

Научная статья
УДК 374.33

**РЕЗУЛЬТАТЫ АНАЛИЗА УРОВНЯ РЕАЛИЗАЦИИ
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В УСЛОВИЯХ
ЛЕСОТЕХНИЧЕСКОГО УНИВЕРСИТЕТА**

**Юлия Германовна Бердникова¹, Олег Юрьевич Малоземов²,
Галина Анваровна Кочугова³**

^{1,3} Уральский государственный лесотехнический университет,
Екатеринбург, Россия

² Уральский государственный медицинский университет,
Екатеринбург, Россия

¹ berdnikovayug@m.usfeu.ru

² malozemovou@m.usfeu.ru

³ kochugovaga@m.usfeu.ru

Аннотация. В статье обсуждаются вопросы внедрения и использования здоровьесберегающих технологий в период обучения студентов, а также проводится исследование эффективности их применения в лесотехническом вузе. Приведены данные опроса студентов вуза.

Ключевые слова: здоровьесберегающие образовательные технологии, физическая культура

Для цитирования: Бердникова Ю. Г., Малоземов О. Ю., Кочугова Г. А. Результаты анализа уровня реализации здоровьесберегающих технологий в условиях лесотехнического университета // Цивилизационные перемены в России. 2024. С. 287–295.

Original article

**RESULTS OF THE ANALYSIS OF THE LEVEL
OF HEALTH-SAVING TECHNOLOGIES IMPLEMENTATION
IN CONDITIONS OF FOREST ENGINEERING UNIVERSITY**

Yulia G. Berdnikova¹, Oleg Yu. Malozyomov², Galina A. Kochugova³

^{1,3} Ural State Forest Engineering University, Yekaterinburg, Russia

² Ural State Medical University, Yekaterinburg, Russia

¹ berdnikovayug@m.usfeu.ru

² malozemovou@m.usfeu.ru

³ kochugovaga@m.usfeu.ru

Abstract. The article discusses the issues of the introduction and use of health-saving technologies during the period of students' education, as well as a study of the effectiveness of their application in a forest engineering university. The data of the survey of university students are presented.

Keywords: health-saving educational technologies, physical education

For citation: Berdnikova Yu. G., Malozyomov O. Yu., Kochugova G. A. Results of the analysis of the level of health-saving technologies implementation in conditions of Forest Engineering University // Civilizational changes in Russia. 2024. P. 287–295.

В общественном сознании и практике воспитания детей и молодежи здоровье всегда рассматривалось с позиции его сохранения и укрепления. В настоящее время развитие промышленности зачастую вызывает нарушение экологического благополучия и, соответственно, здоровья. Однако если на экологическую обстановку сфера педагогики влияет слабо, то на уровень двигательной активности обучающихся в средних школах, колледжах и университетах педагогическое воздействие непосредственное. Проблема в том, что многие обучающиеся нуждаются в повышении уровня физической активности с целью сохранения улучшения уровня психофизического здоровья. В связи с этим, в учебных заведениях актуализируется проблема мотивирования учащейся молодежи к регулярным занятиям физической культурой и спортом. Чтобы добиться результатов, отвечающим современным требованиям, следует более тщательно разобраться в этом вопросе, проанализировать и сделать выводы, основанные на полученных данных, с учетом интересов современной молодежи и общества в целом.

Во всем цивилизованном мире значимость здоровья как ценного индивидуального и общественного ресурса возрастает. Сфера физической культуры и спорта играет ведущую роль и в деятельностном плане (непосредственное поддержание двигательных кондиций на должном уровне), и с медико-биологических позиций (профилактика многих заболеваний и травм), и в социально-психолого-педагогическом плане (формирование здоровьесберегающего поведения, здорового образа жизни личности, в целом). В данной статье рассмотрим современные здоровьесберегающие технологии, применяющиеся в настоящее время в условиях лесотехнического университета.

В образовательном пространстве *здоровьесберегающей технологий* является система взаимосвязанных и взаимодействующих факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья человека на всех этапах его обучения и развития [1]. В силу важности и специфики детско-юношеского периода развития личности здоровьесбережение в педагогике – одно из наиболее перспективных общественно-научных направлений, которое имеет под собой научно-практическую основу, свои

принципы, закономерности, методы и средства. Более того, данное направление представляет качественную характеристику любой педагогической технологии по критерию ее воздействия на здоровье. Сохранение здоровья участников образовательной деятельности и их безопасность должны имманентно присутствовать, иначе все психолого-педагогические инновации не могут считаться таковыми.

Здоровьесберегающие технологии базируются на следующих основных принципах.

1. Технологии не должны ухудшать здоровье обучающихся, т. е. применяемые методы, приемы, методики, средства должны быть научно обоснованными, практически проверенными по вопросу влияния на здоровье.

2. Технологии и все используемое в педагогике должно оцениваться с позиции приоритетного влияния на психофизиологическое состояние участников образования.

3. Технологии должны воздействовать на участников образования в постоянном режиме, видоизменяясь и соответствуя гендерно-возрастным особенностям любой деятельности обучающихся.

4. Технологии должны учитывать субъект-субъектные взаимоотношения участников, т. е. когда обучающийся, являясь объектом педагогических воздействий, непосредственно проявляет собственную активность, участвуя в здоровьесберегающих мероприятиях как содержательно, так и процессуально.

Основные положения здоровьесберегающих технологий неизменны и сегодня, и, по-видимому, в будущем. Во всяком случае, основная цель их не может существенно измениться – обеспечивать обучающихся:

- 1) возможность здоровьесбережения в течение всей жизни;
- 2) формирование необходимых универсальных компетенций по основам здорового образа жизни;
- 3) умения самостоятельно использовать освоенное в учебном заведении в повседневной жизни, независимо от внешних благоприятных/неблагоприятных факторов и условий [2].

Вышеизложенное приводит к мысли о необходимости взаимобратной связи педагогов и обучающихся, предполагающей информацию со стороны обучающихся о предпринимаемых учебным заведением здоровьесберегающих мерах. В противном случае, когда неизвестны причины недостигнутого результата, невозможно адекватно реагировать и действовать в нужном направлении (выборе методов и методик, средств, временных и материальных аспектов деятельности и пр.).

Для определения уровня реализации здоровьесберегающих технологий в условиях Уральского государственного лесотехнического университета (УГЛТУ) было проведено пилотажное исследование в виде социологического опроса студентов. Опрос, в котором приняли участие 96 студентов

первого курса разных направлений и специальностей, проводился в очной форме. Респондентам были предложены вопросы относительно использования в вузе здоровьесберегающих технологий.

По результатам опроса выявлено, что в УГЛТУ применяются следующие основные здоровьесберегающие технологии:

1. *Медико-гигиенические* технологии проявляются в форме обязательного медицинского осмотра всех студентов первых курсов университета до начала занятий по дисциплине Элективные курсы по физической культуре и спорту. На основании полученных данных по состоянию здоровья, обучающиеся делятся на медицинские группы: основную, подготовительную, специальную. Кроме того, на базе вуза имеется спортивно-оздоровительный лагерь (СОЛ) на озере Песчаное, где студенты могут оздоравливаться с помощью вспомогательного средства физического воспитания (природно-оздоровительных факторов) или проходить спортивно-тренировочные сборы по видам спорта.

2. *Организационно-педагогические* технологии связаны с учебными планами всех направлений подготовки, которые включают в себя дисциплину «Физическая культура и спорт», относящуюся к блоку 1 обязательной части и дисциплины по выбору, реализуемые в рамках части формируемой участниками образовательных отношений. Элективные дисциплины (модули) определяются выбором студентов. Спортивная база УГЛТУ и специализация преподавателей кафедры Физического воспитания и спорта позволяет организовать учебно-тренировочный процесс по следующим спортивным направлениям: «Элективные курсы по физической культуре и спорту: игровые виды спорта» (ЭК по ФКиС: ивс) и «Элективные курсы по физической культуре и спорту: общая физическая подготовка» (ЭК по ФКиС: офп).

Для активного и акцентированного восприятия знаний в сфере физической культуры и спорта, двигательной деятельности существуют теоретические занятия (в форме лекций) по дисциплине «Физическая культура и спорт». Чаще всего, проводя ту или иную лекцию, преподаватели кафедры физического воспитания и спорта УГЛТУ используют лекции-беседы, что является распространенной и достаточно простой формой активного вовлечения первокурсников в учебный процесс. Непосредственный контакт преподавателя с аудиторией позволяет привлекать внимание студентов к наиболее важным вопросам темы, определять содержание и темп изложения учебного материала с учетом особенностей и знаний студентов. Хочется отметить, что большинство первокурсников с легкостью включаются в процесс обсуждения той или иной тематики, отвечают на поставленные вопросы, не боятся высказывать свою точку зрения. Студенты отмечают, что не привыкли после школы открыто общаться с лектором, удивляются, например, что с помощью физических упражнений можно развивать физические качества и двигательные умения. На вопрос преподавателя: «Умеете ли вы плавать?», недоумевают, почему их об этом спрашивают.

На методико-практических учебных занятиях (МПЗ) студенты имеют возможность использовать теоретические знания для развития практических навыков. Процесс самопознания психофизической составляющей своего здоровья в данном случае происходит более адекватно и более активно [3]. МПЗ подразумевают возможность осуществления функциональных исследований и применения других методик антропометрии как на учебных занятиях, так и в самостоятельном режиме (используя платформу MOODLE). При этом студенты оценивают свои физические возможности и готовность к физическим нагрузкам.

3. *Психолого-педагогические* технологии, способствующие обеспечению психологического комфорта обучающихся при проведении занятий.

Следует подчеркнуть, что с самого начала практических занятий преподаватели кафедры проводят обязательную общую разминку для всех академических групп. Это помогает первокурсникам адаптироваться к новым формам организации физкультурно-оздоровительной деятельности, позволяет преподавателям указывать на технические ошибки при выполнении тех или иных упражнений, способствует самодисциплине.

Психолого-педагогические технологии используются также при проведении спортивно-массовых мероприятий специально для первых курсов: совместные туристические походы, профессионально-спортивный праздник «Лесное многоборье», военно-спортивная эстафета ко Дню защитника Отечества, спартакиада первых курсов УГЛТУ по таким видам спорта, как волейбол, баскетбол, футбол, шахматы, скалолазание. Целью данных мероприятий, прежде всего, является адаптация первокурсников к новым условиям обучения, нахождение новых знакомств, создание физкультурного «ядра» группы, курса, сохранение и укрепление здоровья, приобретение уверенности в своих силах и т. д.

4. *Физкультурно-оздоровительные* технологии выражены в вариативности учебных занятий по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту». На учебных занятиях студенты имеют возможность осваивать игровые виды спорта, элементы единоборств, легкой атлетики, лыжного спорта, а также общую и специальную физическую подготовку, связанные с развитием основных физических качеств. Также в вузе работают 18 отделений спортивного совершенствования по различным видам спорта. Календарный годовой план спортивно-массовой работы в университете регулярно включает 32 мероприятия спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности.

5. *Учебно-воспитательные* технологии в УГЛТУ подразумевают студенческие мероприятия, связанные с сохранением здоровья, например, «Меняем сигарету на конфету», «Вуз – территория здорового образа жизни» и пр.

Для получения информации от студентов о степени использования описанных выше технологий было проведено социологическое исследование в виде опроса (респонденты – студенты первого курса). Изначально (первым вопросом) выяснялось, насколько студенты информированы в отношении понимания и восприятия здоровьесберегающих технологий. 42 респондента (44 %) ответили отрицательно, а 54 (56 %) – положительно. Вопрос для открытого и развернутого ответа на уровне студентов был задан непростой, поскольку у здоровья, в отличие от болезней, маркеров гораздо меньше (во всяком случае, на уровне обыденного восприятия). Более того, возраст респондентов (18–19 лет) позволяет им не слишком задумываться относительно здоровьесохранного поведения и деятельности. На данном возрастном этапе им гораздо важнее факторы социальной успешности, а не функциональной подготовленности. В случае же заболевания им приходится обращаться за помощью к медицинским специалистам в больницах и поликлиниках, а не к педагогическому сообществу на уровне учебного заведения. Поэтому о здоровьесберегающих технологиях на уровне педагогической сферы многие студенты сразу не могут умозрительно совместить учебное заведение с здоровьесохранной деятельностью и, соответственно, не могут дать вразумительного ответа и пояснений.

Те респонденты, кто не был информирован о подобных технологиях, были ознакомлены в данном направлении (дано определение здоровьесберегающих технологий и другие разъяснения).

Второй вопрос анкеты касался использования конкретных технологий в УГЛТУ. Не назвали ни одной технологии 17 % опрошенных, 83 % – назвали одну и более технологий, использующуюся в УГЛТУ. В данном случае считаем, что процент не назвавших ни одной технологии достаточно высок по неизвестным причинам, поскольку как бы данные респонденты ни относились к физкультурной деятельности (положительно или отрицательно), но через медицинский кабинет в вузе (медицинское освидетельствование и медицинские документы для допуска к занятиям по физической культуре) они все же проходили.

Третий вопрос выявлял мнения обучающихся о пользе от внедренных здоровьесберегающих технологий. 35 % респондентов отметили значительную пользу от практических и учебно-тренировочных занятий. 26 % респондентов высказались о пользе лекционного материала по физической культуре и спорту. Оставшиеся 39 % респондентов отметили лишь среднюю удовлетворенность от применяемых технологий. В принципе такое распределение достаточно адекватно описывает степень участия обучающихся в физкультурной сфере. До трети – занимаются спортом, еще примерно четверть – интересуются физкультурно-спортивной сферой с познавательных позиций, а остальные (примерно 40 %) – не интересуются и самостоятельно не занимаются двигательной деятельностью.

В целом, вопрос о пользе того или иного события, мероприятия, деятельности для здоровья (тем более в количественном измерении) всегда достаточно дискуссионный, вызывающий междискурсные противоречия. Каждый человек может оценить лишь то, что способен оценить. Оценивание же собственного здоровья (тем более его приращения в результате какого-то (каких-то) мероприятий) достаточно сложно, поскольку сложен и многомерен сам объект оценивания. Пока человек не заболел (в острой или хронической форме), он считает, что со здоровьем у него проблем нет. Тем более что многие действия относительно уровня здоровья могут быть оценены лишь в отсроченном варианте, а не непосредственно. Даже сам термин «оценивание» предполагает, что есть объект ценный для субъекта оценивания. Исследования в данном социологическом направлении (социологии здоровья) доказывают, что для многих людей (тем более – молодых) здоровье как терминальная ценность существенно и репрезентативно, но при переходе на уровень инструментальной ценности оно – здоровье – остается вне зоны репрезентативного выбора ценностей [4]. На первый план выходят ценности социокультурного выживания, а не медико-биологического плана. Кроме того, здоровье имеет процессуальную основу на всех уровнях (биологическом, психологическом, социальном, духовном), т. е. является квазисостоянием. Если же сюда добавить еще и биоритмологическую основу здоровья, то, строго говоря, мы каждый день имеем «разное, другое» здоровье, в отличие от того, которое имели ранее. Именно поэтому все споры о здоровье рано или поздно переходят в плоскость обсуждения темы заболеваний. Именно поэтому и было оформлено научное направление – валеология, чтобы, исследуя здоровье здоровых людей, не переходить в плоскость медицинско-биологических нарушений.

Однако на бытийном уровне понимания возможностей сохранения здоровья, двигательная активность (как один из факторов его сохранения и улучшения) не вызывает противоречий и недопониманий. Поэтому данный третий вопрос о пользе от внедренных здоровьесберегающих технологий для уровня студентов вуза считаем вполне корректным и заслуживающим анализа на его ответ.

Четвертый вопрос был связан с мнением студентов о степени достаточности используемого объема здоровьесберегающих технологий в УГЛТУ. 61 % респондентов высказались о недостаточности использования здоровьесберегающих технологий. Остальных качество и количество используемых технологий устраивает. Можно соотнести ответ на данный вопрос с ответом на предыдущий вопрос. Тех, кто не интересуется физкультурной сферой (около 40 %) и тех, кого все устраивает в плане наличия здоровьесберегающих технологий, – одинаковое количество (также около 40 %). Количество же занимающихся и интересующихся физкультурно-спортивной сферой (по предыдущему вопросу 61 %) совпадает с количеством тех, кто отметил недостаточность здоровьесберегающих технологий в вузе (также 61 %).

Объяснить это совпадение можно, по-видимому, так: кто проявляет активность в данной сфере, у тех студентов и возникает большая необходимость в широком использовании здоровьесберегающих технологий, а не проявляющих интереса к физической культуре – все устраивает.

В заключении опроса респондентами в свободной форме были высказаны предложения о повышении разнообразия на практических занятиях, улучшении спортивной материально-технической базы университета. В целом, это соответствует общепринятым предложениям по данному вопросу. Разнообразие любой деятельности (не только двигательной) всегда положительно сказывается на ее восприятии: снижается монотония, утомление, повышается интерес, разносторонней происходит развитие личности на базе данной деятельности. Роль материального фактора (спортивный инвентарь, оборудование спортивных площадок, стадионов, залов) также никто не отменял. Тем более, что в данном направлении в УГЛТУ можно достаточно долго совершенствоваться, что и отметили студенты.

Анализируя полученные результаты рассмотренного опроса студентов можно отметить, что, по мнению и восприятию студентов, здоровьесберегающие технологии в УГЛТУ имеются, но не вполне отвечают современным требованиям. Во-первых, в основном рассматриваемые технологии касаются поддержания текущего физического состояния студентов, а мотивация и психологическая сторона не учитываются. Во-вторых, отмечена недостаточность использования здоровьесберегающих технологий. С другой стороны, положительно, что часть респондентов отметили значительную пользу от имеющихся и внедренных технологий.

В заключение отметим следующее: здоровьесберегающие образовательные технологии не столь тривиальны, а имеют сложную гетерогенную многоуровневую структуру, в соответствии со сложностью самого объекта – здоровье человека. Поэтому формирование физической культуры студенческой молодежи на основе внедрения здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс также сложная многогранная проблема. Тем не менее, без ее решения невозможно воспитать будущего специалиста.

Список источников

1. Горюнова Ю. Э., Сергеева И. Н., Прудникова С. В. Здоровьесберегающие технологии в современном образовательном процессе : сборник трудов конференции // Научное и образовательное пространство в условиях вызовов современности : материалы III Всероссийской научно-практической конференции с международным участием (Чебоксары, 2 ноября 2022 г.). Чебоксары : ЦНС «Интерактив плюс», 2022. С. 66–68.

2. Сигаева Е. В. Здоровьесберегающие технологии в современном образовательном процессе // Молодой ученый. 2021. № 28 (370). С. 50–53.

3. Малоземов О. Ю., Жданова Ю. С., Бердникова Ю. Г. Методико-практические занятия как форма освоения дисциплины «Физическая культура и спорт» в вузе : учебно-методическое пособие. Екатеринбург : УГЛТУ, 2022. 68 с.

4. Журавлева И. В. Здоровье подростков: социологический анализ. М. : Изд-во ин-та РАН, 2002. 240 с.

References

1. Goryunova Yu. E., Sergeeva I. N., Prudnikova S. V. Health-saving technologies in the modern educational process : proceedings of the conference // Scientific and educational space in the context of modern challenges : materials of the III All-Russian Scientific and Practical Conference with international the plot. (Cheboksary, November 2, 2022). Cheboksary : CNS “Interactive Plus”, 2022. P. 66–68.

2. Sigaeva E. V. Health-saving technologies in the modern educational process // Young scientist. 2021. № 28 (370). P. 50–53.

3. Malozemov O. Yu., Zhdanova Yu. S., Berdnikova Yu. G. Methodological and practical exercises as a form of mastering the discipline “Physical culture and sport” in higher education : an educational and methodical manual. Yekaterinburg : USFEU, 2022. 68 p.

4. Zhuravleva I. V. Adolescent health: a sociological analysis. M. : Publishing House of the Institute of the Russian Academy of Sciences, 2002. 240 p.