

УДК 378.147:61

ПРОБЛЕМА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ ВУЗА

О. Г. Тринитатская

Институт развития образования

О. В. Галустян, А. О. Чепига

Южный федеральный университет

Поступила в редакцию 29 мая 2025 г.

Аннотация: в статье рассматривается проблема здоровьесберегающих технологий в образовательной среде вуза. Подчеркивается значимость их использования в вузе. Анализируется понятие «здоровьесберегающая технология», которое включает в себя широкий спектр методов, направленных на создание условий для сохранения и укрепления здоровья обучающихся и на воспитание культуры здоровья и мотивации к ведению обучающимися здорового образа жизни. Авторы приходят к выводу, что применение здоровьесберегающих технологий способствует созданию не только комфортной и безопасной образовательной среды, но и достижению психологического, физического и социального благополучия студентов.

Ключевые слова: здоровьесберегающие технологии, студенты, образовательная среда вуза.

Abstract: the article considers the problem of health-saving technologies in the educational environment of the university. The importance of their use in the university is emphasized. The concept of "health-saving technology" is analyzed, which includes a wide range of methods aimed at creating conditions for maintaining and strengthening the health of students and at nurturing a culture of health and motivation for students to lead a healthy lifestyle. The authors conclude that the use of health-saving technologies contributes to the creation of not only a comfortable and safe educational environment, but also to the achievement of psychological, physical and social well-being of students.

Key words: health-saving technologies, students, educational environment of the university.

Образовательный процесс в вузе ежегодно динамично изменяется [1–3]. Здоровьесберегающие технологии в образовательной деятельности являются предметом научного изучения на протяжении последних десятилетий. Исследования в данной области охватывают различные аспекты: от психологического и физиологического здоровья студентов до социальных и педагогических переменных. Здоровьесбережение направлено на сохранение и укрепление здоровья студентов, а также создание комфортной и безопасной образовательной среды. В последние годы этот вопрос становится особенно актуальным, учитывая увеличение учебной нагрузки у студентов и растущее количество заболеваний, с этим связанных. В Государственной Программе Российской Федерации «Развитие образования до 2030 года» (в ред. Постановления Правительства РФ от 07.10.2021 № 1701), в Национальной доктрине образования

в Российской Федерации на период до 2025 года, в Прогнозе долгосрочного социально-экономического развития РФ на 2013–2030 гг., в Законе РФ «Об образовании» (ред. от 29.12.2012), в Федеральном государственном образовательном стандарте высшего образования (ред. от 19.07.2022 № 662) зафиксирована необходимость совершенствования здоровьесберегающих технологий в образовательной среде высших учебных заведений. В этих документах отмечается потребность в разработке педагогических технологий, направленных на сохранение и укрепление здоровья студентов вузов.

В ходе научных исследований феномена здорового образа жизни сформировался адекватный понятийный аппарат для описания связанных с ним явлений [4–6]. Обратимся, в частности, к термину «здоровьесберегающая технология».

Разделим понятие на составные смысловые части и будем отталкиваться от определения «технология» в словарях русского языка, где оно обозначает как совокупность знаний о способах и

методах осуществления каких-либо процессов, так и факт применения этих знаний для решения практических задач. В этом ключе «здоровьесберегающая технология» – это знания о способах и методах сохранения здоровья и непосредственное внедрение этих знаний в жизнедеятельность человека на самых разных уровнях. Понятие «здоровьесберегающая технология» охватывает широкий спектр методик и подходов, направленных на создание условий для укрепления здоровья, что в конечном итоге ведет к улучшению качества жизни и общему благополучию населения [5].

Рассмотрим, как это явление применяется в образовательной среде вуза. Заслуживает внимания формулировка исследователей О. И. Вагановой, М. М. Кутепова, А. В. Трутановой, которые определяют «здоровьесберегающую образовательную технологию» как действующую систему оптимальных способов организации учебного процесса, целью функционирования которой является сбережение и укрепление здоровья обучающихся. По их мнению, как важную задачу внедрения данной технологии следует рассматривать предоставление широких возможностей психологического, физического и социального благополучия в качестве базы для сохранения здоровья молодежи [7].

Представляет интерес формулировка коллектива ученых (Д. В. Лепешев, И. А. Просандеева, Н. М. Стукаленко), в которой указывается на необходимость применения системы мер. В качестве таковых выступают здоровьесберегающие технологии, направленные на сбережение и укрепление здоровья объекта и субъекта процесса образования, т.е. как студента, так и преподавателя [8].

Система здоровьесберегающих образовательных технологий регламентируется федеральными государственными образовательными стандартами (ФГОС) и Федеральным законом «Об образовании», в котором определены приоритетные вопросы по охране, укреплению, сохранению и развитию здоровья подрастающего поколения; ценностным ориентациям на сознательное ведение и пропаганду здорового образа жизни.

Рассматривая определение здоровьесберегающей педагогической деятельности, важно отметить мнение таких ученых, как: В. М. Протопопов, Г. Н. Скударева, О. Г. Тринитатская, О. Д. Федотова, которые разделяют это понятие на три составляющие:

- здоровьесформирующие образовательные технологии – все технологии, направленные на воспитание культуры здоровья и мотивации к ведению здорового образа жизни, акцент на личностных качествах обучающихся;

- здоровьесберегающие технологии – более широкий термин, охватывающий все методы и программы, которые создают условия для сохранения здоровья обучающихся;

- здоровьесберегающие образовательные технологии – технологии, непосредственно применяемые в образовательном процессе, позволяющие формировать у обучающихся навыки и привычки, способствующие укреплению их здоровья [9; 10].

Такой подход позволяет системно исследовать проблему и эффективно реализовывать программы по здоровьесбережению в образовательной среде вуза, формируя ответственное отношение к своему здоровью у студентов.

Анализ научных работ (В. И. Бондин, Д. Ю. Глушкова, Р. Р. Магомедов, В. И. Мареев, А. М. Менджерицкий, А. Е. Пономарев, И. А. Пономарева, С. И. Седлов, О. Д. Федотова и др.) показал, что обозначен целый ряд условий, которые необходимо соблюдать при реализации плана действий по модернизации образования в области здоровьесбережения обучающихся [11–15]. Среди них можно выделить следующие:

- мониторинг состояния здоровья обучающихся: регулярное проведение медицинских осмотров и анкетирование для оценки состояния здоровья. Анализ полученных данных для внесения корректив в образовательный процесс, что позволит адаптировать учебные планы под индивидуальные потребности обучающихся;

- учет особенностей возрастного развития: разработка программ обучения на основе принципов возрастной психологии с акцентом на развитие памяти, мышления и общей работоспособности;

- создание эмоционально-психологического климата в вузе: формирование атмосферы доверия и поддержки, где обучающиеся могут свободно выражать свои мысли и чувства;

- организация мероприятий, направленных на сплочение коллектива и развитие эмоционального интеллекта (например, тренинги, игры на командообразование). Регулярные беседы о важности психоэмоционального состояния для учебного процесса и здоровья в целом [16; 17 и др.].

Как считают Л. В. Смирнова, В. К. Спирин, О. А. Чупехина, главной целью здоровьесберегающих образовательных технологий является предоставление обучающимся и педагогам путей улучшения функционального состояния организма в ходе образовательного процесса и предупреждение перенапряжения и утомления [8]. Это обуславливает актуальность их активного внедрения в образовательную практику.

Таким образом, проблема воспитания здорового поколения приобретает стратегическое значение в дальнейшем развитии российской образовательной системы на государственном уровне. Перспективным нам представляется исследование путей и средств создания здоровых и безопасных условий для обучающихся, а также реализация комплексного подхода к вопросам сохранения здоровья и благополучия (физического, психологического, социального) студенчества.

ЛИТЕРАТУРА

1. Galustyan O. V. Formation of media competence of future teachers using ICT and mobile technologies / O. V. Galustyan, S. S. Gamisonia, N. I. Vyunova, E. P. Komarova, E. S. Shusharina, O. N. Sklyarova // *International Journal of Interactive Mobile Technologies*. – 2019. – Т. 13. – Issue. 11. – P. 184–196.
2. Matviyevskaya E. G. Formation of information and communication competence of future teachers / E. G. Matviyevskaya, O. G. Tavstukha, O. V. Galustyan, P. A. Ignatov, D. V. Miroshnikova // *International Journal of Emerging Technologies in Learning*. – 2019. – Vol. 14, № 19. – P. 65–76. DOI:10.3991/ijet.v14i19.10990
3. Molodozhnikova N. M. Formation of professional orientation of high school students to medical profession by using ICT tools / N. M. Molodozhnikova, N. V. Biryukova, O. V. Galustyan, J. B. Lazareva, N. N. Stroiteleva // *International Journal of Emerging Technologies in Learning*. – 2020. – Vol. 15, No. 1. – P. 231–239. DOI:10.3991/ijet.v15i01.11423
4. Иванова А. Н. Здоровьесберегающие технологии / А. Н. Иванова // *Молодой ученый*. – 2022. – № 8 (403). – С. 162–165.
5. Михнева А. Г. Технология организации здоровьесберегающего образовательного процесса на аудиторном занятии в вузе : автореф. дис. ... канд. пед. наук / А. Г. Михнева. – Белгород, 2020. – 26 с.
6. Рекунова А. В. Технология развивающейся кооперации как здоровьесберегающая педагогическая технология / А. В. Рекунова, Ю. Н. Кузнецова // *Сборник научных трудов V Всероссийской научно-практической конференции «Научная мысль: традиции и инновации»*. – Москва : ООО «Директ-Медиа», 2024. – С. 262–266.
7. Кутепов М. М. Возможности здоровьесберегающих технологий в формировании здорового образа жизни / М. М. Кутепов, О. И. Ваганова, А. В. Трутанова // *Балтийский гуманитарный журнал*. – 2017. – Т. 6, № 3 (20). – С. 210–213.
8. Спирин В. К. Реализация здоровьесформирующей функции школы на основе актуализации педагогического потенциала образовательной среды / В. К. Спирин, Л. В. Смирнова, О. А. Чупехина // *Теория и практика физической культуры*. – 2017. – № 5. – С. 19–20.
9. Федотова О. Д. Воспитание культуры здорового образа жизни офицеров: методологический аспект / О. Д. Федотова, О. Г. Тринитатская // *Известия Южного федерального университета. Педагогические науки*. – 2015. – № 8. – С. 32–37.
10. Skudareva G. N. Health, health saving, health-saving educational technologies: interdependence, mutual influence, mutual enrichment / G. N. Skudareva // *Современные здоровьесберегающие технологии*. – 2024. – № 3. – С. 145–154.
11. Бондин В. И. К вопросу о личностной парадигме образования в оздоровительной физической культуре / В. И. Бондин, В. И. Мареев, А. М. Менджеричкий, И. А. Пономарева // *Глобальный научный потенциал*. – 2023. – № 7 (148). – С. 72–76.
12. Бондин В. И. Показатели мотивационно-ценностного отношения к здоровью студентов высших учебных заведений / В. И. Бондин, В. И. Мареев, А. Е. Пономарев, И. А. Пономарева // *Вопросы курортологии, физиотерапии и лечебной физической культуры*. – 2023. – Т. 100, № 3-2. – С. 50.
13. Бондин В. И. Теоретические предпосылки и факторы развития оздоровительной физической культуры / В. И. Бондин, В. И. Мареев, И. А. Пономарева, С. И. Седлов // *Глобальный научный потенциал*. – 2024. – № 10 (163). – С. 176–179.
14. Мареев В. И. Методологические основы формирования субъектности физической культуры студента / В. И. Мареев, Д. Ю. Глушкова, Р. Р. Магомедов, И. А. Пономарева, О. Д. Федотова // *Мир науки. Педагогика и психология*. – 2024. – Т. 12, № 5. – С. 57–63.
15. Мареев В. И. Рекреационно-досуговая и физкультурно-оздоровительная деятельность как фактор адаптации иностранных студентов к обучению в вузе / В. И. Мареев, А. Е. Пономарев // *Глобальный научный потенциал*. – 2023. – № 7 (148). – С. 80–83.
16. Стукаленко Н. М. Здоровьесберегающие технологии в образовательном пространстве / Н. М. Стукаленко, И. А. Просандеева, Д. В. Лепешев // *Наука и реальность*. – 2023. – № 1 (13). – С. 121–123.
17. Тринитатская О. Г. Эффективное управление инновационной деятельностью как фактор модернизации образовательного учреждения / О. Г. Тринитатская, С. В. Бочаров, О. А. Назарчук, Л. Г. Захарова // *Мир науки. Педагогика и психология*. – 2021. – Т. 9, № 1. – С. 87–94.

Институт развития образования

Тринитатская О. Г. – доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой теории и практики управления образованием

E-mail: info@iro61.ru

Южный федеральный университет

Галустян О. В. – доктор педагогических наук, и.о. заведующего кафедрой социальной педагогики Академии психологии и педагогики

E-mail: ovgalustyan@sfedu.ru

Чепига А. О. – старший преподаватель кафедры физического воспитания Института военного обучения

E-mail: aochepiga@sfedu.ru

Institute of Education Development

Trinitatskaya O. G. – Dr. Habil. in Pedagogical Sciences, Professor, Head of the Department of Theories and Practices of Education Management

E-mail: info@iro61.ru

Southern Federal University

Galustyan O. V. – Dr. Habil. in Pedagogical Sciences, Acting Head of the Department of Social Pedagogy of Academy of Psychology and Pedagogy

E-mail: ovgalustyan@sfedu.ru

Chepiga A. O. – Senior Lecturer of Department of Physical Education of Institute of Military Education

E-mail: aochepiga@sfedu.ru