увеличении силы выброса крови в аорту, а у нетренированного человека увеличивается частота сердечных сокращений, что выступает фактором риска для развития сердечно-сосудистых патологий.

Последовательно раскрывая учебный материал, изучая особенности функционирования сердца и сердечно-сосудистой системы состоящей из сердца, артериальной и венозной систем, намечаем способы профилактики заболеваний сердечно-сосудистой системы, оптимальные условия

функционирования и факторы риска возникновения заболеваний и нарушений в данной системе органов.

В ходе изучения материала обращаемся к личному опыту студентов о данной системе органов, определяем: какие заболевания характерны для данной системы органов, способы профилактики заболеваний. Для закрепления материала используется частично поисковый метод, предполагающий поиск ответов на вопросы при помощи цифровых средств (смартфон) по группам: 1 группа выясняет какие заболевания характерны для данной системы органов, 2 группа определяет способы профилактики. Данные поиска по заявленным проблемам конспектируются в тетради. Студенты докладывают результаты поиска, дополняя ответы товарищей.

Вариантом закрепления материала может выступать терминологический кроссворд в готовой форме или составленный студентами самостоятельно из основных понятий и определений темы из 10-15 слов.

Применение проблемных лекций, семинаров-дискуссий позволяет активизировать позицию студентов, высказывать свою точку зрения с опорой на личностный опыт, включаться в контекст здоровьесберегающей деятельности.

При изучении дисциплины «Биология человека» темы «Принцип морфофункциональной организации живых систем» рассматривая особенности организма человека как многоуровневой, функционально единой системы ставятся проблемные вопросы: «Человек как система - это машина?, Какие свойства определяют живое?, Что управляет этой системой и задает направленность ее жизни?». Последовательно изучая темы курса «Биология человека» рассматривая вопросы структурно-функциональной организации организма человека мы приходим к выводам о взаимосвязи строения и функций в организме, определяем причинно-следственные связи как механизм взаимодействия живого с окружающей средой. Вместе с тем каждая система имеет свои индивидуальные особенности строения и функционирования и нуждается в специфических веществах для работоспособности. Опираясь на уровневую организацию жизни, делаем вывод об уникальности генетического кода каждого человека и, следовательно, индивидуальной системе взаимодействия с окружающим миром, выраженной в индивидуальных способах построения восприятия и осмысления внешнего мира и реакциях на его изменения.

Изучая раздел «Опорно-двигательная система» задается проблемный вопрос «Может ли любой человек стать чемпионом-спринтером? В ходе изучения данного раздела раскрываются особенности работы мышечной системы, гендерные различия строения опорно-двигательной системы, устанавливается взаимосвязь между строением органа, системы органов и выполняемой ими функцией, также изучение материалов раздела позволяет углублять представления об совокупности индивидуальных особенностей отдельных организмов которые могут выступать преимуществами в различных условиях, например, спринтерские способности.

Также широко используются ситуационные задачи для определения профилактики заболеваний организма человека. Например «Женщина, 42 года, работает экономистом в строительной компании, не обедает, перекусывает диетическими йогуртами с выпечкой. Ее мать страдает диабетом 2 типа у бабушки ожирение. Определить факторы, способствующие ожирению, рассмотреть необходимость хирургических методов и дать рекомендации по изменению образа жизни».

Последовательно изучая темы занятий, учащиеся самостоятельно выявляют методы профилактики заболеваний организма человека, ранжируют их, формируют индивидуальную систему представлений о здоровом образе жизни основанную на интеллектуальном поиске и личном опыте.

Определена тематика самостоятельных и практических работ для определения индивидуально-личностных особенностей студентов в рамках дисциплины «Биология человека»

1. Исследование двигательной функции мышц. Динамометрия
2. Исследование остроты зрения.
3. Исследование остроты слуха.
4. Оценка адаптационных возможностей сердечно-сосудистой системы при функциональных пробах.
5. Определение индивидуального уровня физического здоровья.
6. Определение коэффициента физической активности человека.
7. Определение основного обмена веществ.

Следующей формой организации коллективной деятельности на занятиях является *семинар-дискуссия*, которая позволяет моделировать для студентов содержание и различные формы взаимодействия в профессиональной деятельности. Семинар-дискуссия в ходе практического занятия позволяет по-новому взглянуть в ходе обсуждения на проблему здоровьесберегающей подготовки. Семинар-дискуссия способствует развитию мотивации к здоровьесберегающей подготовке, творческого мышления, готовности к овладению различными стратегиями здоровьесберегающей подготовки при разрешении профессиональных задач.

Семинар-дискуссия

Дисциплина «Основы медицинских знаний» (проводится после изучения тем: Причины, клиника, первая помощь при неотложных состояниях сердечно-сосудистой, дыхательной, пищеварительной и выделительной систем).

Ход семинара-дискуссии:

1. Подготовка

Несколько студентов готовят сообщения по темам:

1. Биологическая ценность здоровья
2. Социальная ценность здоровья
3. Экономическая ценность здоровья
4. Эстетическая ценность здоровья
5. Этическая ценность здоровья

2. Основная часть

Все студенты вначале занятия получают анкету из 5 вопросов, в которой они должны определить ценность здоровья по двум параметрам:

1. Лично для себя; 2. Для государства.

После анкетирования студенты выступают с подготовленными сообщениями, после каждого из которых проходит диалогическое обсуждение, в результате которого студенты дополняют анкету новыми выводами.

3. Выводы.

В ходе семинара-дискуссии происходит формирование совместного опыта, с использованием личного опыта, ценности здоровья как общественной, социальной, экономической, эстетической ценности, что укрепляет мотивацию здоровьесберегающей подготовки, определяет доминирующую роль здоровья в системе ценностных ориентаций.

Одной из форм организации процесса здоровьесберегающей подготовки является *анализ конкретной ситуации*. Проблемный характер обучения в процессе здоровьесберегающей подготовки активизирует познавательную активность на определение индивидуальных стратегий здоровьесберегающего поведения, формирует способность аргументировать свою точку зрения. Анализ конкретных ситуаций позволяет сравнить свои установки и предубеждения в области здоровьесберегающей подготовки с другими, переосмыслить их на основе рефлексии личного опыта и выработать новые более продуктивные здоровьесберегающие стратегии, с учетом индивидуальных особенностей.

Изучение дисциплины «Основы медицинских знаний» позволяет выявить общие подходы к профилактике различных заболеваний, адаптационные возможности организма и индивидуальные особенности реагирования на лекарственные препараты, которые необходимо учитывать при лечении, оказывать первую медицинскую помощь при различных состояниях, что позволяет осмысливать ценность здоровья как ресурса для жизнедеятельности и самоопределения и применять в профессиональной деятельности по профессии – «17861 Регулировщик радиоэлектронной аппаратуры медицинского назначения».

Например, при изучении темы «Основы медицинских знаний в процессе проведения санитарно-профилактических мероприятий» студентам предлагается осмысление проблемы на основе анализа конкретной ситуации.

«В семье Ивановых двое детей Саша и Алеша. Утром мама определила у Алеша температуру-38,6, общее недомогание, других симптомов нет. Задание: проранжируйте по степени эффективности методы дезинфекции, дезинсекции и дератизации для профилактики заболевания остальных членов семьи.

Ультрафиолетовое облучение

Проветривание помещения

Использование хлорной извести

Использование ловушек

Стирка белья
Кипячение белья
Проглаживание белья
Мытье рук
Выколачивание одежды и постельных принадлежностей
Термическая обработка в сушижаровых шкафах
Влажная уборка помещения
Индивидуальная посуда
Средства индивидуальной защиты

Подобные задания закрепляют гигиенические навыки профилактики заболеваний и являются базовыми для формирования здоровьесберегающей подготовки.

Важным элементом обучения выступает *лекция-визуализация* позволяющая наглядно представлять материалы направленные на здоровьесберегающую подготовку. Использование лекции визуализации предполагает предварительную постановку проблемы, которая обсуждается после представления рисунков, схем, видеофрагментов, презентации и т.п.

Пример лекции-визуализации

Дисциплина «Основы медицинских знаний»

Тема «Первая помощь при аллергических реакциях».

Цель: Определить механизмы развития аллергических реакций, первую помощь и методы профилактики аллергических реакций при помощи презентации.

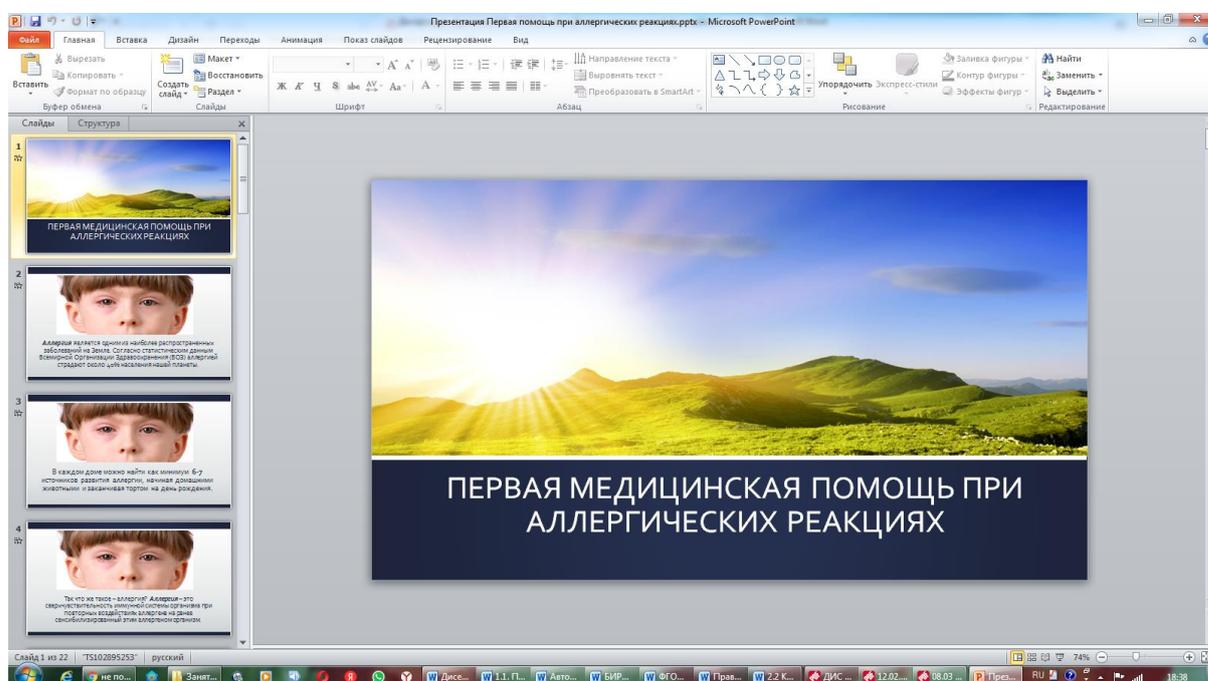


Рисунок 1 - Фрагмент лекции-визуализации на тему «Первая помощь при аллергических реакциях».

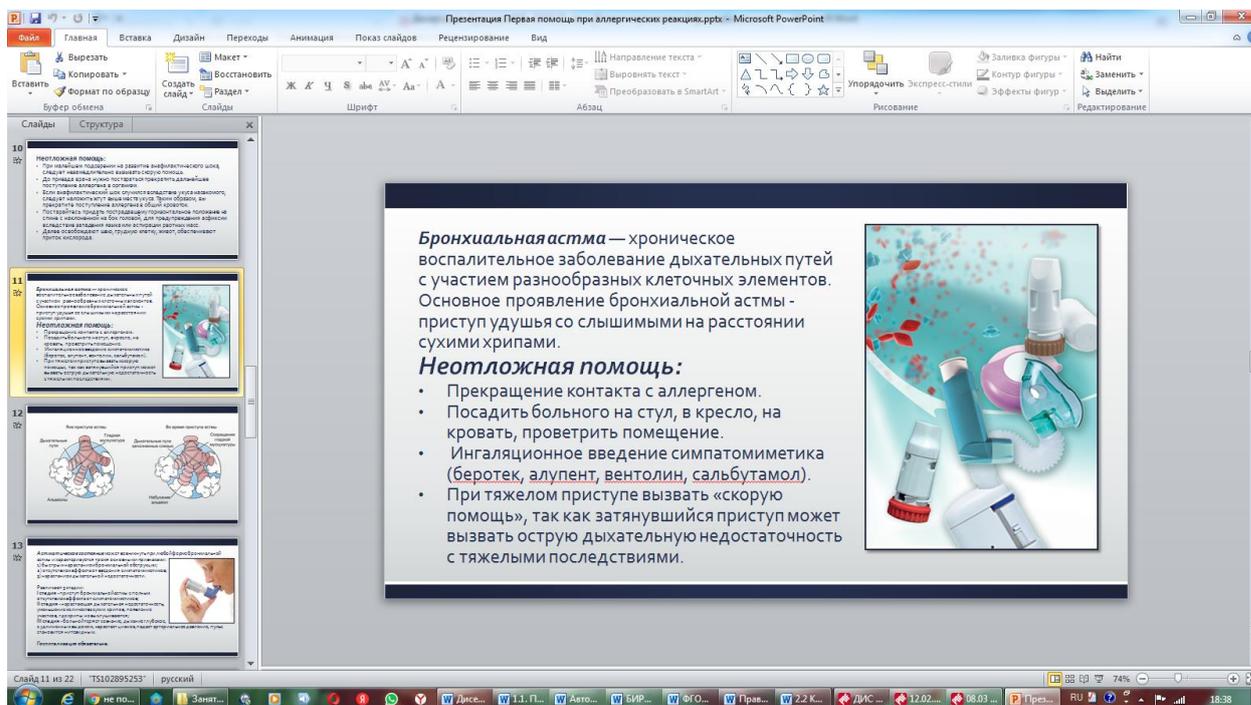


Рисунок 2 - Фрагмент лекции-визуализации на тему «Первая помощь при аллергических реакциях».

Определена тематика самостоятельных и практических работ для определения индивидуально-личностных особенностей здоровьесберегающей подготовки в рамках дисциплины «Основы медицинских знаний»:

1. Факторы риска возникновения отдельных заболеваний и патологических состояний.
2. Восстановление спортивной работоспособности и тренированности
3. Биохимические основы спортивной тренировки
4. Питание спортсменов
5. Мышечная деятельность, индивидуальные особенности тренировки в зависимости от психодинамических особенностей
6. Индивидуальные особенности предстартовых состояний спортсменов.

Дисциплина «Психология общения» дает теоретическую и практическую базу для определения индивидуальных личностных качеств: темперамента, способов восприятия и переработки информации, особенностей эмоционально-волевой сферы.

В процессе обучения студенты определяют собственные индивидуальные качества и в процессе групповой работы сравнить собственные стратегии и поведение в различных ситуациях с другими, что позволяет устанавливать причинно-следственную взаимосвязь личностных

структур с успешностью индивидуальных стратегий здоровьесберегающей подготовки.

Определена тематика самостоятельных и практических работ по «Психологии общения»

1. Самодиагностика и составление плана действий по коррекции результатов, мешающих здоровьесберегающему поведению.

2. Отработка навыков применения коммуникативных техник и приемов для здоровьесберегающей деятельности.

3. Индивидуально-личностные особенности использования сенсорных каналов в процессе здоровьесберегающей подготовки.

4. Решение ситуативных задач: «Как не стать жертвой манипулятора?»

5. Выявление структуры самоотношения личности и разработка сценариев здоровьесберегающего взаимодействия в межличностном общении.

6. Анализ произведенных конфликтов и составление алгоритма выхода из конфликтной ситуации с учетом индивидуально-личностных особенностей.

7. Разработка индивидуальной траектории здоровьесберегающего развития личности.

Последовательное изучение дисциплины «Психология общения» открывает перед студентами механизмы управления индивидуальными стратегиями на основе анализа проблемных ситуаций. Данная дисциплина изучается на 4 курсе, является завершающим дидактическим элементом здоровьесберегающей подготовки. Проблемный характер обучения придает постоянная направленность на определение векторов развития здоровьесберегающей подготовки для каждой темы при изучении дисциплины.

Содержание активных методов обучения позволяет интегрировать содержание разных дисциплин, практической деятельности, личного опыта обучающихся, а также включать соблюдение норм и требований, установленных в профессиональной сфере.

Основными методами реализации здоровьесберегающей подготовки студентов на основе контекстно-модульной технологии выступили: *проблемно-поисковый* метод (позволяет находить новые способы решения проблемных заданий, анализировать многообразие вариантов выбора, приращивать недостающие знания, проводить рефлекссию и устанавливать причинно-следственные связи между событиями); *самодиагностики* (выявляет индивидуально-личностные стратегии формирования здоровьесберегающей подготовки), *обучение в сотрудничестве* (позволяет посредством установления субъектных отношений в процессе обучения создавать резонансное взаимодействие при котором актуализируются внутренние механизмы саморазвития).

В процессе здоровьесберегающей подготовки студенты формируют индивидуальную траекторию развития в области здоровьесберегающей

подготовки, представляющую анализ и осмысление основных тем курса «Психология общения».

Опорой для построения индивидуальной траектории здоровьесберегающей подготовки служит метод *портфолио*, который представляет собой набор документов, показывающих достижения студентов в сфере здоровьесберегающей подготовки. Сюда входят документы, определяющие личностные способности студентов в социальной, спортивной, учебной деятельности собранные за период обучения в колледже. К ним относятся грамоты, дипломы, удостоверения, разработка индивидуальной траектории здоровьесберегающей подготовки. Это позволяет студентам провести анализ и ретроспективную рефлексию своих достижений, представить на всеобщее обозрение свой личностный опыт, что служит средством стабилизации уровня самооценки, разработать индивидуальную, перспективную траекторию здоровьесберегающего развития.

Таблица 6.

Индивидуальная траектория здоровьесберегающей подготовки

Группа _____ Ф.И.О. _____

Число, месяц, год рождения _____

№	Индивидуальные особенности личности	Базовые качества личности	Стратегии здоровьесберегающей подготовки
1.	Темперамент _____ *Пр.р.№1		
2.	Ценностно-смысловая сфера личности Пр.р.№2	Цели (Терминальные) Средства (Инструментальные)	
3.	Самооценка _____ Пр.р.№3		
4.	Ведущий способ восприятия и переработки информации. _____ Пр.р.№4		
5.	Ведущие «Эго -состояния» по Э. Берну _____ Пр.р.№5		
6.	Стиль делового общения _____ Пр.р.№6		
7.	Стиль поведения в конфликтах Пр.р.№7		

Таблица 7.

Компоненты, критерии, показатели, диагностические методики и уровни здоровьесберегающей подготовки студента на основе контекстно-модульной технологии.

Компоненты	Критерии	Показатели	Диагностические методики	Уровни		
				Высокий	Средний	Низкий
МОТИВАЦИОННО-ЦЕННОСТНЫЙ	1. Ценностный	Мотивы к здоровьесберегающей подготовке студентов; -потребность в достижении успеха в процессе здоровьесберегающей подготовки студентов; -ценностные ориентации к здоровьесберегающей подготовке студентов	Методика исследования самоотношения С. Р. Пантилеев (МИС); Оценка потребностей (Ю. М. Орлов); Определение ценностных ориентаций (М. Рокич).	Устойчивое проявление мотивов к здоровьесберегающей подготовке; - сознательный интерес к здоровьесберегающей подготовке; -ценность здоровьесбережения входит в число ценностных доминант	Периодическое проявление мотивов к здоровьесберегающей подготовке; - интерес к здоровьесберегающей подготовке проявляется периодически; -ценность здоровьесбережения признается формально, но не входит в число ценностных доминант	Ситуативное проявление мотивов к здоровьесберегающей подготовке; - отсутствие интереса к здоровьесберегающей подготовке; - отсутствие ценности здоровьесбережения в системе ценностных доминант .
	2. Знаниевый	Системные знания о здоровьесберегающей подготовке; - осознание восприятия знания в процессе здоровьесберегающей подготовки; - самостоятельность и глубина суждений в процессе здоровьесберегающей подготовки.	Диагностические тесты, анкеты, зачёты, метод анализа документов. Индекс отношения к здоровью (С. Д. Дерябо, В. А. Ясвина) Тест-опросник субъективного контроля (УСК) Дж. Роттера, адаптированный Е. Ф. Бажиным, С. А. Голькиной , А. М. Эткиндром	Демонстрирует системные знания в области здоровьесберегающей подготовки; - наблюдается постоянный интерес к здоровьесберегающей подготовке; - самостоятельность и сознательное выполнение здоровьесберегающих действий.	Знания в области здоровьесберегающей подготовки носят стандартный характер; - проявляются ситуационно интерес к здоровьесберегающей подготовке - периодическое проявление самостоятельности и в выполнении здоровьесберегающих действий	Знания в области здоровьесберегающей подготовки носят поверхностный характер; интерес к знаниям в области здоровьесберегающей позицией не проявляет; - здоровьесберегающие действия осуществляет ситуационно

ДЕЯТЕЛЬНОСТНЫЙ	3. Деятельностный	<p>Овладение различными стратегиями для здоровьесберегающей подготовки;</p> <ul style="list-style-type: none"> - проявление здоровьесбережения в процессе деятельности; - самореализация в процессе здоровьесберегающей подготовки. 	<p>Диагностика личностной направленности (Б. Бассе).</p> <p>Определение индекса отношения к здоровью (С. Д. Дерябо, В. А. Ясвина)</p> <p>Определение способности к самоорганизации и самообразованию (В. И. Андреев)</p>	<p>Постоянно проявляет устойчивую направленность на здоровьесберегающую подготовку в контексте здоровьесберегающей деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - постоянное сознательное стремление к овладению различными стратегиями в процессе здоровьесберегающей подготовки; - активная заинтересованность и способность к определению индивидуально-личностных путей саморазвития и самообразования в процессе здоровьесберегающей подготовки. 	<p>Периодически проявляет направленность на здоровьесберегающую подготовку в контексте здоровьесберегающей деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - проявляется стремление к овладению различными стратегиями в процессе здоровьесберегающей подготовки; - имеется способность к саморазвитию и самообразованию в процессе здоровьесберегающей подготовки 	<p>Отсутствует направленность на здоровьесберегающую подготовку в контексте здоровьесберегающей деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - ситуационное стремление к овладению различными стратегиями в процессе здоровьесберегающей подготовки; - слабая способность к саморазвитию и самообразованию в процессе здоровьесберегающей подготовки
	РЕФЛЕКСИВНО-ОЦЕНОЧНЫЙ	4. Рефлексивный	<p>Развитие здоровьесберегающего самосознания;</p> <ul style="list-style-type: none"> - осознание собственной ответственности за здоровьесберегающую подготовку; - понимание своих индивидуальных особенностей, саморазвитие в процессе здоровьесберегающей подготовки. 	<p>Определение самоконтроля в общении (М. Снайдер).</p> <p>Тест «Уровень субъективного контроля» Е. Ф. Бажин, Е. А. Гольнкина, Л. М. Эткинд</p> <p>Методика определения уровня рефлексивности (, В. В. Пономарев, А. В. Карпов)</p>	<p>Осознает себя организатором-участником здоровьесберегающей деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - высокая способность удерживать, корректировать и развивать личностные стратегии в процессе здоровьесберегающей подготовки; - личностная «Я концепция» построена на адекватной самооценке и активно выражена 	<p>Осознает себя участником здоровьесберегающей деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - периодическая способность удерживать и корректировать личностные стратегии здоровьесберегающей подготовки; - личностная «Я концепция» в процессе здоровьесберегающей подготовки выражена.

Перечень рекомендуемой литературы

1. Абаскалова, Н. П. Системный подход в формировании здорового образа жизни субъектов образовательного процесса «Школа-вуз» / Н. П. Абаскалова. – Новосибирск : Новосибирский государственный педагогический университет, 2001. – 316 с. -ISBN 5-85921-228-3. -Текст : непосредственный.
2. Абульханова-Славская, К. А. Психология и сознание личности (Проблемы методологии, теории и исследований реальной личности) : Избранные психологические труды / К. А. Абульханова. – Москва : Московский психолого-социальный институт ; Воронеж : НПО «Модек», 1999. – 224 с. -ISBN 5-89502-067-4. – Текст : непосредственный.
3. Айзман, Р. И. Здоровьесберегающие технологии в образовании: учебное пособие для академического бакалавриата / Р. И. Айзман, М. М. Мельникова, Л. В. Косованова. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва: Издательство Юрайт, 2019. – 282 с.
4. Ананьев, В. А. Психология здоровья. Концептуальные основы психологии здоровья / В. А. Ананьев. – Санкт-Петербург: Речь, 2006. – 384 с. -ISBN 5-9268-0486-8. – Текст : непосредственный.
5. Бабанский, Ю. К. Интенсификация процесса обучения / Ю. К. Бабанский. - Москва : Знание, 1987. – 372 с. – Текст : непосредственный.
6. Вербицкий, А. А. Контекстное образование в вузе: теория и технологии / А. А. Вербицкий. – Текст : непосредственный // Профессиональное и высшее образование: вызовы и перспективы развития : коллективная монография / С. Т. Чистякова [и др.]. – Москва : Экон-Информ, 2018. – ISBN 978-5-9500963-7-2. – С. 64–71.
7. Загвязинский, В. И. Исследовательская деятельность педагога : учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений / В. И. Загвязинский. – Москва : Академия, 2006. – 176 с. -ISBN 5-7695-2711-0. – Текст : непосредственный.
8. Зеер, Э. Ф. Психология профессий / Э. Ф. Зеер. – Москва : Академический проект, 2008. – 117 с. -ISBN 978-5-8291-1098-7. - Текст : непосредственный.
9. Коменский, Я. А. Антология гуманной педагогики / Я. А. Коменский. - Москва : Издательский Дом Шалвы Амонашвили, 2002. – 224 с. -ISBN 5-89147-006-3. -Текст : непосредственный.
10. Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по специальности 12.02.10 Монтаж, техническое обслуживание и ремонт биотехнических и медицинских аппаратов и систем : утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 9 декабря 2016 г. № 1585. – Текст : электронный // ГАРАНТ.ru : [сайт]. – 2021. – URL: <http://ivo.garant.ru/#/document/71577336/paragraph/1:0> (дата обращения: 15.07.2021).