



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮрГГПУ»)

Высшая школа физической культуры и спорта

**Кафедра безопасности жизнедеятельности
и медико-биологических дисциплин**

**Тьюторское сопровождение формирования готовности будущих учителей
к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях**

Выпускная квалификационная работа
по направлению 44.04.01 «Педагогическое образование»
Магистерская программа: «Тьютор по здоровьесбережению»
Форма обучения заочная

Проверка на объём заимствований:
_____ 96% _____ авторского текста

Работа Тюмасева Зоя Ивановна к защите
« 03 » _____ 2021 г.
Зав. кафедрой БЖ и МБД
Тюмасева Зоя Ивановна (д.п.н., профессор)
Тюмасева Зоя Ивановна



Выполнил:
студент ЗФ-314-135-2-1 группы
Овсянников Артём Николаевич

Научный руководитель:
доктор педагогических наук,
профессор
Тюмасева Зоя Ивановна

Челябинск
2021

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|--|-----------|
| ВВЕДЕНИЕ | 3 |
| ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОБЛЕМЫ ТЬЮТОРСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ГОТОВНОСТИ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ К ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ С ДЕТЬМИ В ЛЕТНИХ ЛАГЕРЯХ | 12 |
| 1.1. Педагогические основы изучения понятия «тьюторское сопровождение формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях» | 12 |
| 1.2. Модель тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях | 16 |
| 1.3. Педагогические условия функционирования модели тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях | 26 |
| Выводы по первой главе | 38 |
| ГЛАВА 2. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО РЕАЛИЗАЦИИ МОДЕЛИ ТЬЮТОРСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ГОТОВНОСТИ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ К ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ С ДЕТЬМИ В ЛЕТНИХ ЛАГЕРЯХ | 40 |
| 2.1. Цель, задачи и организация экспериментальной работы | 40 |
| 2.2. Реализация модели тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях | 44 |
| 2.3. Анализ результатов экспериментальной работы | 51 |
| Выводы по второй главе | 55 |
| Заключение | 57 |
| Список использованных источников | 61 |
| Приложение | 69 |

ВВЕДЕНИЕ

Проблема сбережения и укрепления здоровья подрастающего поколения является в современной России стратегическим ориентиром обновления образования на всех уровнях.

В государственных документах за последние десять лет: Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (от 02.03.2016 № 46 – ФЗ); Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» от (02.12.2019 № 399-ФЗ) и др. отмечается, что возрастает потребность в компетентных специалистах, которые смогут овладеть системами и средствами ведения оздоровительной работы на всех уровнях образования, а также осознавать, что здоровье является наивысшей ценностью и благополучием любого общества.

Оздоровительная работа в любой образовательной организации должна быть систематической, грамотно и научно выстроенной. Для ее осуществления можно использовать летние оздоровительные лагеря, где природные средства будут наиболее эффективными для оздоровления детей, подростков, а также взрослых.

Анализ психолого-педагогической литературы показал, что проблема формирования готовности педагогов к оздоровительной работе многими учеными осознается как приоритетная и педагогическая.

В последние двадцать лет появляются интересные исследования, направленные на поиски методов, средств сохранения, укрепления здоровья обучающихся в условиях образовательного процесса (Н.П. Абаскалова, В.Ф. Базарный, Н.С. Гаркуша, В.Н. Ирхин, Н.Н. Малярчук, Т.Ф. Орехова, И.Л. Орехова, Н.В. Третьякова, З.И. Тюмасева и др.). Многие исследователи решение данной проблемы видят в том, чтобы создать в образовательных организациях валеологические кабинеты, в которых будет осуществляться релаксация, фитотерапия, массаж, лечебная физкультура и т.д. Однако, Э.Н. Вайнер, С.Д. Дерябо, Ф.Л. Доленко, А.И. Федоров и др. отмечают, что сбережение, укрепление здо-

ровья детей, это прерогатива систематического физического воспитания, поэтому необходима модернизация образования, а также ее оптимизация.

Таким образом, анализ имеющихся научных исследований в области здоровьесбережения, здоровьесотворяющего и здоровьесориентированного образования показал, что бесспорно они полезны и играют важнейшую роль в сохранении и укреплении физического здоровья обучающихся. К сожалению, существенных изменений положения дел со здоровьем подрастающего поколения, как показывает практика, не удастся достичь и до настоящего времени. Возникает вопрос, почему?

На наш взгляд это объясняется тем, что само понятие «здоровье» является сложным, интегрированным, которое включает три составляющие: физическую, психическую (духовную) и социальную.

Именно поэтому в последнее время появляются работы, в которых находим попытки авторов исследовать здоровье человека с позиции психологии (В.А. Ананьев, И.Н. Гурвич, Г.В. Валеева, Г.С. Никифоров, З.И. Тюмасева и др.), а также с позиции эколого-валеологии, где акцент делается на здоровье человека и здоровье окружающей среды (И.И. Брехман, И.Л. Орехова, Л.И. Пономарева, Д.В. Натарева, З.И. Тюмасева, Н.Н. Щелчкова и др.).

Окружающая природная среда в этой ситуации выступает мощным фактором оздоровительной работы с детьми в загородных летних лагерях. Загородные оздоровительные лагеря являются самым массовым типом внешкольных организаций в нашей стране, в которых будущие учителя, как практиканты, могут осуществлять работу по сохранению, укреплению здоровья детей, а также проводить полезную деятельность по формированию экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни у подрастающего поколения.

К сожалению, данная проблема в гуманитарно-педагогических вузах видится как не основная, ей уделяется мало внимания, а в оздоровительных лагерях вопросами сохранения и укрепления здоровья обучающихся занимаются медицинские работники и инструкторы по физической культуре.

В связи с инклюзивным образованием и присутствием детей в летних лагерях с ограниченными возможностями здоровья, необходимо их тьюторское сопровождение. Тьюторское сопровождение как педагогическая деятельность будет направлена на выявление и развитие мотивации детей к здоровому и безопасному образу жизни, поиску средств, способов для создания индивидуальной оздоровительной программы.

Все вышеизложенное подтверждает актуальность данного исследования, в котором будет представлена модель тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях и позволяет выделить **противоречия** между:

- между социальным заказом современного общества на формирование здоровой личности и существующей системой профессиональной подготовки учителей;

- необходимостью выстроенной системы подготовки будущих учителей к здоровьесберегающему образованию, с целью проведения ими оздоровительной работы в условиях летних лагерей и традиционной оздоровительной деятельности в этих лагерях;

- востребованностью тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми и отсутствием разработанных научных основ тьюторства в системе профессионально-педагогического образования.

Анализ актуальности и противоречий позволил определить проблему исследования, которая заключается в поиске и выборе психолого-педагогических возможностей тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях, а также определить тему выпускной квалификационной работы **«Тьюторское сопровождение формирование будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях».**

Цель исследования: разработать, теоретически обосновать и экспериментально проверить модель тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе в летних лагерях.

Объект исследования: профессионально-педагогическая подготовка будущих учителей к производственной практике в летних оздоровительных лагерях.

Предмет исследования: процесс тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях.

Гипотеза исследования: тьюторское сопровождение формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях, если:

- уточнен и конкретизирован понятийный аппарат;
- разработана и реализована структурная модель формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях, которая будет отвечать социальному заказу общества на устранение здоровьезатратности образования, сбережения и укрепление здоровья обучающихся;
- выявлены и апробированы формы, методы, средства тьюторского сопровождения и эффективного использования уральской природы в качестве оздоровительного потенциала, обеспечивающих укрепление физической, духовной и социальной составляющих здоровья субъектов образования;
- определены необходимые и достаточные педагогические условия для обеспечения функционирования модели тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях.

В соответствии с отмеченной проблемой, целью, объектом, предметом исследования, выдвинутой гипотезой были сформулированы следующие **задачи исследования:**

1. Проанализировать психолого-педагогическую, эколого-валеологическую литературу по проблеме исследования с целью уточнения и

конкретизации ключевого понятия «тьюторское сопровождение формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях».

2. Разработать и опытно-экспериментально проверить структурную модель тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях.

3. Выявить необходимые педагогические условия, способствующие реализации структурной модели тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях.

Теоретико-методологическую основу исследования составляют основные положения и идеи *системного подхода* (В.Г. Афанасьев, В.И. Блауберг, А.И. Субетто, З.И. Тюмасева и др.); *лично-деятельностного подхода* (Ш.А. Амонашвили, Е.В. Бондаревская, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, Н.Н. Тулькибаева, Л.В. Трубайчук и др.); теории о сущности человека и его взаимоотношениях с природой, обществом и самим собой (В.П. Казначеев, И. Кант, Я.А. Коменский, К.Д. Ушинский, А.И. Субетто и др.); принципы валеологизации, экологизации, природосообразности, культуротворчества, идеи педагогики здоровья (И.И. Брехман, Б.Ф. Кваша, С.Г. Руденко, Л.Г. Татарникова, И.Л. Орехова, А.Т. Тутатчиков, З.И. Тюмасева, В.А. Ясвин и др.).

Для решения поставленных задач применялся комплекс **методов** педагогического **исследования**: анализ эколого-валеологический, психолого-педагогической литературы, законодательные и нормативные документы об охране и укреплении здоровья, об образовании; анализ учебных материалов; систематизация, сравнение, моделирование, изучение педагогического опыта преподавателей университета, наблюдение, тестирование, анкетирование, беседа, устный опрос; количественный и качественный анализ полученных данных, построение индивидуального образовательного маршрута.

Организация, база и этапы исследования.

Исследование охватывает период с 2018 по 2021 гг. и включает три этапа. Опытно-экспериментальная работа проходила на базе Южно-Уральского госу-

дарственного гуманитарно-педагогического университета, который обеспечивает медико-биологическую подготовку студентов гуманитарно-педагогических профилей. В эксперименте участвовали студенты двух факультетов: исторического и филологического.

На первом поисковом этапе (2017 г.) анализировалась научная и научно-методическая литература по проблеме исследования. Изучался практический опыт подготовки студентов, как будущих учителей, к оздоровительной работе в общеобразовательных организациях и организациях дополнительного образования. Полученная информация систематизировалась, создавался банк данных, на основе этого была сформулирована гипотеза и план исследования.

На втором опытно-экспериментальном этапе (2018–2019 гг.) осуществлялась разработка структурной модели тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе в летних лагерях. С этой целью анализировались учебные планы для студентов гуманитарно-педагогических профилей, чтобы прояснить ситуацию о готовности студентов к получению умений и навыков по использованию здоровьесберегающих технологий и природных средств для оздоровления детей в условиях лагерей. Проводилось наблюдение, тестирование в рамках педагогического эксперимента.

На третьем аналитико-обобщающем этапе (2020–2021 гг.) обрабатывались полученные материалы, в процессе опытно-экспериментальной работы; проверялась, выдвинутая нами гипотеза; определили критерии, уровни сформированности готовности будущих учителей к проведению оздоровительной деятельности с детьми в условиях природы. Проходила проверка результатов исследования.

Научная новизна исследования:

1. Определена теоретико-методологическая основа решения задач исследования – сочетание системного и личностно-деятельностного подходов, которые обеспечили корректность изучаемой проблемы, возможность изучения и уточнения понятийного аппарата для достижения поставленной цели.

2. На основе методологических подходов, принципов, целеполагания разработана структурная модель тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях, которая состоит из целевого, содержательного, процессуального и оценочно-результативного блоков.

3. Выявлены и определены педагогические условия, которые способствовали эффективному функционированию структурной модели: модульная программа учебно-оздоровительной работы со студентами гуманитарно-педагогических профилей; здоровьесберегающие технологии как системообразующий фактор тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях; открытая образовательная здоровьесберегающая среда.

Теоретическая значимость исследования:

– уточнено и конкретизировано ключевое понятие «тьюторское сопровождение формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях», под которым мы понимаем как *целенаправленную, систематическую, педагогическую деятельность, направленную на овладение здоровьесберегающими технологиями, системами, средствами оздоровительной работы, способствующей личной безопасности, сохранению и укреплению здоровья, а также рациональному использованию природных факторов в расширении адаптивных возможностей организма;*

– результаты педагогического эксперимента дают возможность успешно проводить оздоровительную работу с детьми в условиях летних лагерей, так как сама природа является сильнейшим здоровьесберегающим фактором и позволяет сформировать у будущих учителей компетенции по сохранению и укреплению здоровья обучающихся.

Практическая значимость исследования:

– разработанная критериально-уровневая шкала, которая включает показатели сформированности готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях, критерии (когнитивный, ценностно-

мотивационный и поведенческий) могут применяться в образовательном процессе университета при подготовке студентов к прохождению производственной практики в летних оздоровительных лагерях, а также при организации и обеспечении курсов повышения квалификации учителей общеобразовательных организаций.

Научная обоснованность и достоверность результатов тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях обеспечиваются исходными теоретическими положениями; совокупностью научных и практических методов, адекватных предмету и задачам исследования; проверкой выводов на практике; личным участием исследователя в опытно-экспериментальной работе.

Апробация и внедрение результатов исследования осуществляется в ходе всех его этапов на базе Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета; Муниципального автономного учреждения детского оздоровительного лагеря «Солнечная поляна» в Каштакском бору Челябинской области.

Основные положения работы и выводы были представлены и обсуждены в виде докладов и сообщений, выполненных на кафедре безопасности жизнедеятельности и медико-биологических дисциплин ЮУрГГПУ; участия в ежегодных вузовских конференциях по итогам научной и инновационной деятельности научно-педагогических работников и обучающихся ЮУрГГПУ (февраль, 2018, 2019, 2020 гг.); на XI, XII и XIII Всероссийской научно-практической конференции молодых ученых, аспирантов и студентов «Экологическая безопасность, здоровье и образование» Челябинск, апрель, 2018, 2019, 2020 гг.); на X Международной научно-практической конференции «Здоровьесберегающее образование – залог безопасности жизнедеятельности молодежи; проблемы и пути решения» (Челябинск, ноябрь 2018 г.).

Опубликовано три статьи.

Положения, выносимые на защиту:

1. Тьюторское сопровождение формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях представляет собой интегрированные знания и умения о природной среде, здоровье человека, взаимоотношении человека и окружающей природной среды, взаимообусловленности методов, систем и средств оздоровления самого себе и окружающих, способов ведения здорового и безопасного образа жизни, рационально потребительского отношения к природе.

2. Уточнено и конкретизировано основное понятие темы исследования, которое рассматривается как целенаправленная, систематическая, педагогическая деятельность, направленная на овладение здоровьесберегающими технологиями, системами, средствами оздоровительной работы, способствующая личной безопасности, сохранению и укреплению здоровья, а также рациональному использованию природных факторов в *расширении* адаптивных возможностей организма.

3. Тьюторское сопровождение формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях в рамках структурной модели, состоящей из блоков: целевого, содержательного, процессуального, оценочно-результативного.

4. Эффективность тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях будет успешной, если выявить комплекс педагогических условий:

- реализация модульной программы учебно-оздоровительной работы со студентами гуманитарно-педагогических профилей;
- освоение и использование здоровьесберегающих технологий;
- открытая образовательная здоровьесберегающая среда.

Структура и объем выпускной квалификационной работы.

Работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников. Объем магистерской диссертации 77 страниц.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОБЛЕМЫ ТЬЮТОРСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ГОТОВНОСТИ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ К ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ С ДЕТЬМИ В ЛЕТНИХ ЛАГЕРЯХ

1.1. Педагогические основы изучения понятия «тьюторское сопровождение формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях»

Личная безопасность, здоровье, оздоровление, сбережение и укрепление здоровья на протяжении десятилетий являются самими важными вопросами жизнедеятельности человека.

Многие ученые в своих работах отмечают, что около 90% обучающихся в общеобразовательных организациях имеют серьезные проблемы с физическим и психическим здоровьем [1; 4; 11; 16; 26; 45]. Многолетние исследования Института здоровья и экологии человека с 1998 по 2018 годы показывают, что только 2,9% студентов Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета (ранее ЧГПУ) можно отнести к категории практически здоровых, 23% находятся в третьем состоянии (не болезнь и не здоровье) и 74,1% студентов имеют разного рода заболевания. Однако, состояние здоровья подрастающего поколения, студенческой молодежи является важнейшим фактором безопасности государства и благополучия общества.

В этой связи, для студентов гуманитарно-педагогических вузов овладение навыками и умениями к оздоровительной работе с детьми имеет приоритетную значимость.

В настоящее время принят ряд законодательных актов по части охраны здоровья обучающихся, воспитанников. В них сказано, что современное образование должно выполнять функции сохранения и укрепления обучающихся [62; 73]. Поэтому у будущих учителей необходимо сформировать компетенции по овладению здоровьесберегающими технологиями, умению оздоравливать не только себя, но своих учеников.

Ряд понятий, которые рассматриваются в работе трактуются учеными неоднозначно. Анализ психолого-педагогической, эколого-валеологической литературы позволяет идентифицировать понятия, необходимые для проведения нашего исследования.

Ключевым понятием является *«тьюторское сопровождение»*. Для российского образования это новое понятие, поэтому оно еще неустановившееся и интерпретируется учеными по разному.

За основу берем определение, которое дает Т.М. Ковалева. Тьюторство ею понимается как особый тип педагогического сопровождения ребенка, то есть сопровождение процесса индивидуализации в ситуации открытого образования [34; 35].

Таким образом, анализ понятий «тьюторство», «тьютор» и «сопровождение» позволил нам уточнить сущность и содержание понятия *тьюторское сопровождение как педагогическая деятельность, направленная на усвоение социального опыта по здоровьесбережению, личной безопасности, сохранению и укреплению как собственного здоровья, так и здоровья обучающихся, а также на рациональное использование природных ресурсов и их сбережение.*

Понятие «готовность будущих учителей» является составляющей профессиональной подготовки студентов. Поэтому, данные понятия следует рассматривать в тесной взаимосвязи между собой.

В педагогической литературе широко используют соподчиненные понятия *«подготовка», «подготовленность», «готовность»*. В словаре русского языка С.И. Ожегова «готовность» трактуется как законченность, окончательный результат, либо как состояние от прилагательных «готовый», желание делать что-либо.

В психологии профессиональная готовность понимается как сложное и динамическое образование, которое в процессе формирования рассматривается как личностное качество или как психическое состояние [43, с. 124].

Т.Ф. Акбашева в содержание понятия «готовность» включает такие составляющие как потребность, способность и решимость. Исходя из понимания

готовности психологами, будем понимать готовность как динамическое качество личности, которое обеспечивает ей возможность изменяться и осуществляет переход образа «Я» с одного качественного уровня на другой.

В нашем исследовании, когда речь идет о формировании готовности студентов к оздоровительной работе с детьми, приоритетной задачей является развитие у будущих учителей истинной потребности быть здоровыми, овладеть знаниями, умениями и навыками в оздоровлении не только себя, но и других.

Термином «формирование» мы отмечаем процесс воздействия на человека совокупность факторов разной природы (природные, антропогенные, социальные и др.), под влиянием которых он приобретает свойства личности.

Однако в этом случае роль тьютора необходима, так как он сопровождает студента (тьюторанта), оказывает помощь в построении особого, индивидуального образовательного пути, мотивирует на оздоровительную деятельность [19; 23; 35]. Следовательно, под *формированием* (от глагола «формировать» в значении создавать, организовывать) будем понимать процесс становления какого-либо качества в человеке, в нашем случае это ценностное отношение к здоровью человека и здоровью окружающей среды.

Анализ эколого-валеологической, медико-биологической и педагогической литературы показал, что накоплено огромное количество знаний о здоровье и здоровом образе жизни (Н.М. Амосов, И.И. Брехман, Г.К. Зайцев, В.В. Колбанов, И.Л. Орехова, Т.Ф. Орехова, Н.Н. Малярчук, Н.В. Третьякова, З.И. Тюмасева, Л.Г. Татарникова, Е.А. Югова и др.). Здоровье, как неустановившееся понятие, определяется учеными с позиции направления своего исследования: санитарно-гигиенического, философского, социологического, физиологического, валеологического и т.д.

Какое бы определение здоровью не давали исследователи, оно будет носителем и исторически обусловленным социально-культурными нормами и стереотипами.

Сделаем небольшой экскурс в историю.

В Древней Руси, когда шла речь о здоровье, понимали, что если человек здоров, значит крепкий «как дерево» (В.В. Колесова). Деревья во все времена считали носителями жизненной субстанции, которая при передаче человеку, транслируется в его жизненную силу и здоровье [48; 49].

В античные времена (Гиппократ, Цицерон, Платон) понятию «здоровье» уделяется особое внимание и рассматривается как правильное соотношение различных душевных состояний или как гармония телесного и душевного. Римские и греческие философы подчеркивали главную мысль о том, чтобы быть здоровым значит непременно нужно следовать собственной природе и общей природе вещей. Этот тезис так созвучен с главным принципом в педагогике – природосообразностью.

В настоящее время существует 300 определений здоровья. В 1948 г. ВОЗ впервые дает определение понятия «здоровье», которое имеет несколько переводов с различными интерпретациями. Н.Ф. Реймерс уточняет понятие «здоровье» человека и выделяет три составляющие: физическое, психическое и социальное, подчеркивая при этом объективное и субъективное чувство, что является очень важным для человека.

При всем многообразии, мы в своем исследовании опираемся на определение здоровья, которое дала З.И. Тюмасева с точки зрения устойчивости, адаптации, подчеркивая экологическую сущность здоровья [63; 69; 70].

Человек рассматривается не только как биологическое существо, но еще и как экологическая система. Устойчивость экологической системы характеризуется следующими комплексными факторами: динамическим равновесием ее внутренней среды, динамическим равновесием ее внешней среды и динамическим равновесием внутренней (эндосреды) и внешней (экзосреды). Такое понимание вскрывает экологическую сущность здоровья и выводит на подходы оздоровления самого человека.

Понятие «оздоровление» может быть приложимо к образовательной среде, образовательному процессу, человеку и любой динамической системе.

В нашем исследовании это понятие понимается как прибавление здоровья разными способами, средствами, при этом происходит расширение адаптационных возможностей человека.

Поэтому *оздоровительная работа* с детьми рассматривается нами как вид деятельности лично и социально значим, так как положительно влияет на формирование потребности быть здоровым.

Таким образом, родовидовой анализ комплекса понятий, который необходим для нашего педагогического эксперимента, а именно: «тьюторское сопровождение», «формирование», «готовность», «здоровье», «оздоровление», позволил выявить сущность и содержание основного понятия нашего исследования «тьюторское сопровождение формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми, которое рассматриваем как *целенаправленную, систематическую, педагогическую деятельность, направленную на овладение здоровьесберегающими технологиями, системами, средствами оздоровительной работы, способствующей личной безопасности, сохранению и укреплению здоровья, а также рациональному использованию природных факторов в расширении адаптивных возможностей организма.*

1.2. Модель тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях

Содержательное, научно-методическое обеспечение подготовки студентов к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях, в рамках производственной практики, на протяжении многих лет разрабатывается коллективом кафедры безопасности жизнедеятельности и медико-биологических дисциплин ЮУрГГПУ под руководством профессора З.И. Тюмасевой. Наше исследование включено в эту систему с 2018 года.

Для решения поставленных задач исследования, нами осуществлялся поиск наиболее оптимальных путей формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми.

В трудах В.И. Загвязинского, В.А. Сластенина, Е.Ю. Никитиной, Н.М. Яковлевой и других отмечается, что для решения любой педагогической задачи и получения положительного результата, необходимо определиться с выбором методологических подходов [45].

В качестве основных подходов в нашей работе мы использовали *системный и личностно-деятельностный подходы*.

Системный подход, как общенаучная методологическая основа нашего исследования, позволяет воспринимать профессионально-педагогическую подготовку студентов гуманитарно-педагогических профилей как целостный объект [8; 46; 57; 65]; ориентирует на выявление системообразующих связей и отношений, определение того, что в системе является устойчивым, а что – переменным; объединяет отдельные компоненты в единое целое (И.В. Блауберг, Ю.А. Конаржевский, Н.В. Кузьмина, Г.А. Сериков, А.И. Субетто, З.И. Тюмасева и др.).

Личностно-деятельностный подход (Б.Г. Ананьев, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, В.В. Давыдов, Л.В. Трубайчук, Н.Н. Тулькибаева и др.) [41; 42; 43; 55] в готовности будущего учителя к оздоровительной работе с детьми направлен на создание оптимальных условий для развития и адаптации личности через активизацию внутренних резервов, компетентной, самоорганизованной и саморазвивающейся личности. Тьюторское сопровождение в этом случае имеет огромное значение, так как разнообразные виды деятельности студента (учебная, научно-исследовательская, проектировочная, управленческая, творческая) являются важнейшими факторами становления субъектности студента его экологического сознания и культуры здоровья. Личностно-деятельностный подход предполагает создание условий для *индивидуализации*, которая теснейшим образом связана с процессом самообразования и позволяет студенту ориентироваться на собственные индивидуальные образовательные цели и приоритеты (Т.М. Ковалева, Е.С. Гладкая, З.И. Тюмасева, В.С. Цилицкий, Н.А. Костинова, А.А. Попов, Н.В. Рыбалкина, С.А. Щенников, Е.А. Челнокова и др.).

Процесс готовности студентов к осуществлению оздоровительной работы с детьми в природных условиях основывается на методологических подходах (системного и личностно-деятельностного) и представлен нами в виде структурной модели.

Структурная модель понимается нами как совокупность взаимосвязанных и взаимообусловленных блоков: целевого, содержательного, процессуального и оценочно-результативного.

Целевой блок является центральным звеном среди других блоков и включает цель, задачи, принципы деятельности тьюторов по сопровождению готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми. Целью деятельности тьютора является осознанная потребность помочь студентам преодолеть проблемы, связанные с собственным здоровьем, овладением компетенциями самооздоровления, самосохранительного поведения и мотивировать их на здоровый и безопасный образ жизни. Исходя из целеполагания, *задачами тьюторского сопровождения* являются: стартовая диагностика состояния здоровья студентов; понять их запросы по укреплению здоровья и потребности в тьюторском сопровождении; создать условия для саморазвития студентов внутри открытой образовательной среды; смотивировать на систематическую самооздоровительную деятельность, построение индивидуальной образовательной программы, повышение успеваемости, изучаемых медико-биологических дисциплин, а также своевременно оказывать тьюторам необходимую информационную, эмоциональную помощь.

В целевом блоке регуляторную функцию выполняет система принципов: *индивидуализации, природосообразности, непрерывности, открытости, гибкости, валеологизации* (С.В. Дудчик, И.Л. Орехова, Т.М. Ковалева, Л.И. Пономарева, Л.Г. Татарникова, З.И. Тюмасева и др.). Этим принципам следует тьюторское сопровождение готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях.

Когда речь идет о принципе оздоровительной направленности, это означает, что образование любого уровня должно способствовать прибавлению, укреплению и развитию здоровья.

Принцип индивидуализации (Т.М. Ковалева) подчеркивает, что студент является субъектом образования, он обладает индивидуальными психофизиологическими особенностями и предрасположенностью, поэтому он и выстраивает свою индивидуальную траекторию с учетом этих особенностей. В этой ситуации тьютор помогает студенту овладеть культурой выбора [34; 35].

Принцип природосообразности, т.е. согласующийся с природой субъекта образования [65]. Все процессы образования должны быть приведены в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка, адекватно миру живой природы по Я.А. Коменскому, который отмечал, что под научением следует понимать способность живых организмов передавать и усваивать информацию [69].

Принцип непрерывности дает возможность обеспечить последовательность, цикличность, своевременность процесса тьюторского сопровождения.

Принцип открытости ведет к максимальному использованию информационно-образовательных ресурсов, окружающий мир обладает огромным образовательным потенциалом.

Принцип гибкости проявляется в самом процессе тьюторского сопровождения, направленного на расширение социальных контактов, в поддержке инициативы творчества, выборе способов деятельности в условиях оздоровительных летних лагерей.

Принцип валеологизации предполагает нацеленность образования на сохранение, укрепление и развитие физического, духовного (психического) и социального здоровья субъектов образования с учетом экологических, социокультурных, национальных особенностей региона.

Содержательный блок модели определяется компетенциями, необходимыми для осуществления оздоровительной работы с детьми.

Студентам необходимы как общепедагогические знания, так и медико-биологические, чтобы усвоить специальный понятийно-терминологический аппарат: «здоровье», «оздоровление», «окружающая природная среда» и т.д.

Тьюторское сопровождение проявляется в трех направлениях «со-бытия»: со-знание, со-переживание и со-творчество, которые по содержанию ориентируются на одну из сторон практической деятельности по оказанию сопровождения: информационному, эмоциональному и организационно-деятельностному.

Информационное сопровождение направлено на формирование культуры здоровья, на овладение системами и средствами оздоровления.

Эмоциональное сопровождение, как условие, поддерживает позитивное эмоциональное самочувствие, устойчивое мотивационно-ценностное отношение к своему здоровью и здоровью окружающей природной среде.

Эмоциональное сопровождение необходимо для формирования коммуникативной компетенции.

Организационно-деятельностное сопровождение – это организация совместной деятельности, в процессе которой происходит у тьюторантов способности оценивать и анализировать свое здоровье, проводить само-рефлексию, уметь прогнозировать деятельность, создавать маршрутную карту, овладеть навыками преодоления препятствия, связанные с оздоровлением себя и окружающих субъектов образования.

В созданной нами структурной модели тьюторского сопровождения готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях показан планомерный, целенаправленный процесс, где отражен ряд взаимосвязанных этапов:

1. *Диагностико-мотивационный* этап характеризуется фиксацией запроса со стороны тьюторантов (студентов); определяется методика диагностики с точки зрения значимости для самого студента. После чего, тьютор создает условия для осознания студентом сути преграды (проблемы). Затем идет поиск причин, почему возникла эта проблема. На данном этапе важным является при-

нятие тьютором ответственности за решение проблем собственного здоровья и устойчивой мотивации к изучению систем, средств, а также здоровьесберегающих технологий, направленных на оздоровительную деятельность.

2. *Проектировочный этап* связан с проектированием предстоящих действий тьютора и студента, налаживанием договорных отношений, организацией сбора информации по оздоровлению. Студенты начинают составлять карты своих познавательных интересов, выстраивают программы оздоровления, самообразования в вопросах сохранения и укрепления здоровья.

3. *На реализационном этапе* активность проявляет студент, а тьютор одобряет его действия, стимулирует его, обращает внимание на успешные действия, поощряет инициативу. Если требуются другие специалисты, то подключаются и они, оказывая ему помощь.

4. *Аналитический этап* – идет совместное обсуждение этапов и неудач предыдущих этапов деятельности, констатация факта достижения результата по оздоровлению, разрешимости проблемы или уточнение запроса.

Процессуальный блок определяет формы, методы, средства обучения, а также здоровьесберегающие технологии, направленные на формирование готовности у будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях.

Проблема методов обучения до настоящего времени является дискуссионной в педагогике и методике (Н.М. Верзилин, В.М. Корсунская, И.Д. Зверев, Б.В. Всесвятский, В.А. Тетюрев и др.).

В методике обучения чаще всего *методы* определяются как *способ* (Н.М. Верзилин, В.М. Корсунская). Однако И.Д. Зверев характеризует методы «как упорядоченные способы взаимосвязанной деятельности учителя и учащихся, направленные на достижение целей образования».

Основным методом тьюторского сопровождения является работа с вопросом студента.

Мы придерживаемся мнению великих методистов Н.М. Верзилина, В.М. Корсунской, Н.А. Рыкова, Д.П. Гольневой, И.Н. Пономаревой и др., кото-

рые *форму организации обучения* рассматривали как организацию учебно-познавательной деятельности обучающихся, соответствующей различным условиям ее проведения: деловые игры, экскурсия в природу, проблемные семинары, самостоятельная работа, творческая лаборатория, конференции, внеурочная работа и т.д. [53]. В настоящее время стала популярной дистанционная форма обучения. *Для тьютора основной формой являются индивидуальные и групповые тьюторские консультации (тьюториалы).*

Оценочно-результативный блок тьюторского сопровождения формирования готовности будущих педагогов к оздоровительной работе с детьми. В исследованиях Б.Г. Ананьева, Е.Ю. Никитиной, Т.А. Маталиной и др. доказано, что самооценка принимает непосредственное участие в регуляции поведения человека и деятельности. Поэтому *диагностический аспект* компонента играет важную роль, так как выбираются методики диагностики: проводится сначала стартовая, а затем повторная диагностика состояния здоровья студента, его потребности в здоровом образе жизни; определяется уровень полученных знаний по оздоровлению и самооздоровлению.

Результативный аспект компонента связан с анализом и интерпретацией полученных результатов; оценивается деятельность тьютора на качественном и количественном уровнях.

Результатом эффективности структурной модели будет сформированная потребность быть здоровым, мотивация к деятельности по сохранению и укреплению здоровья, интерес к изучению природы, умение разрабатывать индивидуальную образовательную траекторию.

Будущие учителя должны обладать позитивной Я-концепцией, чтобы не испытывать трудности эмоционального и социального плана.

Систематическая самооценка своей деятельности и сравнительный анализ с тем, что должно быть сформировано у студента, достигается через рефлекссию на практике.

Рефлексию многие исследователи определяют как осмысление затруднений и проблем по итогам тьюторского сопровождения, рефлексивную деятель-

ность в начале, во время и по результатам работы по тьюторскому сопровождению формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях.

Нами выявлены критерии эффективности тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми; *когнитивный, эмоциональный, поведенческий*, а также показатели и уровни.

Применялись методы исследования: *наблюдение, анкетирование, качественный и количественный анализ результатов*.

В настоящее время при проведении педагогического эксперимента используются накопленный опыт по разработке критериев оценки здоровья, мотивации на здоровый образ жизни, создания здоровьесберегающей среды, оздоровительной деятельности (В.Н. Ирхин, Н.П. Абаскалова, Л.Н. Волошина, О.Ю. Малоземов, И.Л. Орехова, З.И. Тюмасева, А.А. Цыганков и др.).

Критерий принимаем как признак на основе которого осуществляется оценка определения чего-либо. Критерии базируются на системе показателей. Мы охарактеризовали каждый показатель, отражая основные свойства, явления, признаки по проблеме исследования (таблица 1).

Таблица 1 – Характеристика показателей для выявления уровней тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях

| Показатель | Характеризующие по признакам | Диагностические методы |
|-------------|---|---|
| Когнитивный | Знание основных понятий: здоровье, здоровый образ жизни, оздоровление, тьюторское сопровождение, здоровьесберегающие технологии, адаптация; овладение этапами оздоровительной работы; умение выстраивать индивидуальную образовательную траекторию; реализовать логику оздоровительной работы в условиях летних лагерей | Тестирование, наблюдение, экспертные оценки, беседа |

| | | |
|---------------|--|--|
| Эмоциональный | Потребность в проведении самооздоровления; положительное отношение к природе; осознание личной ответственности за использование методов оздоровления и самооздоровления; общение с окружающей средой; устойчивый интерес к явлениям окружающей природы; умением рационально объединять их | Анкетирование, индивидуальные беседы, наблюдение |
| Поведенческий | Овладение разными системами и средствами оздоровительной работы как самого себя, так и детей, отдыхающих в летних лагерях; способность студентов к самоконтролю, проведению профилактической работы; готовность использовать здоровьесберегающие технологии; уметь осуществлять тьюторское сопровождение; составлять личностно-ресурсную карту, в которой отражена совместная деятельность ребенка (тьюторанта) и студента (тьютора) | Анализ ответов на занятиях, экспертная оценка, наблюдение за проведением оздоровительной работы в летних лагерях |

Для оценивания тьюторского сопровождения формирования готовности студентов к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях нами определены три уровня: *низкий, средний и высокий*.

Низкий уровень (репродуктивный уровень) отмечается у студентов, которые недостаточно еще усвоили основные понятия «здоровье», «здоровый образ жизни», «оздоровление». Здоровье воспринимается ими как отсутствие болезней. Недостаточно знаний в разработке индивидуальных образовательных траекторий. Преобладает потребительское отношение к природе; не совсем устойчивый интерес к явлениям окружающей природы. Не совсем готовы использовать здоровьесберегающие средства в оздоровительной работе с детьми.

Средний уровень (репродуктивно-творческий уровень) показывают будущие учителя, у которых понятие «здоровье» не является пока наивысшей ценностью, а здоровый образ жизни воспринимается ими как что-то абстрактное.

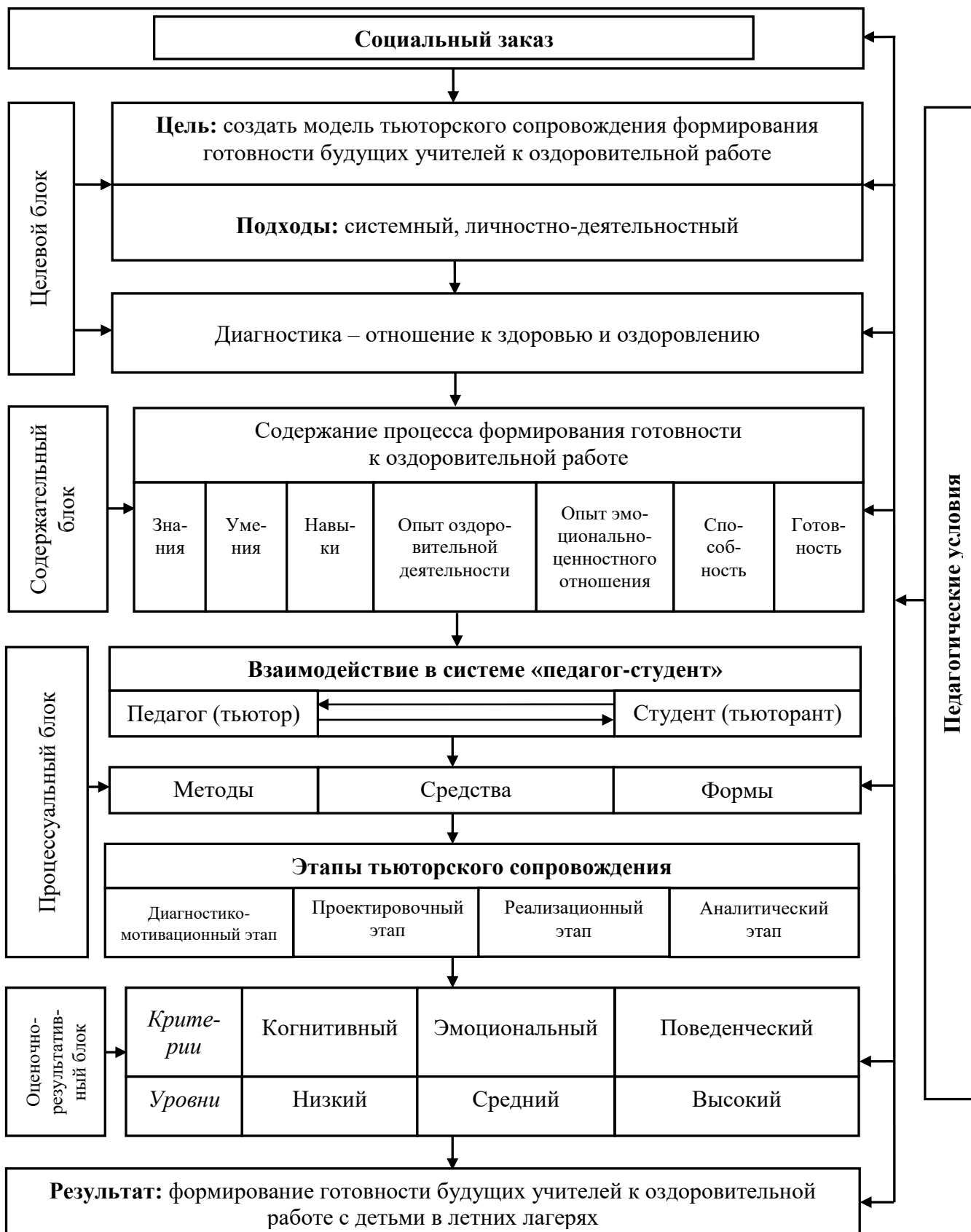


Рисунок 1 – Структурная модель тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях

Проявляют интерес к оздоровительной работе; умеют использовать небольшой комплекс средств в оздоровлении себя и окружающих их людей; интересуются здоровьесберегающими технологиями, но не применяют их на практике; стремятся познать явления окружающей природной среды и пытаются понять, какие факторы природы можно использовать в оздоровительной работе с детьми в условиях летних лагерей.

Высокий уровень (творческий уровень): здоровье воспринимается как наивысшая ценность; оздоровительная работа с детьми осознается как профессиональная ценность; проявляют интерес к поиску наиболее эффективных средств оздоровления как самого себя, так и окружающих; располагают достаточными знаниями по тьюторскому сопровождению, умеют создавать индивидуальные образовательные карты, в которых будет отражаться совместная деятельность тьютора и тьюторанта.

У студентов ярко выражена рефлексия. Они интересуются явлениями природы, стараются понять роль природы в оздоровлении человека.

Выявленные нами уровни и критерии тьюторского сопровождения сформированности готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях будут использоваться в педагогическом эксперименте для проверки эффективности созданной структурной модели, которая отражена на рисунке 1.

1.3. Педагогические условия функционирования модели тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях

Проверка успешности функционирования модели тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях осуществляется благодаря введению комплекса педагогических условий.

Под условием в педагогике и методике обучения (Д.П. Гольнева, В.Г. Кисиль, Г.Е. Ковалева, И.Н. Пономарева и др.) понимают все то, от чего зависит

другое или обстановку, среду, в которой пребывают и без которой не могут существовать явления, предметы [53]. Н.М. Яковлева в своих работах подчеркивает, что условие расширяет совокупность объектов, необходимых для возникновения или изменения определенной педагогической конструкции. Согласно такому мнению, из множества объектов, составляющих среду изучаемого педагогического явления, надо выбрать только те, которые будут оказывать позитивное влияние. Анализируя понятие «условие» многих исследователей, мы под *педагогическими условиями* будем понимать комплекс факторов (элементов, мер) в учебно-воспитательном процессе, которые могут обеспечить студентам необходимый уровень сформированности готовности к оздоровительной работе с детьми.

Выявляли педагогические условия, опираясь на социальный заказ высшего образования в аспекте сохранения и укрепления здоровья обучающихся и здоровьесберегающего образования; на специфику тьюторского сопровождения формирования готовности к оздоровительной работе в лагерях; на необходимость апробации созданной структурной модели тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях.

Первое педагогическое условие – модульная программа учебно-оздоровительной работы со студентами гуманитарно-педагогических профилей.

Модульная программа состоит из модулей: *определение типа психосоматической конституции; здоровьесберегающие технологии; мы у природы в гостях.*

Модуль «Определение типа психосоматической конституции» включает модифицированный опросник «Психосоматические типы» разработанный на основе материалов валеологического семинара В.П. Петленко. Ряд ученых (З.И. Тюмасева, И.Л. Орехова, Г.В. Валеева и др.) создали программу комплексной диагностики субъективной составляющей здоровья, которая позволила нам оценить состояние здоровья студентов на начальном этапе. Благодаря

этой программе, было исследовано психофизическое и психоэмоциональное состояние студентов в зависимости от типа их конституции, обменных и регуляторных процессов.

Определялись цветовые сигналы личности (цветодиагностика). Студенты из четырех цветов (желтого, красного, синего и зеленого) выбирает те, которые отражают их ощущения: самоуважение (зеленый), уверенность в своих силах (красный), удовлетворенность (синий), внутренняя свобода (желтый). Затем определяется цветовое поведение: цели, страхи, поведение. Учеными доказано, что цвет оказывает огромное влияние на жизнедеятельность человека, поэтому в нашем исследовании диагностике по определению хронотипа поведения уделяется особое внимание.

В модуле «Здоровесберегающие технологии» студенты изучают основные средства и методы оздоровления, направленные на укрепление и развитие здоровья. Природе, как важнейшей экологической системе отводится системообразующая функция в оздоровлении субъектов образования. Нельзя переоценить роль в оздоровлении людей лекарственных растений, эфирных масел, животных, звуков, цвета, запахов и т.д. В этом модуле можно найти такие темы, как «Аромооздоровление», «Фитооздоровление», «Анималотерапия» – оздоровление происходит средствами живой природы.

Однако, средствам неживой природы отводится достойное место. Студенты узнают, что вода, как самый распространенный минерал на земле, может оказывать огромную роль в оздоровлении человека, если ее грамотно использовать.

Издавна изучались минералы и их применение в оздоровительных целях. Поэтому в данном модуле знакомятся студенты с металлотерапией.

В жизни каждого человека звуки, краски, запахи, формы играют важнейшую роль. Они окружают нас повсюду, особенно ценны звуки природы, которые благоприятны для человека.

Таким образом, модульная программа направлена на формирование устойчивых системных навыков по сохранению, укреплению своего здоровья, своих учеников.

Третий модуль «Мы у природы в гостях» направлен на изучение окружающего природного мира. Загородный летний лагерь, как правило, располагается в лесной, лесостепной зонах, где сама природа является бесценным помощником в деле формирования культуры здоровья, общения, безопасного поведения. Будет здоров ребенок, если будет здорова окружающая его среда. Наша задача состоит в создании такой среды, чтобы ребенку было интересно, полезно, а студенты были бы готовы к проведению оздоровительной работы с детьми.

Сам процесс оздоровительной работы с детьми должен обеспечиваться разнообразными методами, средствами. Очень важно, как будет осуществляться подготовка студентов к этой работе в рамках производственной практики.

В таблице 2 приведем содержание модуля «Мы у природы в гостях» направленное на подготовку студентов к проведению оздоровительной работы с детьми.

Таблица 2 – Содержание модуля «Мы у природы в гостях» в рамках производственной практики студентов

| № п/п | Название мероприятия | Основные задачи, цели и идеи |
|-------|--|---|
| 1 | Собирай рюкзак – скоро в лагерь | <ul style="list-style-type: none"> • Составление плана работы. • Сбор материала о природе родного края, стихи, песни, загадки, викторины и т.д. • Снаряжение и оборудование, которые необходимы в полевых условиях. • Встреча с детьми уже в лагере. Заинтересовать и выстроить гармоничные взаимоотношения |
| 2 | Давайте знакомиться (формирование нового коллектива) | <ul style="list-style-type: none"> • Создание благоприятного климата. • Комплекс упражнений, направленный на психологический микроклимат |
| 3 | Природа вокруг нас | <ul style="list-style-type: none"> • Грамотная организация занятий, улучшающих настроение детей, помогающих |

| | | |
|---|--|---|
| | | <p>освободиться от стресса, эмоциональной усталости, избавиться от недугов.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Основные средства природы: воздух, огонь, вода в оздоровлении человека. • Подбор экоигр, упражнений для укрепления и сохранения здоровья детей |
| 4 | Природа и мы | <ul style="list-style-type: none"> • Комплекс игр, направленных на формирование взаимоотношения ребенка с природой и активное оздоровление самого себя |
| 5 | Луга в нашей жизни | <ul style="list-style-type: none"> • Изучить лекарственные и ядовитые растения. • Роль растений в нашей жизни. • Знать экоигры с использованием растений луга. • Подбор загадок, пословиц и песен, отражающих знание о растениях луга |
| 6 | Водоем – колыбель жизни | <ul style="list-style-type: none"> • Изучить живой мир водоема. • Ознакомиться с животными и растениями, которые являются индикаторами водоема. • Уникальные свойства воды. • Загадки о водоеме и его обитателях |
| 7 | Биологические индикаторы (животные и растения) | <ul style="list-style-type: none"> • Изучить животных и растений, с помощью которых можно оценить состояние водоема. • Овладеть методикой биоиндикации. • Уметь заложить простые опыты с целью изучения водных обитателей. • Экоигры на воде |
| 8 | Береза как символ России | <ul style="list-style-type: none"> • Познакомиться с деревьями, где расположен летний лагерь. • Упоминание деревьев России в сказках, загадках и песнях. • Знать особенности наиболее распространенных деревьев и их использование в целебных целях. • Энтомологические кроссворды, направленные на изучение насекомых леса |

| | | |
|----|------------------------------------|---|
| 9 | Животные – враги и друзья | <ul style="list-style-type: none"> • Изучить жалящих насекомых, их использование в оздоровлении людей. • Ознакомиться с растениями, которые боятся кровососущие насекомые |
| 10 | Поход на природу | <ul style="list-style-type: none"> • Организация и проведение похода (экскурсии) в лес. • Предварительное изучение растений и животных, которых можно встретить в походе. • Изучить основные требования к поведению в лесу. • Изучить растения, которые можно использовать для приготовления полноценного обеда |
| 11 | Поведение в экстремальных условиях | <ul style="list-style-type: none"> • Изучить обстановку местности, где находится человек. • Ознакомиться с построением шалаша; как добыть питьевую воду; какие растения можно употреблять в сыром виде; как помыть руки; почистить зубы; развести костер в лесу |
| 12 | Помоги себе сам | <ul style="list-style-type: none"> • Изучить тайны целебных трав. • Ознакомиться с историческими данными по использованию растений против микроорганизмов. • Уметь заложить гербарий и собрать лекарственные растения |
| 13 | У природы нет плохой погоды | <ul style="list-style-type: none"> • Организовать ролевые игры, если за окнами дождь. • Организовать и провести экологические игры, упражнения, направленные на формирование экологической культуры и культуры здоровья. • Использовать ботанические кроссворды, расширяющие интерес к окружающему миру |

Технология упорядочивает все этапы педагогического процесса, выделяет условия их реализации. В педагогике чаще всего употребляют понятие «педагогическая технология» по В.П. Беспалько [7]. В его понимании, педагогическая технология – это совокупность средств, методов воспроизведения теоретически обоснованных процессов обучения и воспитания, позволяющих успешно реализовать основные цели образования.

В нашем исследовании мы придерживались такому мнению, что педагогическая технология представляет собой комплекс взаимосвязанных средств, методов и процессов, необходимых для оздоровительного учебно-воспитательного процесса, укрепления и сохранения здоровья. В науке идет дискуссия по поводу терминов «методика», «образовательная технология». По данным Т.Ф. Ореховой, В.В. Гузеева понятие «методика» шире понятия «технология». Однако с таким мнением не соглашается ряд ученых (Г.В. Валеева, И.Л. Орехова, Л.И. Пономарева, Т.И. Смаглий, З.И. Тюмасева и др.), которые в своих работах доказывают, что «технология» более широкое понятие, чем «методика». С этим следует согласиться, так как понятие «технология» складывается из таких понятий «наука, знание» и «искусство, мастерство».

Второе педагогическое условие – здоровьесберегающие технологии как системообразующий фактор тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях.

Вначале охарактеризуем понятие «здоровьесберегающие технологии». В педагогике как самостоятельное направление появляется педагогическая технология. Затем в федеральном государственном образовательном стандарте высшего образования включается дисциплина «Педагогические теории, системы, технологии», где технологии выделяют в самостоятельный раздел курса. Педагогические технологии как научная область встречаются в работах ряда ученых: Н.Б. Басовой, В.В. Гузеева, М.М. Левиной, Е.В. Коротаевой, И.Б. Котовой и др.

Понятие «технология» активно используется в науке и практике образования, но до сих пор не имеет однозначную интерпретацию.

Одни ученые (Г.К. Селевко, А.Г. Селевко) технологию рассматривают как процесс последовательного поэтапного осуществления, разработанного на научной основе, решения какой-либо проблемы (социальной или производственной). Важно отметить, что в этой характеристике делается акцент на взаимосвязь теории, методики обучения (воспитания, развития) со способами реализации образовательной цели.

Следует отметить, что объединяют методику-науку и методику искусства не механически, а такой синтез приводит к феномену – к качественно новому знанию, имеющему свой предмет и методологию.

Методика-искусство обращает внимание на тьюторское сопровождение обучающегося со стороны тьютора и как творческий процесс со стороны тьюторанта.

Методика-наука обращается к обучению как к процессу индивидуализации на основе создания индивидуальной образовательной программы. Технология обучения изучает сам процесс обучения во всем многообразии его проявлений.

Таким образом, анализ психолого-педагогической литературы показал, что «технология обучения» – понятие более широкое, чем «методика обучения».

В 1980 годы с появлением валеологии, как науки и дисциплины, обратили внимание на влияние образования на здоровье обучающихся. Многочисленные исследования выявили, что наше образование является здоровьезатратным. Как специальное валеологическое знание рождается здоровьесберегающая педагогика или педагогика здоровья [61].

Педагогика здоровья рассматривает такие задачи: воспитание обучающихся на разумном приоритете ценности здоровья; формирование потребности быть здоровым и вести здоровый образ жизни; валеологизация учебно-

воспитательного процесса и учебных программ медико-биологических дисциплин.

Основой педагогики здоровья (здоровьесберегающей педагогики) является здоровьесберегающая технология.

В настоящее время термин «*здоровьесберегающая технология*» широко используется в практике обучения; несмотря на то, что это понятие многими учеными трактуется неоднозначно.

Понятие «здоровьесберегающая технология» интегрированное и включает в себя оздоровление как прибавление здоровья, расширение адаптационных возможностей организма.

Родово-видовой анализ терминов «здоровье», «оздоровление», «здоровьесбережение», «адаптация» позволил нам определить ключевое понятие «*здоровьесберегающая технология*» как *целенаправленная, логически построенная последовательность операций, которая формирует компетенции по сохранению, укреплению здоровья, а также здорового, безопасного образа жизни и самосохранительного поведения.*

Здоровьесберегающие технологии, которые должны освоить студенты для осуществления оздоровительной работы с детьми в летних лагерях должны отвечать следующим требованиям: *доступности, научности, безопасности, эффективности и простоты применения.* Под простотой необходимо понимать легкость изучения и применения определенной технологии на практике с минимальными затратами сил и времени.

Доступность видется в том, что данную технологию может изучить любой студент и применить ее во время прохождения педагогической практики в общеобразовательных организациях.

Используя наработки коллектива кафедры безопасности жизнедеятельности и методико-биологических дисциплин (ранее Института здоровья и экологии человека, на рисунке 2 представим систему здоровьесберегающих технологий.

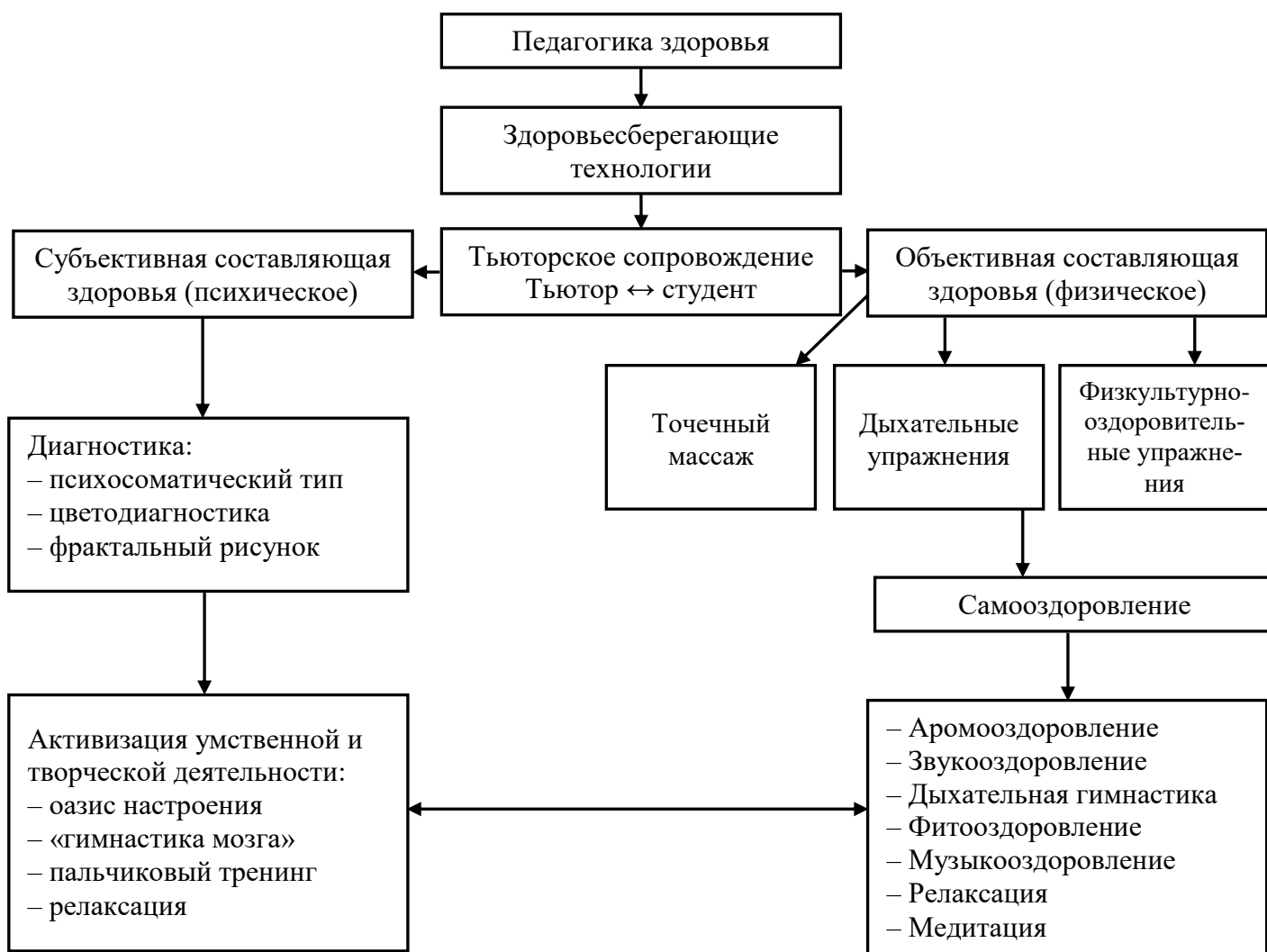


Рисунок 2 – Здоровьесберегающие технологии как системообразующий фактор тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях

Здоровье мы рассматриваем как объективное состояние и субъективное чувство полного физического, психического и социального комфорта (по Н.Ф. Реймерсу).

В нашем исследовании акцент больше всего был сделан на субъективное чувство.

Третье педагогическое условие – открытая образовательная здоровьесберегающая среда.

Характеризуя третье педагогическое условие, необходимо обратиться к родовому понятию «среда». Экологическое понятие «среда» означает совокупность элементов, явлений (природных, антропогенных), которые прямо или

косвенно влияют на группу организмов или организм. Экстраполируя такое определение на образование, то образовательная среда (по данным З.И. Тюмасевой) будет совокупность образовательных факторов, которые воздействуют на субъекты образования прямо или косвенно в процессе обучения, воспитания и развития.

Анализ работ З.И. Тюмасевой, И.Л. Ореховой, Л.И. Пономаревой, Е.Г. Кушниной, Т.М. Стариковой, Н.Н. Щелчковой, Д.В. Натаровой, Э.А. Мулявиной и др. показал, что образовательная здоровьесберегающая среда – это совокупность условий, созданных администрацией университета, коллективом преподавателей (тьюторов) с целью формирования у студентов (тьюторантов) потребности быть здоровым, вести здоровый и безопасный образ жизни, а также самосохранительное поведение. Однако, необходимо знать, что образовательная среда должна быть открытой.

Открытая образовательная среда предоставляет тьюторанту выбор образа себя и своего пути. При этом пространство работы тьютора надо рассматривать в трех аспектах: *социальном, культурно-предметном и антропологическом.*

В *социальном контексте* тьюторства означает укрепление позитивной социальной позиции в студенческом коллективе, расширение социальных связей, что предоставляет им большие возможности активно участвовать в общественно-культурной жизни студенческого коллектива. При этом ярко проявляются такие личностные качества, как толерантность, коммуникативность, умение слушать и слышать собеседника, строить диалог, воспринимать другую точку зрения при обсуждении проблемы здоровьесбережения. Такая деятельность безусловно является общественной, поэтому становится субъективно значимой для студентов (тьюторантов).

Наиболее эффективными образовательными методами, средствами работы тьютора являются метод проектов, «Дебаты», ролевые игры и др., которые позволяют воссоздать институты гражданского общества.

В культурно-предметном контексте работа тьютора проявляется в активной творческой позиции в проведении проектной деятельности студентами (тьюторантами).

Студенты начинают проявлять инициативу в сборе интересной информации о природе, системах, средствах оздоровления. Им необходимо тьюторское сопровождение самообразования с учетом навыков работы студентов в Интернете. Студенты принимают участие в воспитательно-оздоровительных мероприятиях: «Дары осени – нашему здоровью», «Экологический марафон «Здоровье человека – здоровье Земли» с целью овладения знаниями и навыками в организации и проведении оздоровительной работы с детьми в летних лагерях.

В антропологическом контексте открытость образовательной среды рассматривается нами как пространство всех возможных ресурсов для собственного образовательного движения будущих учителей. При этом цель тьютора заключается в том, чтобы научить студента максимально использовать различные доступные средства для построения своей индивидуальной образовательной траектории. Студент в этой ситуации является заказчиком на собственное образование, он сам реализует свой творческий потенциал. В ходе выполнения проекта, связанного со здоровьесбережением, у тьюторанта формируются основы потребности ведения здорового и безопасного образа жизни, ценностного отношения к природе; развивается мотивация к саморазвитию и реализации личностного потенциала.

Главными образовательными технологиями в антропологическом контексте являются методы ситуативного анализа, проектирования, метод портфолио.

Выводы по первой главе

1. Актуальность исследования определяется противоречиями между социальным заказом современного общества на формирование здоровой личности; необходимостью выстроенной системы подготовки будущих учителей к осуществлению оздоровительной работы с детьми в летних лагерях; востребованностью тьюторского сопровождения формирования готовности студентов к оздоровительной работе с детьми.

2. Родовидовой анализ понятий «здоровье», «оздоровление», «тьюторское сопровождение», «готовность», «формирование» позволил уточнить и конкретизировать ключевое понятие нашего исследования «тьюторское сопровождение формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях», которое мы определили как целенаправленную, систематическую, педагогическую деятельность, направленную на овладение здоровьесберегающими технологиями, системами, средствами оздоровительной работы, способствующей личной безопасности, сохранению и укреплению здоровья, а также рациональному использованию природных факторов в расширении адаптивных возможностей организма.

3. Анализ зарубежного и отечественного опыта показал, что тьюторская система вуза должна быть гибкой, сочетать разнообразные формы и виды деятельности тьюторов, чтобы быть адекватным запросам студентов и прямо влиять на повышение качества их образования.

4. Методологической основой исследования проблемы тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях являются подходы системный (В.Г. Афанасьев, В.И. Блауберг, А.И. Субетто, З.И. Тюмасева и др.); личностно-деятельностный (Ш.А. Амонашвили, Е.В. Бондаревская, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, Н.Н. Тулькибаева, Л.В. Трубайчук и др.); теории о сущности человека и его взаимоотношениях с природой, обществом и самим собой (В.П. Казначеев, И. Кант, Я.А. Коменский, К.Д. Ушинский, А.И. Субетто и др.). Отмеченные подходы и принципы (валеологизации, экологизации, природосо-

образности, культуротворчества, идеи педагогики здоровья) позволили изучить предмет исследования, выделить в качестве цели и результата образовательного процесса позитивный уровень тьюторского сопровождения, что выражается в качестве медико-биологических, эколого-валеологических знаний, умений, позитивной динамики состояния здоровья тьюторантов, повышении мотивации к ведению здорового и безопасного образа жизни, потребности быть здоровым и активном участии в воспитательно-оздоровительных мероприятиях социальной значимости.

5. Обоснование методологических подходов, принципов, уточнение и конкретизация ключевого понятия исследования позволили нам создать структурную модель тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях, состоящую из блоков: целевого, содержательного, процессуального, оценочно-результативного.

6. Эффективность апробации структурной модели тьюторского сопровождения готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях зависит от выявленных педагогических условий: модульная программа учебно-оздоровительной работы со студентами гуманитарно-педагогических профилей; здоровьесберегающие технологии как системообразующий фактор тьюторского сопровождения готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях; открытая образовательная здоровьесберегающая среда.

ГЛАВА 2. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО РЕАЛИЗАЦИИ МОДЕЛИ ТьюТОРСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ГОТОВНОСТИ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ К ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ С ДЕТЬМИ В ЛЕТНИХ ЛАГЕРЯХ

2.1. Цель, задачи и организация экспериментальной работы

Экспериментальная работа является целостным процессом и включает разные методы исследования, обеспечивает научную и доказательную проверку выдвинутой гипотезы.

Цель педагогического эксперимента – проверка выдвинутой нами гипотезы: тьюторское сопровождение формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях будет эффективной если:

- реализуется структурная модель тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях, включающая целевой, содержательный, процессуальный и оценочно-результативный блоки;

- реализуется последовательность тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях;

- апробированы формы, методы, средства тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях;

- выявлены педагогические условия;

- реализация модульной программы учебно-оздоровительной работы со студентами гуманитарно-педагогических профилей;

- освоение и использование здоровьесберегающих технологий;

- открытая образовательная здоровьесберегающая среда.

На основе выдвинутой гипотезы нами сформулированы *следующие задачи экспериментальной работы*:

1. Проанализировать исходные данные определения субъективной составляющей здоровья студентов; уровень мотивации к оздоровительной деятельности; начальный уровень представления о здоровье, здоровом образе жизни и оздоровлении.

2. Апробировать структурную модель тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях, направленную на сохранение и укрепление здоровья, а также на самосохранительное поведение.

3. Зафиксировать изменения показателей готовности студентов к оздоровительной работе с детьми, а также уровень их мотивации в вопросах самооздоровления.

4. Анализировать и обобщать полученные результаты. Обработать полученные экспериментальные данные на качественном и количественном уровнях.

Опытно-экспериментальная работа проводилась в три этапа с 2018 по 2021 годы на базе Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета, который обеспечивает медико-биологическую подготовку студентов исторического и филологического факультетов. В эксперименте участвовало 20 студентов.

На первом поисковом этапе (2017 г.) анализировалась научная и научно-методическая литература по проблеме исследования. Изучился практический опыт подготовки студентов, как будущих учителей, к оздоровительной работе в общеобразовательных организациях и организациях дополнительного образования. Полученная информация систематизировалась, создавался банк данных, на основе этого была сформулирована гипотеза и план исследования.

На втором опытно-экспериментальном этапе (2018–2019 гг.) осуществлялась разработка структурной модели тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе в летних лагерях. С этой целью анализировались учебные планы для студентов гумани-

тарно-педагогических профилей, чтобы прояснить ситуацию о готовности студентов к получению умений и навыков по использованию здоровьесберегающих технологий и природных средств для оздоровления детей в условиях лагерей. Проводилось наблюдение, тестирование в рамках педагогического эксперимента.

На третьем аналитико-обобщающем этапе (2020–2021 гг.) обрабатывались полученные материалы, в процессе опытно-экспериментальной работы; проверялась, выдвинутая нами гипотеза; определили критерии, уровни сформированности готовности будущих учителей к проведению оздоровительной деятельности с детьми в условиях природы. Проходила проверка результатов исследования.

Этапы эксперимента, цели и задачи этих этапов, методы работы представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Задачи и методы педагогического эксперимента на каждом этапе

| Этапы | Цели и задачи | Методы |
|-----------------------------|---|--|
| 1. Констатирующий (2018 г.) | <p>Изучить состояние проблемы тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях.</p> <p>Сформулировать цель, задачи, гипотезу исследования.</p> <p>Спроектировать модели тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях.</p> <p>Определить место тьюторского сопровождения в системе профессиональной подготовки студентов.</p> <p>Выявить педагогические условия.</p> <p>Спланировать опытно-экспериментальную работу.</p> <p>Изучить запросы студентов в тьюторском сопровождении.</p> <p>Выбор тьюторантов.</p> | <p>– нормативно-правовая база;</p> <p>– анализ медико-биологической и эколого-валеологической литературы;</p> <p>– моделирование;</p> <p>– наблюдения;</p> <p>– устный опрос;</p> <p>– тестирование;</p> <p>– беседа</p> |

| | | |
|---|---|--|
| <p>2. Формирующий (2018-2019 гг.)</p> | <p>Апробация модели тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях. Провести диагностику субъективной составляющей здоровья и здорового образа жизни. Анализ результатов поставленной цели. Проверка и апробация педагогических условий в экспериментальной работе.</p> | <p>– педагогический эксперимент; – наблюдение; – тестирование; – опрос; – оценка результатов проделанной работы; – статистическая обработка данных</p> |
| <p>3. Контрольный (2020-2021 гг.)</p> | <p>Обработка полученных результатов. Обобщение данных эксперимента. Определение эффективности эксперимента по тьюторскому сопровождению формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях. Внедрение модели тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях</p> | <p>– оценивание; – обобщение; – систематизация; – математическая обработка полученных данных</p> |

На констатирующем этапе мы провели статистические измерения уровня сформированности готовности студентов к оздоровительной деятельности в контрольной и экспериментальной группах по критериям: когнитивному, эмоциональному и поведенческому.

По когнитивному критерию студенты показали относительно одинаковые результаты как в контрольной, так и в экспериментальной группах: низкий уровень имеют 86–92%; средний уровень у 8–14%, высокий уровень не проявился ни у кого.

Аналогичные результаты были получены нами по эмоциональному и поведенческому критериям. Студенты были не готовы к осуществлению оздоровительной работы с детьми в летних лагерях.

Поскольку основным критерием эффективности, созданной нами модели, является сформированность готовности студентов к оздоровительной работе с детьми, возникла необходимость создать условия для продвижения студентов

на более высокий уровень готовности к оздоровлению и самооздоровлению, а также овладению здоровьесберегающими технологиями.

Студенты экспериментальной группы прошли компьютерное тестирование с помощью программы «Гармония» разработанной З.И. Тюмасевой, И.Л. Ореховой, Г.В. Валеевой и др. [69]. Эта программа позволила нам определить субъективную составляющую здоровья; определить психосоматический тип; оценить физическое состояние; выяснить самооценку студентов, их ценностные ориентации (по Роккичу); узнать отношение студентов к оздоровлению, а также есть ли у них представление об оздоровительной деятельности.

Анализ диагностических данных показал, что студенты нуждаются в тьюторском сопровождении, чтобы быть готовыми сохранять, укреплять как свое здоровье, так и детей, с которыми они будут работать. Запрос от студентов поступил, и они готовы были к педагогическому эксперименту.

2.2. Реализация модели тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях

В ходе педагогического эксперимента с 2018 по 2020 годы были проведены комплексные срезы. Нулевой срез, как было отмечено ранее, проводился в сентябре 2018 года на первом курсе. В первом семестре студенты изучали теоретические и практические медико-биологические дисциплины: «Возрастная анатомия, физиология и гигиена», «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни», «Безопасность жизнедеятельности», «Основы экологической культуры и др.

Среди дисциплин медико-биологического цикла «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» является системообразующим курсом, так как он нацелен на формирование у студентов комплекса знаний об организме как экологической самовоспроизводящейся системе, о его анатомо-физиологических особенностях и этапах развития.

Следующие срезы были проведены целенаправленно с учетом созданной нами модели тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе в летних лагерях, которая предполагает освоение студентами модульной программы и здоровьесберегающих технологий.

Для оценивания эффективности тьюторского сопровождения формирования готовности студентов к оздоровительной работе с детьми использованы три критерия: когнитивный, эмоциональный и поведенческий. Качественная характеристика описана в первой главе.

Для определения уровня тьюторского сопровождения сформированности готовности студентов к оздоровительной работе использовали трехуровневую шкалу: 1 балл – низкий уровень; 2 балла – средний уровень; 3 балла – высокий уровень. За каждый показатель студент может получить от 1 до 3 баллов.

Анализ полученных данных педагогического эксперимента показал, что максимальное количество баллов по критериям в экспериментальной группе тьюторантов (10 человек) составило:

Когнитивный – 13 баллов

Эмоциональный – 12 баллов

Поведенческий – 10 баллов.

На основе полученных баллов выделено три основных уровня сформированности готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми.

Таблица 4 – Уровни сформированности готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми

| Уровень | Сумма баллов |
|-----------------|--------------|
| Высокий уровень | 26–38 баллов |
| Средний уровень | 16–25 баллов |
| Низкий уровень | 8–12 баллов |

Тьюторское сопровождение тьюторантов стало осуществляться с ноября 2018 по февраль 2020 года и представляло собой целенаправленную последова-

тельность взаимообусловленных этапов: диагностико-мотивационного, проектировочного, реализационного и аналитического.

Выбор тьюторантов был добровольным, студенты пожелали развиваться и быть компетентными в вопросах здоровья и оздоровления.

На диагностико-мотивационном этапе с тьюторантами проводилась беседа (тьюторская консультация), где они рассказывали о себе, о своих проблемах, почему им захотелось прибегнуть к помощи тьютора. В результате собеседования стало понятно, чего ожидают студенты от тьюторского сопровождения.

Тьютору необходимо было создать атмосферу доверия, чтобы студенты поделились своими интересами, рассказали о склонностях, мотивах и потребностях в здоровом образе жизни.

Затем, определялся объем знаний у студентов по теме их запроса: о здоровье, системах и средствах оздоровления, укреплении здоровья и т.д. Вопросы сформулированы были таким образом, чтобы они соответствовали выбранным нами критериям: когнитивному, эмоциональному и поведенческому.

У тьюторантов имеются проблемы со здоровьем, питанием, трудности во взаимоотношениях со сверстниками. Однако все десять студентов не имели вредных привычек.

По результатам тестирования ярко проявилась у студентов психоэмоциональная составляющая здоровья, так как показатели «фрустрация» и «тревожность» оказались выше нормы.

У тьюторантов возрос интерес после тестирования и появилось желание заниматься самообследованием своего здоровья. Но оставались вопросы, так как не известны были причины их нездоровья. После тьюторской консультации студенты должны были сформулировать «что именно хотелось бы выяснить о своем здоровье» и «как овладеть знаниями по оздоровлению себя и окружающих людей».

Проходила большая работа по освоению понятийного аппарата по проблеме исследования с использованием метода развития критического мышле-

ния через чтение и письмо (контент – анализ интернет среды). Для изучения составляющих здоровья как интегрированного понятия использовался метод картирования. Эти методы были освоены студентами в ходе беседы с тьютором на простом примере.

Таким образом, результаты первого этапа эксперимента показали низкий уровень сформированности готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми.

Таблица 5 – Начальный уровень сформированности готовности тьюторантов к оздоровительной работе

| № | Критерии | Сумма баллов | % |
|---|---------------|--------------|------|
| 1 | Когнитивный | 6 баллов | 43% |
| 2 | Эмоциональный | 4 балла | 36% |
| 3 | Поведенческий | 3 балла | 21% |
| | Всего | 13 баллов | 100% |

Формирующий этап педагогического эксперимента показал, что существует необходимость в реализации структурной модели тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях.

Анализируя полученные данные, мы перешли к собственно экспериментальному этапу (контрольному) работы, то есть к реализации структурной модели.

Процесс индивидуализации тьюторантов в открытом здоровьесберегающем пространстве начался на поисковом этапе работы с выявления образовательного заказа и продолжился на экспериментальном этапе.

Принцип индивидуализации учитывает индивидуальные особенности каждого студента и дает им право выстраивать собственное содержание образования оздоровительной деятельности. При этом тьютор формирует у тьюторанта культуру осмысленной деятельности, осознанного выбора, ответственности, а также построение своего открытого образовательного пространства для

самореализации, самообразования в области здоровьесбережения и эколого-валеологического образования.

Диагностико-мотивационный этап работы тьютора завершается вторым собеседованием со студентами, где обсуждаются различные определения здоровья, здорового образа жизни, оздоровления, здоровьесберегающие технологии. В результате данной беседы проявилась новая *актуальная потребность студентов* – овладеть методиками оздоровления, уметь выстраивать индивидуальную образовательную траекторию по теме оздоровления, а также понять логику оздоровительной работы в условиях летних лагерей. Мы, после обсуждения, включаем эту потребность в индивидуальный образовательный маршрут. Появляется у каждого студента «Паспорт здоровья» и «Дневник здоровья студента» как необходимость в решении данной проблемы. Каждый тьюторант от тьютора получает задание – начать оформлять «*Портфолио*».

Проектировочный этап тьюторского сопровождения заключается в сборе информации, которая необходима каждому студенту для пополнения портфолио «Мое здоровье».

Портфолио «Мое здоровье» состоит из материалов генезиса понятия «здоровье»; историографии под данному вопросу; авторских заметок по предмету; фотографий, иллюстраций; графиков, схем, интересных эссе своего участия в оздоровительно-воспитательных мероприятиях «Дары осени – нашему здоровью», экологического марафона «Здоровье человека – здоровье Земли»; карты своего здоровья; списков оборудования, материалов для выполнения проектов, научного исследования; разнообразных материалов, которые необходимы студенту для самообразования.

Перед тьютором стоит важная задача, найти вопросы в представленном (студентом) материале, чтобы принять решение о сужении или расширении темы; провести анализ «портфолио», а затем дать консультацию по нему; посоветовать, если в этом есть необходимость, использовать образовательное пространство вуза, обратиться к другим специалистам – профессионалам.

Главным результатом проектировочного этапа является совместная работа тьютора и тьюторанта, направленная на построение индивидуального образовательного маршрута с учетом запроса студента, его интересов, предположенности и познавательных возможностей.

Выявленные нами педагогические условия способствуют решению выявленной проблемы. При проектировании индивидуального образовательного маршрута тьютор способствовал адаптации студентов в открытой образовательной здоровьесберегающей среде вуза; помогал им раскрыть свои возможности; изучить модульную программу по здоровьесбережению; содействовал выбору, обучал самостоятельному поиску возможных ресурсов и навигации в мире образовательных возможностей.

В работах С.В. Воробьева, Н.А. Лабунской, А.П. Тряпициной, Т.М. Ковалевой, Ю.Ф. Тимофеевой и др. дается трактовка *индивидуального образовательного маршрута* как целенаправленно проектируемая дифференцированная образовательная программа, которая обеспечивает обучающимся позиции выбора, разработки и реализации образовательной программы при осуществлении тьюторского сопровождения его самоопределения и самореализации.

В нашем исследовании мы придерживались такому пониманию индивидуального образовательного маршрута, который включает *целевой компонент* (основная цель образования в соответствии с требованиями ФГОС); *содержательный компонент* (отбор содержания медико-биологических и эколого-валеологических дисциплин, установления межпредметных и внутрипредметных связей); *технологический компонент* (использование педагогических и здоровьесберегающих технологий, методов, систем и средств обучения, воспитания).

На реализационном этапе идет самообразовательная деятельность студентов, согласно ранее составленному маршруту. Тьютор может подключать других специалистов (психологов, медиков) для обучения студентов здоровьесберегающим технологиям, способам самооздоровления, то есть осуществляет корректировку маршрута.

Психолог кафедры безопасности жизнедеятельности и медико-биологических дисциплин Г.В. Валеева помогла студентам решить психологическую проблему методом фрактального рисунка. При реализации индивидуального маршрута каждому студенту *содействовало второе педагогическое условие – здоровьесберегающие технологии* как системообразующий фактор тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях. Студенты изучили данные технологии на лабораторных и практических занятиях медико-биологических дисциплин, активно участвовали в научно-практических конференциях молодых ученых, аспирантов и студентов «Экологическая безопасность, здоровье и образование», в заседаниях «Клуба тьюторов». Все это мотивировало их на систематическое пополнение своего портфолио, дневника здоровья. Тьютор проводил групповые и индивидуальные консультации, устраивал дебаты, дискуссии.

Конечным результатом студентов на этом этапе явился завершённый портфолио по оздоровительной работе и здоровью, а также презентация портфолио, с которой каждый студент выступил на практических занятиях.

На аналитическом этапе подведены итоги совместной работы тьютора и студентов-будущих учителей. Каждый студент продемонстрировал портфолио своих достижений: проекты на заданную тему по оздоровлению; отзывы преподавателей, психолога, одноклассников; чек-листы, отражающие успеваемость по медико-биологическим дисциплинам, а также по психологии и педагогике; краткое описание наиболее удачных результатов, достигнутых в оздоровительно-воспитательных мероприятиях «Дары осени – нашему здоровью», экологического марафона «Здоровье человека – здоровье Земли», а также в эколого-валеологической олимпиаде.

Данный этап завершился повторным (итоговым) тестированием субъективной составляющей здоровья по компьютерной программе «Гармония», которая показала лучшие результаты по сравнению первоначального тестирования студентов. Наблюдались изменения самооценки своего состояния студентов (понижился уровень тревожности, фрустрации, стрессонапряженности); удо-

влетворенность самочувствия повысилась; значительно вырос уровень сформированности готовности к оздоровительной работе с детьми. Тьюторанты уже по-другому оценивают здоровье и больше смотивированы на здоровый образ жизни и безопасное поведение в социоприродной среде. Принципы непрерывности, доступности реализовались в систематических занятиях физической культурой. Некоторые студенты (их 5 человек) записались на фитнес, стали заниматься научной работой, причем тематика связана с проблемой здоровья и оздоровления.

2.3. Анализ результатов экспериментальной работы

Апробация созданной нами структурной модели тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях в выявленных педагогических условиях в значительной мере повлияла на результаты опытно-экспериментальной работы.

Для решения поставленных задач, формирующий этап педагогического эксперимента был направлен на анализ и обобщение полученных результатов при апробации структурной модели, а также уточнение теоретических положений исследования, формулирования выводов.

Целью и задачами формирующего этапа являлись:

- обработка полученных данных;
- анализ и обобщение материалов по результатам исследования;
- оформление результатов обработки педагогического эксперимента;
- определение эффективности эксперимента по тьюторскому сопровождению формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях;
- апробация модели тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях.

На контрольном этапе провели проверку уровня сформированности готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми. Для того, что-

бы дать объективную оценку, проведенному исследованию, была проведена итоговая диагностическая работа по методикам, которые были описаны ранее.

После обработки данных, выявили высокий уровень сформированности готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях.

Таблица 6 – Итоговый уровень сформированности готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях

| № | Критерии | Сумма баллов | % |
|---|---------------|--------------|-----|
| 1 | Когнитивный | 14 баллов | 39% |
| 2 | Эмоциональный | 12 баллов | 33% |
| 3 | Поведенческий | 10 баллов | 28% |
| | Всего | 36 баллов | |

Сравнительный анализ уровней сформированности готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми представлена на рисунке 3.

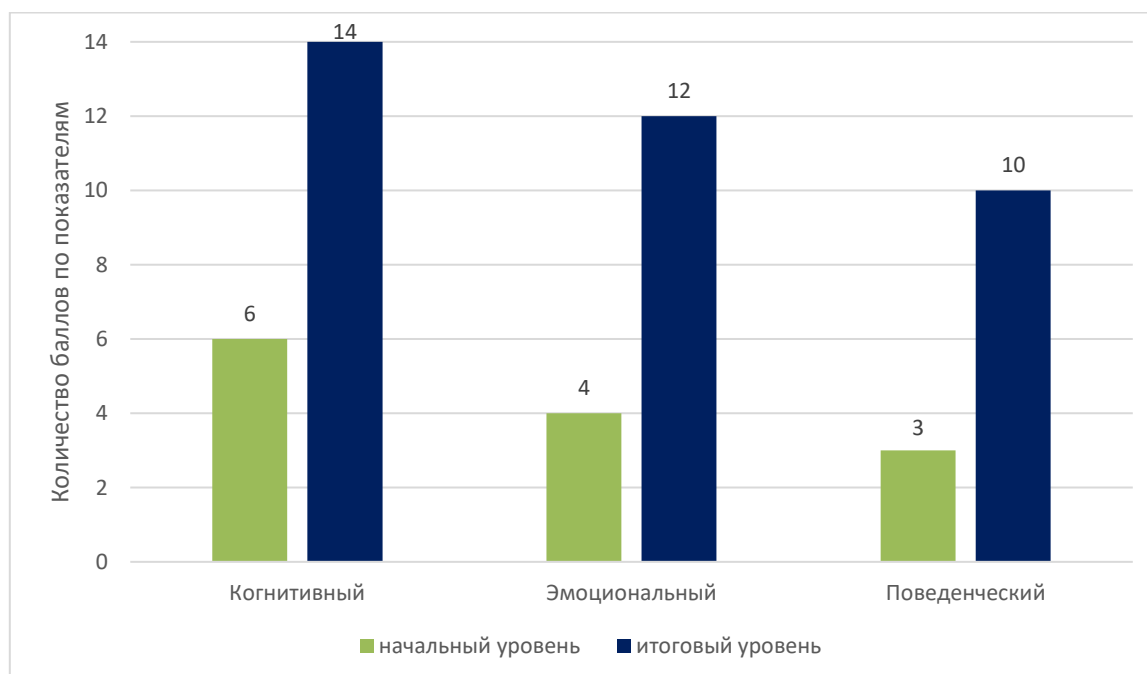


Рисунок 3 – Сравнительный анализ тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях

Из диаграммы видим, что прирост показателей по трем критериям: когнитивному, эмоциональному и поведенческому.

В том, что тьюторское сопровождение сыграло важную роль в позитивных результатах эксперимента, отметили сами тьюторанты. Они стали разбираться в вопросах здоровья, оздоровления, освоили комплекс оздоровительных методик и средств с целью использования их на практике. Заметно изменились ценности и мотивы действий студентов относительно их здоровья и здорового образа жизни. На начальном этапе они считали, что все зависит от наследственности и ничего с этим нельзя поделать.

Сейчас же они осознанно могут предпринимать определенные действия по сохранению, укреплению своего здоровья, понимания, что оно на 50% зависит от образа жизни. Кроме того, студенты овладели некоторыми методиками диагностики субъективной составляющей здоровья, которые они могут успешно применять, работая с детьми в летних лагерях. Доминируют также методики, как ароматерапия, точечный массаж, фрактальный рисунок и сказкотерапия.

Полезными оказались лекции и семинары с использованием дискуссий и case-метода, подготовка, демонстрация и обсуждение презентаций, выполненных ими проектов на здоровьесберегающую тематику. Большой опыт получили тьюторанты от участия в оздоровительно-воспитательных мероприятиях «Дары осени – нашему здоровью», экологического марафона «Здоровье человека – здоровье Земли», которые ежегодно проводятся на кафедре безопасности жизнедеятельности и медико-биологических дисциплин ВШ ФК и С. У некоторых студентов проявились «скрытые» таланты по написанию эссе о природе, социальных проектов, сценарий внеклассных мероприятий по здоровью и т.д.

Позитивная динамика состояния здоровья наблюдалась у студентов в конце нашего исследования, а именно: снизился уровень тревожности, фрустрации, стрессонапряженности (самооценка состояния); повысилась удовлетворенность самочувствием; сформировались представления об оздоровительной работе с детьми и появилось желание заниматься этой деятельностью.

Студенты, которые выбрали для себя занятия фитнесом, стали считать, что лишний вес – это не проблема, ее можно легко решить, а если не получается, то надо относиться к себе позитивно. Однако, они стали стройнее, подвижнее и улучшили осанку.

Таким образом, студенты-тьюторы отмечают эффективность проделанной работы, результатом они довольны. Приобрели опыт работы по оздоровлению благодаря целенаправленной систематической практико-ориентированной совместной деятельности (студент-тьютор). Тьютор, как наставник, выполнил роль навигатора в открытом образовательном пространстве, способствовал их социализации в культурно-оздоровительной среде вуза.

Результаты исследования говорят о том, что сформулированную гипотезу можно считать достоверной.

Выводы по второй главе

1. Осуществлена проверка выдвинутой гипотезы исследования, которая заключается в том, что тьюторское сопровождение формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях будет эффективной если: сформирована готовность будущих учителей к оздоровительной работе с детьми на основе системного и личностно-деятельностного подходов; уточнен и конкретизирован понятийный аппарат; апробируется структурная модель тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях, включающая целевой, содержательный, процессуальный и оценочно-результативный блоки.

2. Показана роль педагогических условий в проверке эффективности структурной модели.

3. Экспериментальная работа продолжалась с 2018 по 2020 годы и включала три этапа: констатирующий, формирующий и контрольный. На начальном, констатирующем этапе с помощью диагностической работы был выявлен исходный уровень здоровья представление студентов о оздоровительной работе с детьми и сделан вывод о необходимости реализации структурной модели тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях.

4. В ходе формирующего этапа педагогического эксперимента нами осуществлялось тьюторское сопровождение студентов: составление индивидуальных карт здоровья, индивидуальных образовательных маршрутов с учетом потребностей в здоровом образе жизни, интереса к оздоровительной деятельности и познания природы родного края.

Реализация индивидуальных образовательных маршрутов тьюторантов показала позитивные изменения субъективной составляющей здоровья и потребности в оздоровлении себя и детей, с которыми им предстоит работать.

5. На итоговом этапе исследования нами были выявлены значительные изменения по всем критериям и показателям, что подтверждает правильность выдвинутой гипотезы.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Сохранение и укрепление здоровья субъектов образования является стратегическим ориентиром обновления российского образования. Оздоровительная работа с детьми должна быть целенаправленной, непрерывной, не только в общеобразовательных организациях, но и в условиях их отдыха – в летних оздоровительных лагерях. Летний лагерь – эта удобная форма организации свободного времени детей разного пола, возраста и уровня развития, а также является пространством для проведения оздоровительной работы в условиях природы. Проблема единства природы и человека с древних времен изучалась многими естествоиспытателями, философами, учеными (Платон, Аристотель, Я.А. Коменский, К.Д. Ушинский, Ж-Ж. Руссо, И. Кант и др.), которые подчеркивали огромное влияние природы на духовное развитие человека. Л. Леонов писал: «Человек, который понимает природу, благороднее, чище. Он не сделает дурного поступка. Он прошел душевный университет». Поэтому не случайно нами проведена большая работа по формированию потребности у детей быть здоровыми во всех аспектах: физическом, духовном (психическом) и нравственном [70; 71].

Обобщение результатов проведенного педагогического эксперимента мы пришли к следующим выводам:

1. Актуальность исследования определяется противоречиями между социальным заказом современного общества на формирование здоровой личности; необходимостью выстроенной системы подготовки будущих учителей к осуществлению оздоровительной работы с детьми в летних лагерях; востребованностью тьюторского сопровождения формирования готовности студентов к оздоровительной работе с детьми.

2. Родовидовой анализ понятий «здоровье», «оздоровление», «тьюторское сопровождение», «готовность», «формирование» позволил уточнить и конкретизировать ключевое понятие нашего исследования «тьюторское сопровождение формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с

детьми в летних лагерях», которое мы определили как целенаправленную, систематическую, педагогическую деятельность, направленную на овладение здоровьесберегающими технологиями, системами, средствами оздоровительной работы, способствующей личной безопасности, сохранению и укреплению здоровья, а также рациональному использованию природных факторов в расширении адаптивных возможностей организма.

3. Анализ зарубежного и отечественного опыта показал, что тьюторская система вуза должна быть гибкой, сочетать разнообразные формы и виды деятельности тьюторов, чтобы быть адекватным запросам студентов и прямо влиять на повышение качества их образования.

4. Методологической основой исследования проблемы тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях являются подходы системный (В.Г. Афанасьев, В.И. Блауберг, А.И. Субетто, З.И. Тюмасева и др.); личностно-деятельностный (Ш.А. Амонашвили, Е.В. Бондаревская, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, Н.Н. Тулькибаева, Л.В. Трубайчук и др.); теории о сущности человека и его взаимоотношениях с природой, обществом и самим собой (В.П. Казначеев, И. Кант, Я.А. Коменский, К.Д. Ушинский, А.И. Субетто и др.). Отмеченные подходы и принципы (валеологизации, экологизации, природосообразности, культуротворчества, идеи педагогики здоровья) позволили изучить предмет исследования, выделить в качестве цели и результата образовательного процесса позитивный уровень тьюторского сопровождения, что выражается в качестве медико-биологических, эколого-валеологических знаний, умений, позитивной динамики состояния здоровья тьюторантов, повышении мотивации к ведению здорового и безопасного образа жизни, потребности быть здоровым и активном участии в воспитательно-оздоровительных мероприятиях социальной значимости.

5. Обоснование методологических подходов, принципов, уточнение и конкретизация ключевого понятия исследования позволили нам создать структурную модель тьюторского сопровождения формирования готовности буду-

щих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях, состоящую из блоков: целевого, содержательного, процессуального, оценочно-результативного.

6. Эффективность апробации структурной модели тьюторского сопровождения готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях зависит от выявленных педагогических условий: модульная программа учебно-оздоровительной работы со студентами гуманитарно-педагогических профилей; здоровьесберегающие технологии как системообразующий фактор тьюторского сопровождения готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях; открытая образовательная здоровьесберегающая среда.

7. Осуществлена проверка выдвинутой гипотезы исследования, которая заключается в том, что тьюторское сопровождение формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях будет эффективной если: сформирована готовность будущих учителей к оздоровительной работе с детьми на основе системного и личностно-деятельностного подходов; уточнен и конкретизирован понятийный аппарат; апробируется структурная модель тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях, включающая целевой, содержательный, процессуальный и оценочно-результативный блоки.

8. Показана роль педагогических условий в проверке эффективности структурной модели.

9. Экспериментальная работа продолжалась с 2018 по 2020 годы и включала три этапа: констатирующий, формирующий и контрольный. На начальном, констатирующем этапе с помощью диагностической работы был выявлен исходный уровень здоровья представление студентов о оздоровительной работе с детьми и сделан вывод о необходимости реализации структурной модели тьюторского сопровождения формирования готовности будущих учителей к оздоровительной работе с детьми в летних лагерях.

10. В ходе формирующего этапа педагогического эксперимента нами осуществлялось тьюторское сопровождение студентов: составление индивидуальных карт здоровья, индивидуальных образовательных маршрутов с учетом потребностей в здоровом образе жизни, интереса к оздоровительной деятельности и познания природы родного края.

Реализация индивидуальных образовательных маршрутов тьюторантов показала позитивные изменения субъективной составляющей здоровья и потребности в оздоровлении себя и детей, с которыми им предстоит работать.

11. На итоговом этапе исследования нами были выявлены значительные изменения по всем критериям и показателям, что подтверждает правильность выдвинутой гипотезы.

Проведенное исследование не претендует на исчерпывающее решение рассматриваемой проблемы. Мы считаем, что в дальнейших исследованиях необходимо изучить и установить закономерность формирования готовности студентов к оздоровительной работе с учетом гармонизации российских и зарубежных подходов.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Айзман Р.И. Здоровье школьника и психолого-педагогические проблемы его коррекции / Р.И. Айзман. – Новосибирск: НГПУ, 2001. – 15 с.
2. Амонашвили Ш.А. Личностно-гуманная основа педагогического процесса / Ш.А. Амонашвили. – Мн.: Университетское, 1990. – 559 с.
3. Ананьев В.А. Психология здоровья – новая отрасль человекознания / В.А. Ананьев // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. – 1998. – № 4. – С. 3–18.
4. Артеменко Б.А. Модель психологической готовности студентов педагогического вуза к здоровьесберегающей деятельности в общеобразовательных организациях / Б.А. Артеменко, Г.В. Валеева, З.И. Тюмасева // Вестник Тверского государственного университета. Серия: Педагогика и психология. – 2016. – № 1. – С. 80–89.
5. Асмолов А.Г. Деятельность и установка / А.Г. Асмолов – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1979. – 151 с.
6. Ахмерова С.Г. Здоровье педагогов: профессиональные факторы риска / С.Г. Ахмерова // Профилактика заболеваний и укрепление здоровья. – 2001. – № 4. – С. 28–30.
7. Беспалько В.П. Слагаемые педагогической технологии / В.П. Беспалько. – М.: Просвещение, 1989. – 192 с.
8. Блауберг И.В. Становление и сущность системного подхода / И.В. Блауберг, Э.Г. Юдин. – М.: Наука, 1973. – 270 с.
9. Богданов Е.Н. Введение в акмеологию / Е.Н. Богданов, В.Г. Зазыкин. – Калуга: КГПУ им. К.Э. Циолковского, 2001. – 145 с.
10. Брехман И.И. Валеология – наука о здоровье / И.И. Брехман. – М.: Физкультура и спорт, 1990. – 206 с.
11. Валеева Г.В. Комплексное изучение субъективной составляющей здоровья / Г.В. Валеева, З.И. Тюмасева, И.Л. Орехова; под ред. проф. Ю.П. Платонова // Ученые записки СПбГИПСР. СПбГИПСР. – 2015. – № 1 (23). – С. 24–29.

12. Валеева Г.В. Психологическая готовность будущих учителей к оздоровительной деятельности / Г.В. Валеева, З.И. Тюмасева. – Челябинск: Изд-во ЗАО «Цицеро», 2014. – 140 с.
13. Валеология. Диагностика, средства и практика обеспечения здоровья: сб. науч. трудов / И.А. Аршавский, И.А. Гундаров, В.А. Полеский и др. – Сиб.: Наука, 1993. – Вып. I. – 267 с.
14. Воронцова В.Г. Педагогическая валеология и гуманизация образования: историко-педагогический аспект / В.Г. Воронцова // Сб.: История педагогики сегодня. – СПб.: СПбГУПМ, 1998. – 150 с.
15. Выготский Л.С. Психология развития как феномен культуры / Л.С. Выготский. – М., 1996. – 359 с.
16. Гаркуша Н.С. Воспитание культуры здоровья современных школьников: проблемы и пути их решения: монография / Н.С. Гаркуша. – Челябинск: Центр Научного Сотрудничества, 2012. – 188 с.
17. Гольнева Д.П. Человек, его здоровье и окружающая среда: учеб. пособие для учеников VIII–IX классов / Д.П. Гольнева, В.И. Павлова. – Челябинск: Факел, 1998. – Ч. 2. – 92 с.
18. Гордон Эд. Столетия тьюторства: история альтернативного образования в Америке и Западной Европе / Эд. Гордон, Эл. Гордон. – Ижевск: ERGO, 2008. – 362 с.
19. Гретинская Е.О. Тьюторство в России как новая модель образования: становление и развитие / Е.О. Гретинская // Проблемы современной науки и образования. – 2015. – № 4. – С. 56–65.
20. Дыхан Л.Б. Педагогическая валеология / Л.Б. Дыхан, В.С. Кукушкин, А.Г. Трушкин. – М.: ИКЦ «Март», 2005. – 528 с.
21. Долгоруков А.М. Практическое пособие для тьютора системы открытого образования на основе дистанционных технологий / А.М. Долгоруков. – М: ЦИТО, 2002. – 42 с.
22. Зайцев Г.К. Валеолого-педагогические основы здоровья человека в системе образования: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Г.К. Зайцев. – СПб., 1998. – 36 с.

23. Зарипова Е.И. Тьюторское сопровождение самостоятельной работы студентов экономического вуза / Е.И. Зарипова // Сибирский торгово-экономический журнал. – 2011. – № 14. – С. 32–41.

24. Зверев И.Д. Воспитание учащихся в процессе обучения биологии: пособие для учителя / И.Д. Зверев А.Н. Мягкова, Е.П. Бруновт. – М.: Просвещение, 1984. – 160 с.

25. Здоровье и окружающая среда: учеб. пособие для учащихся 9 класса / Б.Т. Величковский, И.Т. Суравегина, Т.Т. Цыпленкова. – М.: НПЦ «Экология и образование», 1994. – 157 с.

26. Ирхин В.Н. Формирование культуры здоровья на уроках физики / В.Н. Ирхин. – М.: Чистые пруды, 2008. – 29 с.

27. Ильченко В.Р. Формирование у учащихся средней школы естественно-научного миропонимания в процессе обучения: дис. ... д-ра пед. наук / В.Р. Ильченко. – Полтава, 1989. – 374 с.

28. Кабанова-Меллер Е.Н. Психология формирования знаний и навыков у школьников: проблема приемов умственной деятельности (АПН РСФСР, Ин-т психологии) / Е.Н. Кабанова-Меллер. – М.: Изд-во АПН РСФСР, 1962. – 376 с.

29. Казначеев В.П. Здоровье нации. Просвещение. Образование. М. / В.П. Казначеев. – Кострома: КГПУ, 1996. – 248 с.

30. Калью П.И. Сущностная характеристика понятия «здоровье» и некоторые вопросы перестройки здравоохранения / П.И. Калью. – М.: ВНИМИ, 1988. – 67 с.

31. Канарская О.В. Инновационное обучение: методика, технология, школьная практика: кн. для учителя / О.В. Канарская. – СПб., 1997. – 480 с.

32. Кисиль В.Г. Формирование и развитие методических знаний в системе самостоятельной работы студентов: дис. ... канд. пед. наук / В.Г. Кисиль. – СПб., 1999. – 273 с.

33. Кларин М.В. Инновации в обучении: метафоры и модели: анализ зарубежного опыта / М.В. Кларин. – М.: Наука 1997. – 223 с.

34. Ковалева Т.М. Личностно-ресурсное картирование в современной дидактике / Т.М. Ковалева // Отечественная и зарубежная педагогика. – 2012. – № 5. – С. 108–112.

35. Ковалева Т.М. Среда и событие: к дидактике тьюторского сопровождения / Т.М. Ковалева, М.Ю. Чередилина // Событийность в образовательной и педагогической деятельности. Серия научно-методических изданий: «Новые ценности образования» под ред. Н.Б. Крыловой, М.Ю. Жилиной. – 2010. – Вып. 1. – С. 98–99.

36. Колбанов В.В. Непрерывное валеологическое образование: сущность и содержание / В.В. Колбанов // Здоровье и образование. Проблемы педагогической валеологии: матер. I Всерос. науч.-практ. конф. – СПб., 1995. – С. 5–9.

37. Колбанов В.В. Школьная валеология как новая область научных знаний / В.В. Колбанов // Валеология: Диагностика, средства и практика обеспечения здоровья. – Владивосток: Дальнаука, 1995. – Вып. 2. – С. 5–11.

38. Коломеец О.П. Формирование валеологических знаний и умений при обучении биологии в 9-м классе: авт. дис. ... канд. пед наук / О.П. Коломеец. – СПб., 1999. – 17 с.

39. Комиссаров Б.Д. Методологические проблемы школьного биологического образования / Б.Д. Комиссаров. – М.: Просвещение, 1991. – 160 с.

40. Кузнецова Н.Е. Теоретические основы формирования систем понятий в обучении химии: дис. ... д-ра пед. наук / Н.Е. Кузнецова. – Л., 1986. – 497 с.

41. Кузьмина Н.В. Методы системного педагогического исследования / Н.В. Кузьмина. – Л.: Изд-во ЛГУ, 1980. – 172 с.

42. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / А.Н. Леонтьев. – М.: Политиздат, 1977. – 307 с.

43. Леонтьев А.Н. Избранные психологические произведения / А.Н. Леонтьев. – М.: Книга по требованию, 2014. – Т. 1. – 392 с.

44. Лищук В.А. Основы здоровья: актуальные задачи, решения, рекомендации / В.А. Лищук, Е.В. Мосткова. – М.: Мысль, 1994. – 134 с.

45. Маджуга А.Г. Современные концепции развития здоровья субъектов образовательного процесса / А.Г. Маджуга, Н.П. Абаскалова, В.Н. Ирхин,

Н.В. Третьякова; науч. ред. А.Г. Маджуга. – Обнинск: МАН Интеллект будущего, 2013. – С. 77–84.

46. Малярчук Н.Н. Роль педагога как профессионала в сохранении здоровья обучающихся / Н.Н. Малярчук // Вестник развития науки и образования. – 2008. – № 6. – С. 86–88.

47. Минченков Е.Е. Обучение приемам определения понятий / Е.Е. Минченков // Химия в школе. – 2000. – № 2. – С. 19–24.

48. Моисеева Л.В. Теория и методика естественнонаучного и эквалеологического образования детей младшего школьного возраста: учеб.-метод. пособие / Л.В. Моисеева, О.Н. Лазарева, И.Р. Колтунова. – Екатеринбург: Изд-во ЮрГГУ, 2000. – 108 с.

49. Наумова Н.Е. Проблема охраны здоровья в школьном разделе «Биология. Человек»: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Н.Е. Наумова. – Орел, 2000. – 21 с.

50. Овчаров Е.А. Здоровье школьников / Е.А. Овчаров, Л.В. Родионова, Е.Е. Борш. – Нижневартовск: Изд-во Нижневартовского пед. ин-та, 2000. – 392 с.

51. Петленко В.П. Валеологические критерии здоровья / В.П. Петленко // V Национальный конгресс по профилактической медицине и валеологии, 21–24 июня 1998 г., г. Санкт-Петербург. – СПб.: РИПМиВ, 1998. – С. 13–16.

52. Полат Е.С. Личностно-ориентированный подход в системе школьного образования / Е.С. Полат // Дополнительное образование. – 2002. – № 4. – С. 24–31.

53. Пономарева И.Н. Общая методика обучения биологии / И.Н. Пономарева, В.П. Соломин, Г.Д. Сидельникова. – М.: Изд-кий центр «Академия», 2003. – 272 с.

54. Ратанова Т.А. Психодиагностические методы изучения личности: учеб. пособие. перераб. и доп. изд. пособия / Т.А. Ратанова, Л.И. Золотарева, Н.Ф. Шляхта // Методы изучения и психодиагностики личности. – М.: Моск. психолого-социальный ин-т, 1998. – 264 с.

55. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии: в 2 т. / С.Л. Рубинштейн. – М.: Педагогика, 1989. – Т. I. – 489 с.; Т. II. – 328 с.

56. Сапельцева И.В. Формирование мотивации к здоровому образу жизни у подростков 14-15 лет при изучении курса «Человек и его здоровье». Спец. 13.00.02 «Теория и методика обучения и воспитания (биология; уровень общего образования): автореф. дис. ... канд. пед. наук / И.В. Сапельцева. – Екатеринбург, 2004. – 20 с.

57. Сериков Г.Н. Здоровьесбережение в гуманном образовании: монография / Г.Н. Сериков, С.Г. Сериков. – Екатеринбург; Челябинск: Изд-во ЧГПУ, 1999. – 242 с.

58. Орехова И.Л. Эколого-валеологизация диверсифицированной подготовки студентов к оздоровительной деятельности в образовательных учреждениях / И.Л. Орехова. – Челябинск: ЧГПУ, 2012. – 340 с.

59. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы / Н.К. Смирнов. – М.: АРКТИ, 2003.

60. Субетто А.И. Системологические основы образовательных систем / А.И. Субетто. – М.: Исслед. центр проблем качества подготовленности специалистов, 1994. – Ч. 2. – 324 с.

61. Татарникова Л.Г. Педагогическая валеология: Генезис. Тенденция развития / Л.Г. Татарникова. – СПб., 1995. – 352 с.

62. Третьякова Н.В. Формирование готовности учащихся образовательных организаций к здравотворческой деятельности: монография / Н.В. Третьякова. – Екатеринбург: Изд-во РГШУ, 2014. – 158 с.

63. Тюмасева З.И. Валеология и образование / З.И. Тюмасева, Б.Ф. Кваша. – СПб: МАНЭБ, 2002. – 380 с.

64. Тюмасева З.И. Феномен тьюторства в здоровьесбережении: факторы риска и устойчивости / З.И. Тюмасева, И.Л. Орехова, Г.В. Валеева и др. // Образование и наука. – 2018. – Т. 20. – № 9. – С. 139–153.

65. Тюмасева З.И. Системное образование и образовательные системы / З.И. Тюмасева. – Челябинск, 1999. – 278 с.

66. Тюмасева З.И. Семейная среда как средство сохранения, укрепления здоровья обучающихся и формирования самосохранительного поведения / З.И. Тюмасева, И.Л. Орехова // Семейная среда как средство сохранения, укрепления здоровья обучающихся и формирования самосохранительного поведения // Вестник Минского университета. – 2019. – Т. 7. – № 3. – С. 5.

67. Тюмасева З.И. Концепция непрерывного экологического образования в Челябинской области / З.И. Тюмасева, Ю.С. Смирнов, В.И. Павлова и др. – Челябинск, 2001. – 66 с.

68. Тюмасева З.И. Эколого-валеологические тайны модернизации современного образования: словарь-справочник / З.И. Тюмасева, В.П. Стариков. – Сургут: ГУП ХМАО «Сург. типография», 2004. – 313 с.

69. Тюмасева З.И. Проектирование безопасного и здоровьесберегающего пространства «вуз-школа» как условие профессионального становления студентов / З.И. Тюмасева, И.Л. Орехова, Г.В. Валеева, Е.С. Гладкая. – Челябинск: Изд-во ЧГПУ, 2015. – 288 с.

70. Тюмасева З.И. Оздоровительно-экологическое воспитание школьников в летних лагерях отдыха и оздоровления / З.И. Тюмасева, И.Л. Орехова, Н.В. Калашников, Б.А. Артеменко, Е.С. Гладкая. – Челябинск: Изд-во ЧГПУ, 2015. – 138 с.

71. Тюмасева З.И. Целительные силы природы и здоровье человека / З.И. Тюмасева, Д.П. Гольнева. – Челябинск: «Взгляд», 2003. – 216 с.

72. Тюмасева З.И. Оздоровление детей России как инновационная педагогическая деятельность (в сфере дошкольного образования): монография / З.И. Тюмасева, И.Л. Орехова, Е.Г. Кушнина. – Челябинск: Цицеро, 2012. – 299 с.

73. Федеральный Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 года.

74. Щедрина А.Г. Онтогенез и теория здоровья: метод. аспекты / А.Г. Щедрина. – Новосибирск: Наука, 1989. – 136 с.

75. Югова Е.А. Технологии формирования здоровьесберегающей компетентности у студентов / Е.А. Югова. – Екатеринбург: Изд-во РГППУ, – 2012. – 116 с.

76. Ясвин В.А. Психология отношения к природе / В.А. Ясвин. – М., 2000. – 456 с.
77. Tolman E.C. Behavior and Psychological Man: Essays in Motivation and Learning / E.C. Tolman. – University of California Press, 1958. – 286 p.
78. Tolman E.C. Cognitive maps in rats and men / E.C. Tolman // Psychological Review. – 1948. – Vol. 55. – no. 4. – P. 189–208.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Мероприятие на тему «Здоровый образ жизни»

Цель – формировать у учащихся здоровый образ жизни и воспитывать бережное отношение к своему здоровью.

Задачи:

1. Проанализировать вместе с детьми отрицательные и положительные последствия выбора.
2. Подвести подростков к самостоятельному осознанному выбору в отношении курения.

Основной метод, используемый в данной работе – сопровождение становления и саморазвития личности учащегося, которое предполагает:

- 1) обучение поиску альтернативных вариантов решения любой проблемы (как выбора образа, маршрута, так и выбора в отношении алкоголя, наркотиков, курения, досуговой деятельности и т.д.);
- 2) обучение осознанному самостоятельному выбору.

Ход мероприятия

1. Организационный момент.
2. Многие задают себе вопрос: «Как прожить, чтобы не стареть?» И себе отвечают: «Так не бывает». Каждый человек хоть чем-то, да болеет. Но почему один попадает в больницу два раза за всю жизнь, а другой чуть ли не каждый месяц? Уже давно установлено, что за здоровьем надо следить с детства. Давайте проведем небольшое тестирование о своем здоровье, вам предлагается перечень утверждений, каждое из которых требует ответа «да» или «нет». Эта информация будет полезна, прежде всего, вам.

Тест «Твое здоровье»

1. У меня часто плохой аппетит.
2. После нескольких часов работы у меня начинает болеть голова.
3. Часто выгляжу усталым и подавленным, иногда раздраженным и угрюмым.

4. Периодически у меня бывают серьезные заболевания, когда я вынужден несколько дней оставаться в постели.

5. Я почти не занимаюсь спортом.

6. В последнее время я несколько прибавил в весе.

7. У меня часто кружится голова.

8. В настоящее время я курю.

9. В детстве я перенес несколько серьезных заболеваний.

10. У меня плохой сон и неприятные ощущения утром после пробуждения.

За каждый ответ «да» поставьте себе по 1 баллу и подсчитайте сумму.

Результаты:

1–2 балла. Несмотря на некоторые признаки ухудшения здоровья, вы в хорошей форме. Ни в коем случае не оставляйте усилий по сохранению своего самочувствия.

3–6 баллов. Ваше отношение к своему здоровью трудно назвать нормальным, уже чувствуется, что вы его расстроили довольно основательно.

7–10 баллов. Как вы умудрились довести себя до такой степени? Удивительно, что вы еще в состоянии ходить и работать. Вам немедленно нужно свои привычки, иначе...

Конечно, вы вправе не согласиться с данной интерпретацией результатов, но лучше давайте задумаемся о своем образе жизни и выделим основные правила здорового образа жизни.

Чтоб мудро жизнь прожить,

Знать надобно немало.

Два главных правила запомни для начала:

Ты лучше голодай, чем, что попало есть,

И лучше будь один, чем с кем попало.

Правила здорового образа жизни:

1. Правильное питание.

2. Сон.

3. Активная деятельность и активный отдых.

4. Вредные привычки.

Остановимся на каждом пункте отдельно.

1. Правильное питание – основа здорового образа

Снижается заболеваемость учащихся, улучшается психологическое состояние детей, поднимается настроение, а самое главное – повышается работоспособность и интерес к учебной деятельности.

*После большой перемены в мусорнице лежат пустые бутылки из-под лимонада, давайте немного поговорим о том, **что мы пьем?***

В любом случае, **важно знать, что именно в газированных напитках может реально принести вред.** Во-первых, это **углеводы**. В 0,33 л. Pepsi-Cola содержится 8 кусков сахара. Мало, кто стал бы пить такой сладкий чай или кофе. Все эти углеводы откладываются в жировые складки и способствуют развитию диабета. В диетические газировки для минимизации калорий добавляют различные подсластители. Самый опасный из них – белок **аспартам**. Он в 200 раз слаще сахара, вызывает аллергию, болезни желудка, нарушения работы печени, головные боли, ослабление памяти и зрения и даже припадки. Именно подсластители являются главными секретами газированной воды – они не утоляют жажду, а наоборот вызывают аппетит.

Газировка содержит кислоту, которая разъедает зубную эмаль и способствует появлению кариеса. Например, в яблочном соке кислоты содержится во много раз больше. Разница только в том, что там она натуральная, хоть и разъедает эмаль зубов, но не вымывает кальций, как это делает **ортофосфорная кислота (E338)**. Чаще всего в газировках используется именно она.

Также газировки содержат **углекислый газ**, который возбуждает желудочную секрецию, повышает кислотность и способствует метеоризму. Ну и разумеется **кофеин**. Если злоупотреблять напитком, можно получить кофеиновую зависимость или интоксикацию. Ее признаки – беспокойство, возбуждение, бессонница, желудочные боли, судороги, тахикардия и пр. В некоторых дозах кофеин может быть смертельным.

Пожалуй, самое коварное в газированной воде – это **тара**. Алюминиевые банки помогают разносить опасные заразные болезни. В момент вскрытия банки в контакт с ее содержимым вступают различные виды стафилококков, а также бактерии-возбудители сальмонеллеза и энтероколита, жидкость разливается по крышке и вместе со всеми бактериями оказывается внутри нас.

Кока-кола с успехом заменяет бытовую химию. История кока колы утверждает, что во многих штатах США дорожная полиция всегда имеет в патрульной машине 2 галлона Колы, чтобы смывать кровь с шоссе после аварии.

Чтобы почистить туалет, вылейте банку Колы в раковину и не смывайте в течение часа.

Чтобы удалить ржавые пятна с хромированного бампера машины, потрите бампер смятым листом алюминиевой фольги, смоченным в кока коле.

Чтобы удалить коррозию с батарей в автомобиле, полейте батареи банкой Колы, и коррозия исчезнет.

Чтобы раскрутить заржавевший болт, смочите тряпку кока колой и обмотайте ею болт на несколько минут.

Чтобы очистить одежду от загрязнения, вылейте банку кока колы на грудку грязной одежды, добавьте стиральный порошок и постирайте в машине как обычно. Кола поможет избавиться от пятен. Кока кола также очистит стекла в автомобиле от дорожной пыли.

О составе кока колы. Активный ингредиент кока колы – фосфорная кислота. Ее pH равен 2.8. За 4 дня он может растворить ваши ногти.

Для перевозки концентрата кока колы грузовик должен быть оборудован специальными поддонами, предназначенными для высококоррозионных материалов.

Дистрибьюторы кока колы уже 20 лет используют ее для очистки моторов своих грузовиков.

Все еще хотите бутылочку Колы?

Единственный безвредный компонент газировок – вода. Мертвая, безжизненная, дистиллированная, чтобы ее естественный вкус не нарушал вкус

напитка, чтобы лимонад, производимый в любой точке земного шара, соответствовал строгому стандарту.

Чтобы уменьшить вред от любой газировки, в том числе и от Pepsi, необходимо следовать простым правилам:

1. Пейте ее холодной. Разрушение эмали зубов зависит и от температуры напитка. В Америке газировки пьют больше, чем в Европе, но ее всегда подают со льдом, и повреждений зубов у американских детей меньше.

2. Пейте через трубочку, чтобы избегать контакта с банкой.

3. Ограничьтесь одним стаканом 1–2 раза в неделю.

4. Откажитесь от газировки, если страдаете ожирением, диабетом, гастритом, язвой.

5. Не давайте газировку детям до 3 лет.

Теперь поговорим о беде нашего класса, это вечно валяющиеся пакетики из-под чипсов и сухариков и в довольно больших количествах, поэтому нельзя не заострить внимание на том, **что мы едим?**

Вкусовые качества чипсов и сухариков достигаются за счет применения различных ароматизаторов (правда фирмы-производители почему-то называют их специями). Поэтому существуют всевозможные «чипсовые» и «сухариковые» разновидности, что называется, «на любителя».

Существуют и чипсы без привкусов, т.е. со своим натуральным вкусом, но по статистике, большинство наших с вами соотечественников предпочитают, есть чипсы с добавками: сыром, беконом, грибами, икрой. Стоит ли сегодня говорить, что на самом деле никакой икры нет – ее вкус и запах придали чипсам с помощью ароматизаторов. Больше всего надежды, что вкус и запах получен без применения синтетических добавок, если чипсы пахнут луком или чесноком. Хотя все равно шансы невелики. Чаще всего вкус у чипсов искусственный. Тоже самое в полной мере относится и к сухарикам. В этом вам помогут убедиться знакомые буквочки «Е», указанные в составе продукта и чипсов и сухариков.

Известны коды пищевых добавок, которым по воздействию на организм человека можно дать следующие характеристики: (распечатать и раздать детям).

Запрещенные – E103, E105, E111, E121, E123, E125, E126, E130, E152.

Опасные – E102, E110, E120, E124, E127.

Подозрительные – E104, E122, E141, E150, E171, E173, E180, E241, E477.

Ракообразующие – E131, E210-217, E240, E330.

Вызывающие расстройство кишечника – E221–226.

Вредные для кожи – E230–232, E239.

Вызывающие нарушение давления – E250, E251.

Провоцирующие появление сыпи – E311, E312.

Повышающие холестерин – E320, E321.

Вызывающие расстройство желудка – E338–341, E407, E450, E461–466.

Вы хотите чипсов и сухариков, приготовленных на дешевых гидрогенизированных жирах, притрушенных огромным количеством химикатов под названием «пищевые добавки» и содержащих огромные количества канцерогена-акриламида?..

Мы поговорили с вами о неправильном питании, а теперь назовем продукты, которые полезно есть, чтобы оставаться здоровым: фрукты, овощи, рыбу, бобовые и т. д. Сейчас я буду называть полезные качества продукта, а вы угадайте, чему они принадлежат.

Салат, укроп, петрушка

Зелень – хорошая профилактика инфаркта, улучшает водный баланс, благотворно влияет при малокровии, авитаминозе.

Сельдерей

Древние греки и римляне не обходились без него ни в будни, ни в праздники. Высокие пищевые и целебные достоинства этого растения определяют более чем сорок вкусовых, витаминных и биологически активных веществ. Исследования американских ученых показали, что корни этого растения – идеальное средство для снижения артериального давления.

Топинамбур

В клубнях этого растения витаминов С и В вдвое, а солей железа втрое больше, чем в картофельных.

Особенно полезно это растение для больных диабетом, страдающих малокровием, нарушениями обмена веществ и желудочными заболеваниями.

Морковь

Употребление этого овоща очень полезно для зрения и для профилактики раковых заболеваний.

Капуста

Этот овощ улучшает обмен холестерина и является сильным антиаллергеном.

Свекла

А этот овощ улучшает работу кишечника, снижает артериальное давление. Наличие йода в этом корнеплоде делает ее ценным для профилактики заболевания щитовидной железы и укрепления иммунитета. Обеспечивает организм фосфором, калием, кальцием, натрием и хлором.

Баклажаны

Этот овощ малокалориен, зато в нем много фолиевой кислоты, а это значит, что он ускоряет вывод из организма холестерина, избытка воды и поваренной соли, усиливает способность инсулина понижать уровень сахара и способствует процессу образования эритроцитов в крови.

Яблоки

Обладают общеукрепляющим действием. Хороши для почек, сердечно-сосудистой системы. Обмена веществ.

Груши

Повышают прочность капиллярных сосудов, оказывают противосклеротическое действие, способствует выведению из организма воды и поваренной соли.

Вишня, черешня

Общеукрепляющие фрукты, полезные при малокровии.

Малина

Улучшает пищеварение при атеросклерозе и гипертонической болезни.

Черная смородина

Богата общеукрепляющим витамином С.

2. Сон очень положительно влияет на организм человека. Много споров вокруг того, сколько же надо спать человеку? Раньше утверждалось, что ребенок – 10–12 часов, подросток – 9–10 часов, взрослый – 8 часов. Сейчас многие приходят к мнению, что это все индивидуально, некоторым нужно побольше, некоторым поменьше. Но главное – человек не должен чувствовать усталость после сна и быть бодрым весь день.

Я начинаю пословицу, а вы заканчиваете.

Пословицы:

- 1. От хорошего сна ... Молодеешь*
- 2. Сон – лучшее ... Лекарство*
- 3. Выспишься – ... Помолодеешь*
- 4. Выспался – будто вновь ... Родился*

3. Активная деятельность и активный отдых

Статистика: сидячий образ жизни – это одна из ведущих 10-ти причин смерти и инвалидности во всем мире. Дефицит физической активности – это причина 2-х миллионов смертей в год. Менее 30% молодежи ведет активный образ жизни, достаточный для того, чтобы в будущем сохранить свое здоровье.

Вопросы викторины:

1. Почему могут быть опасны для здоровья консервированные продукты? (Можно отравиться ботулином).
2. При сжигании в городе мусора воздух загрязняется ядовитыми веществами. Назовите 4 опасных вещества. (Доиксины, канцерогены, радионуклиды, двуокись СО).
3. Несколько приемов удаления нитратов из овощей. (Вымачивание, отваривание, маринование).

4. Водопроводную воду перед употреблением лучше отстаивать. Почему? (Чтобы избавиться от хлора, который улетучивается через 2 часа).

5. Назовите вещество, которое полностью нейтрализует действие нитратов. (Витамин С).

6. Из повседневных продуктов питания, какие самые опасные для здоровья? (Соль и сахар).

7. Назовите принципы закаливания – три П. (Постоянно, последовательно, постепенно).

8. Какая поговорка учит нас правильному режиму питания? (Завтрак съешь сам, обед раздели с другом, ужин отдай врагу).

9. Сколько часов в сутки должен спать человек? (Ребенок 10–12 часов, подросток – 9–10 часов, взрослый – 8 часов).

10. Какими видами спорта следует заниматься для формирования осанки? (Плавание, гимнастика, легкая атлетика).

Желаю вам:

- никогда не болеть;
- правильно питаться;
- быть бодрыми;
- вершить добрые дела.

В общем, вести здоровый образ жизни!