

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
«Тольяттинский государственный университет»

Гуманитарно-педагогический институт  
(наименование института полностью)

Кафедра «Педагогика и психология»  
(наименование)

44.04.02 Психолого-педагогическое образование  
(код и наименование направления подготовки)

Педагогика и психология воспитания  
(направленность (профиль))

## ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА (МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ)

на тему Формирование ценности здоровья у студентов колледжа

Обучающийся

Я.Ю. Власова

(Инициалы Фамилия)

(личная подпись)

Научный  
руководитель

д-р пед. наук, профессор И.В. Руденко

(ученая степень (при наличии), ученое звание (при наличии), Инициалы Фамилия)

Тольятти 2023

## Оглавление

Введение.....	3
Глава 1 Теоретические подходы к разработке проблемы формирования ценности здоровья у студентов колледжа .....	9
1.1 Ценность здоровья как научное понятие.....	9
1.2 Теоретические основы формирования ценности здоровья у студентов колледжа.....	22
1.3 Модель формирования ценности здоровья у студентов во внеучебной деятельности колледжа.....	26
Глава 2 Опытно-экспериментальная работа по формированию ценности здоровья у студентов колледжа.....	34
2.1 Изучение уровня сформированности ценности здоровья у студентов колледжа.....	34
2.2 Содержание внеучебной деятельности по формированию ценности здоровья у студентов Тольяттинского экономико-технологического колледжа.....	40
2.3 Результаты экспериментальной работы по формированию ценности здоровья у студентов колледжа.....	53
Заключение.....	69
Список используемой литературы.....	71
Приложение А Тематический план лекций по курсу «Психология здравоохранения».....	79

## Введение

Актуальность темы исследования обусловлена необходимостью формирования системы ответственного отношения населения к своему здоровью, в основе которой – создание у населения мотивации для ведения здорового образа жизни, включая здоровое питание, снижение уровня потребления алкоголя и табака, формирование условий и мотиваций для занятия физической культурой и спортом, представленной в Прогнозе социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2024 года [70].

Индивидуальное здоровье – это богатство общества. Каждый человек в обществе должен подумать о том, как сохранить свое здоровье и быть сильным. Охрана здоровья в обществе является главной опорой на пути к цели войти в число наиболее конкурентоспособных стран.

Поскольку будущее здорового государства в руках молодых людей, формирование ценности здоровья определяет численный рост страны и духовное обновление национального самосознания. Регулярные занятия спортом, духовное возрождение самосознания, торжество просвещения, укрепление духовного бытия – все это необходимые мероприятия, служащие сохранению здоровья подрастающего поколения. И известно, что осуществление этого – формирование ценности здоровья молодежи в первую очередь возложено на социальные институты и образовательные учреждения. Поэтому в настоящее время основным требованием к учебным заведениям является подготовка предприимчивых, конкурентоспособных, профессиональных специалистов, способных быстро адаптироваться к меняющимся временам.

Анализ исследований педагогических и психологических наук и накопленного наследия научной практики показывает, что ценность здоровья способствует формированию способности молодого поколения к принятию самостоятельных решений, способности действовать самостоятельно,

всестороннему его развитию. Вопрос о здоровье в системе образования сочетается с формированием ценности здоровья. Поэтому заботу о здоровье можно считать частью культуры и средством достижения ценностей, а также основой образовательного процесса.

Студенты колледжа рассматриваются как субъекты образовательного процесса, способные целенаправленно выбирать и изменять свой образ жизни и действия, изменять и пересматривать свое отношение к здоровью. Основная цель, требуемая от студентов – усвоить основные закономерности управления здоровьем на его физиологическом, психологическом и индивидуальном уровнях, овладеть возможностями формирования ценности здоровья. Опыты научно-педагогических исследований, образовательных программ и образовательного процесса в учебных заведениях показывают, что сегодня содержание, структура и уровень формирования взглядов студентов на ценность здоровья осуществляется через предмет физического воспитания, а это в само указывает на то, что этого недостаточно.

Целью концепции развития физической культуры и спорта является формирование эффективной модели государственной политики в сфере физической культуры и спорта, направленной на мобилизацию потенциала нации в спорте как объединяющем источником и главной движущей силой интенсивного развития массового спорта и спорта высших достижений [6]. Он включает в себя очень важные аспекты, полностью связанные с понятием гуманистического направления спорта и развития творческой личности. На наш взгляд, необходимо организовать занятия в колледже таким образом, чтобы не только укреплять здоровье подрастающего поколения, но и формировать у них ценность здоровья.

Сегодня широко рассматривается формирование ценности здоровья, чтобы она стала национальной идеей в контексте духовного возрождения. Педагогика и психологические науки проводят множество исследований, уделяющих этому вопросу особое внимание. Теоретические основы формирования здорового образа жизни учащихся получили отражение в

работах А.И. Бурханова, Э.Н. Вайнера, М.Я. Виленского, Л.Б. Дыхан, Д.А. Изуткина.

Ряд философов М.В. Ломоносов, К. Маркс, А. Смит, медиков И.И. Брехман, Ю.П. Лисицын, Б.Н. Чумаков, педагогов Г.К. Зайцев, С.В. Попов, психологов В.М. Бехтерев, Л.С. Выготский решали проблему формирования валеологических привычек детей, начиная с самого раннего возраста. Их труды о повышении жизненного потенциала личности являются ключевыми в области формирования ее здорового образа жизни.

В валеологической науке получает широкое распространение новое научное направление – «психология здоровья» В.А. Ананьев, И.Н. Гурвич, Г.С. Никифоров, представители которого делают акцент на том, что отношение к здоровью является недостаточно освещенной проблемой, а формирование ценности здоровья должно стать ключевой потребностью человека на протяжении всей жизни. Теоретические и методологические проблемы исследования валеологической науки Р.И. Айзман, А.А. Аканов, Н.М. Амосов, В.Ф. Базарный, И.И. Брехман, Е.Н. Вайнер, Е.М. Казин, В.В. Колбанов, М.Г. Колесникова, Л.Г. Татарникова.

На основании анализа литературы, проанализированной выше, мы предлагаем сделать следующий вывод: сформированность ценности здоровья подрастающего поколения, умение ее организовать и управлять ею в правильной системе, готовность вести образ жизни, полностью подготовленный к различным встречающимся в жизни ситуациям, корректировать самостоятельно – это основания говорить, что это один из важнейших показателей формирования человека, способного принимать решения и действовать. Это не только показатель развития общества, но и доказательство того, что ценность здоровья, считающаяся социокультурной и духовной ценностью, в основном связана с заботой о здоровье, его дальнейшим развитием, его формированием.

Рассмотренные работы выявляют, что на сегодняшний день ценность здоровья студентов колледжа изучается единообразно с ценностной точки

зрения. Однако суть нашего исследования определяет необходимость изучения вопроса формирования ценности здоровья с учетом возрастных особенностей студентов в образовательном процессе средне-специального учебного учреждения. Видно, что существует противоречие между необходимостью формирования ценности здоровья у студентов в стенах данного учебного заведения и тем, что этот вопрос недостаточно изучен теоретически и не обеспечен на должном уровне с научной и методической точки зрения. Научный поиск решения такого противоречия стал основанием для определения проблемы исследования и выбора темы нашей работы «Формирование ценности здоровья у студентов колледжа».

**Цель исследования:** теоретическое обоснование, проектирование и реализация модели формирования ценности здоровья у студентов.

**Объект исследования:** процесс формирования ценности здоровья у студентов колледжа.

**Предмет исследования:** модель формирования ценности здоровья у студентов.

**Гипотеза исследования:** формирование ценности здоровья у студентов колледжа будет эффективно, если

- разработана модель, в которой определена совокупность знаний, обеспечивающая понимание роли ценности здоровья у студентов;
- сформировано положительное эмоциональное отношение студентов к здоровью в процессе организованной деятельности;
- сформировано умение использовать знания в своей повседневной жизни.

**Задачи исследования:**

1. Раскрыть сущность ключевых понятий формирования ценности здоровья.
2. Определить теоретические основы исследования проблемы формирования ценности здоровья.

3. Разработать модель по формированию ценности здоровья у студентов.

4. Провести эксперимент по выявлению эффективности реализации модели формирования ценности здоровья у студентов в процессе изучения проекта «Культура здравоохранения – опора национального образования» в образовательном процессе.

**Методы исследования.** В процессе работы широко использовались как теоретические, так и практические методы исследования. Среди них: теоретический анализ и обобщение результатов, педагогический эксперимент, качественный и количественный анализ экспериментальных данных, диагностические методы, педагогические наблюдения, тестирование, анкетирование, математическая обработка результатов исследования, педагогическое проектирование.

**Опытно-экспериментальная база исследования.** Работа проводилась на базе Тольяттинского экономико-технологического колледжа.

#### **Основные этапы исследования**

На первом этапе (2021 г.) проблема изучалась теоретически. Знакомство с работами по исследовательским вопросам, изучение ценности здоровья, сбор материалов, оформление, анализ специальной литературы, документов, определение научного аппарата.

На втором этапе (2021 г.) был проведен эксперимент по формированию ценности здоровья у студентов колледжа, определены эффективные виды организации воспитательной деятельности по формированию ценности здоровья, составлены методические указания.

На третьем этапе (2023 г.) были систематизированы полученные результаты об экспериментальной работе, связанные с формированием ценности здоровья у студентов колледжа, была проверена эффективность методики, результаты включены в содержание диссертации, даны рекомендации.

**Научная новизна исследования** заключается в том, что в нём систематизированы ключевые понятия и историко-педагогические предпосылки проблемы формирования ценности здоровья; уточнены теоретические основы изучения формирования ценности здоровья.

**Теоретическая значимость** заключается в том, что разработана модель формирования ценности здоровья студентов колледжа, содержание практического проекта «Культура здоровья – опора национального образования».

**Практическая значимость** исследования заключается в том, что реализованный проект «Культура заботы о здоровье – опора национального образования» может использоваться в образовательной деятельности учреждений среднего-профессионального образования.

**Положения, выносимые на защиту:**

1. Модель, направленная на овладение системой знаний о взаимосвязях физического здоровья, психического и социального здоровья в обществе; понимание здоровья как ценности, обладание знаниями и навыками охраны здоровья и безопасности жизнедеятельности и состоящая из целевого, содержательного, организационно-деятельностного, оценочно-результативного компонентов.

2. Проект «Культура заботы о здоровье – опора национального образования», способствующий формированию положительного эмоционального отношения студентов к здоровью в процессе внеучебной деятельности.

3. Комплекс методов формирования ценности здоровья у студентов колледжа: дискуссия, круглый стол, аутотренинг, способствующие формированию знаний о ценности здоровья; заботы о здоровье.

**Структура и объем исследования.** Настоящая работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка используемой литературы из 104 наименований, одного приложения. Содержит 5 рисунков, 23 таблицы. Основной текст работы изложен на 78 страницах.

# **Глава 1 Теоретические подходы к разработке проблемы формирования ценности здоровья у студентов колледжа**

## **1.1 Ценность здоровья как научное понятие**

Актуальные вопросы, стоящие перед обществом в период экономического развития страны, призваны сформировать у молодежи постоянное стремление к сохранению и укреплению своего здоровья. Здоровье является первоочередной и важной потребностью, определяющей трудоспособность человека и обеспечивающей гармоничное развитие человека. Это важнейшая предпосылка признания человеком окружающего мира, самовыражения и счастливой жизни [63].

Проблема здоровья заняла важное место в середине XX века – в период бурного развития науки и техники. В настоящее время продолжается глобализация мировой экономики, происходит рост сферы услуг, стремительное развитие информационных и коммуникационных технологий. В настоящее время вопрос здоровья актуален и необходим. Эта проблема находится в центре внимания многих ученых в частности, И.И. Брехмана [18], В.О. Бушуева [20], Э.Н. Вайнер [21], В.М. Дильмана [33], В.П. Казначева [43], П.И. Калью [44], Л.Г. Качан [46], В.Т. Кудрявцева [51], И.Л. Левина [55], В.Ф. Сазонова [77], М.Ф. Секач [79], П.Г. Царфис [94].

В большой современной энциклопедии педагогики дается следующее определение: «Здоровье – это уникальное психосоматическое (телесно-душевное) состояние, проявляющееся в способности человека удовлетворять свои основные жизненные потребности» [74]. Здоровье, рассматриваемое в контексте онтогенетического развития человека, характеризуется следующими двумя основными точками зрения, а именно:

- с точки зрения возрастной морфофункциональной организации личности;

– с социальной ролью, которую выполняет индивид в зависимости от его возраста и социального положения [10].

Здоровье обеспечивает гармоничный набор структурно-функциональной информации организма человека, соответствующий окружающей среде и обеспечивающий ему (человеку) оптимальную жизнедеятельность, а также полноценную трудовую деятельность [37]. Здоровье – это творческий процесс, который нельзя отделить от человека и всего его развития. Если у человека нет творческого подхода к себе, то нет цельного и гармоничного пути к достижению здоровья. Важным фактором является то, что человек является творцом своего здоровья [13].

В психолого-педагогическом словаре существует несколько определений понятия «здоровье»:

- «противобольное состояние человека, характеризующее полноту жизненных проявлений;
- не только отсутствие болезней или физических дефектов, но полный набор физических, духовных и социальных благ;
- естественное состояние организма, характеризующееся спокойным отношением к окружающей среде и отсутствием каких-либо патологических изменений;
- благоприятная жизненная ситуация субъекта (индивида и социальной общности), наличие предпосылок и условий для его всесторонней и длительной деятельности в сфере социальной практики; качественная и количественная характеристика условий жизни человека и социальной общности» [75].

Кроме того, ряд ученых занимались исследованием содержания понятия «здоровье» в различных областях. Поскольку здоровье включает в себя единство и полноту индивидуального развития, исследователи пытались ввести в научный оборот их определения [34].

По мнению И.И. Брехмана, «здоровье человека – это способность сохранять в норме сенсорный, оральный и структурный поток трех единиц

информации в условиях резких изменений количественных и качественных показателей в зависимости от возраста» [18, с. 58].

По мнению академика В.П. Казначева, «индивидуальное здоровье определяется как процесс жизненного цикла достаточности жизнедеятельности, который сопровождается реализацией физиологических, психических и биологических потребностей человека в соответствии с природой человека в соответствующем общественном труде, активности, воспроизводстве поколений и максимальной продолжительности жизни. В понятие личного здоровья входит укрепление и развитие индивидуального организма, его активное долголетие» [43, с. 43].

В.П. Казначев утверждал: «Общественное здоровье гарантирует не инволюцию, а прогрессивные изменения и эволюцию в новых условиях внешней среды» [43, с. 87]. П.Г. Царфис указывает: «здоровье есть такое состояние организма, при котором все функции организма проявляются в гармонии с окружающей средой и могут находиться в прогрессивном взаимодействии» [95, с. 14]. В связи с этим сохранение и укрепление здоровья детей и молодежи является первой и самой важной потребностью общества.

По мнению Л.Г. Качан, «здоровье как научная проблема включает в себя комплекс медико-биологических, психологических, физкультурно-оздоровительных и социальных наук» [46, с. 35]. М.Ф. Секач дает следующее определение: «Здоровье – это соответствующая сопротивляемость действию болезнетворных агентов, физическая, психическая и социальная адаптация к изменяющимся условиям жизни. Состояние организма с достаточными функциональными (адаптационными) возможностями» [79, с. 38].

- По В.А. Ананьеву: «можно выделить три основных признака здоровья:
- структурно-функциональное обеспечение системы организма человека;
  - индивидуальная адаптация к физической и социальной среде;
  - сохранение обычного настроения» [3, с. 9].

Согласно характеристике, данной В.Т. Кудрявцевым, «здоровье традиционно рассматривается как данное природой состояние организма, изменяющееся под влиянием различных внешних и внутренних факторов, в том числе социальных факторов. Это «непроизвольное» состояние организма, которое «может быть «исправлено» по закону естественной адаптации, а не характер человека, который он сознательно создает в процессе своей жизни, находясь в соавторских отношениях с природой. Мы, здоровье, есть условие, метод и результат взаимодействия духа с телом, которое осуществляется самим человеком, придавая ему созидательную или, наоборот, разрушительную форму, и в значительной степени строит вверх» [51, с. 104].

В.Ф. Сазонов, учитывая потенциальные возможности человеческого организма, дает следующее определение: «Здоровье рассматривается как основа полноценной жизни человека, как необходимое условие гармоничного развития жизнедеятельности человека. С этой точки зрения используется понятие «потенциал здоровья». Он показывает приспособительные возможности организма и характеризуется его пороговыми значениями в диапазоне воздействий, поддерживающих нормальный уровень его существования и не нарушающих жизнедеятельность» [77, с. 112].

Как утверждала В.О. Бушуева: «Здоровье – это внутренний порядок, позволяющий человеку достичь цели своей жизни. Этот порядок фактически представляет собой саморегулирующийся механизм системы, поддерживаемый механизмами здоровья, являющимися ее неэнтропийными процессами. Степень дисциплинированности может быть разной, и это отражается на соответствующих уровнях здоровья» [20, с. 31]. С его точки зрения, главная задача учителей состоит в том, чтобы сформировать здоровье учащихся и поддерживать его на «безопасном уровне», когда благодаря активной работе механизмов здравоохранения заболевания не проявляются, а если появляются, то исчезают.

По мнению Р.М. Баевского, «здоровье – это состояние саморегуляции организма человека, обеспечивающее достижение его функционального оптимума. Она обеспечивается соответствующими внутренними и внешними условиями и отражает биологическую и социальную природу человека. Здоровье – это способность организма человека приспосабливаться к изменениям окружающей среды и жить на основе биологической, психологической и социальной сущности человека» [9, с. 108]. По мнению А.В. Царика, «при отсутствии патологических отклонений в организме человека именно психофизиологическое и духовное состояние обеспечивает ему полноценную биосоциальную жизнь, физическую и психическую способность противостоять естественному влиянию изменяющейся внешней среды» [93, с. 108].

Как указывал Э.Н. Вейнер: «Здоровье – это состояние равновесия между адаптационными возможностями организма (человеческим потенциалом) и постоянно меняющимися условиями внешней среды» [21, с. 105]. Э.Н. Вейнер определяет здоровье как «состояние организма, позволяющее данному человеку в высшей степени реализовать свою генетическую программу в условиях специфического социального существования любого человека. Ведь изменение условий жизни человека исторически приводило к соответствующему изменению приоритетных требований к обеспечению здоровья человека. Поэтому критерии здоровья современного человека отличаются от критериев, определявших выживаемость людей на ранних этапах формирования человеческой цивилизации» [21, с. 83]. По их мнению, здоровье является очень важным показателем социальных, духовных и экономических норм развития общества и связано с развитием общественного интеллекта, образования, науки, культуры, физической культуры и спорта.

По мнению А.Г. Щедриной, «здоровье – это целостное, многоаспектное прогрессивное состояние (включая его негативные и позитивные показатели), которое развивается в конкретной социально-экологической

среде и позволяет человеку реализовать свои биологические и социальные функции» [97].

По мнению Л.В. Богомоловой, «в условиях нарастания неблагоприятных изменений среды обитания и несоответствия адаптационным возможностям человека приоритет отдается экологии здравоохранения, наблюдаемой в саморегулирующихся системах человека» [15, с. 19].

При определении понятия здоровья П.И. Калью выделяет следующие шесть признаков:

«Первый признак – отсутствие болезней;

Второй признак – нормальное функционирование организма на всех уровнях его организации, нормальное протекание нормальных физиологических и биохимических процессов, способствующих индивидуальному выживанию и размножению;

Третий признак – поступательное равновесие организма, его функций и факторов внешней среды;

Четвертый признак – способность в полном объеме выполнять основные социальные услуги;

Пятый признак – полное физическое, духовное, психическое и социальное благополучие, гармоничное развитие физических и духовных сил организма, его единство, принцип саморегуляции, гармоничное взаимодействие всех органов и систем организма;

Шестой признак – способность приспосабливаться к постоянно меняющимся условиям жизни в окружающей среде» [44, с. 23].

Педагогический энциклопедический словарь дает следующее определение: «Здоровье детей – это состояние организма, выражающее уравновешенное отношение к окружающей среде и отсутствие каких-либо патологических изменений» [67]. Используя понятие «здоровье», которым мы пользуемся каждый день, мы обычно не различаем множество сложных

значений, составляющих его содержание. Однако, по мнению многих наук, научный смысл понятия «здоровье» предполагает его всестороннее изучение.

Здоровье человека является не только личной гарантией и необходимостью, но и благом всего общества и имеет большую социальную ценность. Огромную роль в обеспечении здоровья играет активное творческое долголетие личности, правильное и внимательное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих людей [38].

Собранные воедино представления ученых-исследователей о понятии «Здоровье» с точки зрения разных областей науки и представить в виде таблицы 1.

Таблица 1 – Определения, данные учеными понятию «Здоровье»

Исследователи	Определения понятия «здоровье»
Л.Г. Качан	«Включает комплекс медико-биологических, психологических, физкультурно-оздоровительных, общественных наук» [46, с. 67].
М.Ф. Секач	«Надлежащая устойчивость к действию патогенных агентов, физическая, психическая и социальная адаптация к меняющимся условиям жизни» [79, с. 83].
В.А. Ананьев	«Структурно-функциональная сохранность системы организма человека; индивидуальная адаптация к физической и социальной среде; поддержание обычного настроения» [3, с. 102].
В.Т. Кудрявцев	«Рассматривается как данное природой состояние организма, изменяющееся под влиянием различных внешних и внутренних факторов, социальных факторов» [51, с. 106].
В.Ф. Сазонов	«Рассматривается как основа полноценной жизни человека, как необходимое условие гармоничного развития жизнедеятельности человека» [77, с. 9].
В.О. Бушуева	«Порядок внутренней согласованности, позволяющий человеку достичь цели своей жизни» [20, с. 99].
И.И. Брехман	«Способность сохранять нормальную сенсорную, вербальную и структурную информацию в условиях резких изменений количественных и качественных параметров потока трех единиц информации в зависимости от возраста» [18, с. 15].
В.П. Казначеев	«Процесс жизненного цикла достаточности жизнедеятельности, сопровождающийся реализацией физиологических, психических, биологических потребностей человека в соответствии с природой человека, в соответствующей общественно-трудовой деятельности, в воспроизводстве поколений, в максимальной продолжительности жизни» [43, с. 269].
П.Г. Царфис	«Состояние, при котором все функции организма, проявляющиеся жизнедеятельностью, могут находиться в гармонии и

Продолжение таблицы 1

Исследователи	Определения понятия «здоровье»
	прогрессивном взаимодействии с окружающей средой» [94, с. 386].
Р.М. Баевский	«Состояние самоконтроля организма, обеспечивающее достижение его функционального оптимума» [9, с. 125].
В.М. Дильман	«Актуальность онтогенеза во все периоды от рождения до последних моментов жизни, когда силы полны и когда больной болен» [33, с. 36].
Э.Н. Вайнер	«Именно состояние организма позволяет индивиду в высшей степени реализовать свою генетическую программу в реальном социальном существовании любого человека» [21, с. 38].
А.Г. Щедрина	«Это целостное, многоаспектное прогрессивное состояние, которое развивается в конкретной социально-экологической среде и позволяет человеку реализовать свои биологические и социальные функции» [98, с. 14].
Л.В. Богомолова	«В условиях нарастания неблагоприятных изменений среды обитания и несовместимости с адаптационными возможностями человека приоритет отдается экологии здоровья, что наблюдается в саморегулирующихся системах человека» [15, с. 39].
П.И. Калью	«Отсутствие заболеваний; нормальное функционирование организма на всех уровнях организации; прогрессивный баланс функций и факторов внешней среды; способность приспособливаться к постоянно меняющимся условиям жизни в окружающей среде» [44, с. 50].

Как показано в таблице, поскольку понятие «здоровье» непосредственно связано с проблемой личности в обществе, его изучение в направлениях педагогики, психологии, медицины, физиологии, биологии позволяет глубже понять смысл этого данного понятия.

Теоретический анализ проблемы исследования показал, что одной из основных задач современного периода развития системы образования является формирование ценности здоровья подрастающего поколения.

Ученые выделяют основные причины ухудшения здоровья. Это экологические, социальные, политические причины [99]. Перечислены ряд показателей здоровья россиян. Эксперты всемирной организации здравоохранения подчеркивают важность профилактических мер для защиты и укрепления здоровья населения. Они подтверждают, что здоровье является основным правом человека, а достижение более высокого уровня здоровья

является важнейшей социальной задачей общества (для этого все социальные институты общества должны прилагать совместные усилия) [31]. По данным ученых, это: наследственность – 20%; окружающая среда – 20%; уровень медицинского обслуживания – 10%; образ жизни – 50%. [91]. По данным экспертов всемирной организации здравоохранения, здоровье человека на 50-55% зависит от образа жизни, на 20-23% – от наследственности, на 20-25% – от условий окружающей среды (экологии) и на 8-12 % – от заботы о здоровье [45]. Как видим, основной процент (50-55%) приходится на показатель «образ жизни». Если обратить внимание на историю человечества, то следует отметить, что именно физическая активность была решающей в его выживании [62].

По мнению В.А. Бароненко, «здоровье человека состоит из следующих трех компонентов:

- физическое здоровье организма человека, обеспечивающее возможную адаптацию к изменениям внешней и внутренней среды и обеспечивающее его (тела) вторичные возможности.
- психоэмоциональное здоровье, характеризующееся состоянием внимания, сознания, мышления, особенностями эмоционально-волевых качеств, саморегуляцией, способностью управлять своим внутренним психологическим состоянием.
- социально-нравственное здоровье, которое видно из признания общечеловеческих и бытовых духовных ценностей, уважения к чужим взглядам и чужому труду, активного отношения к миру, активной жизненной установки, отражающей систему ценностей и мотивы поведения человека в его взаимодействиях с окружающим миром» [12, с. 258].

Отсюда можно сказать, что здоровый, духовно зрелый человек получает удовольствие от своей профессиональной деятельности, стремится к самосовершенствованию, имеет возможность достичь достойной жизни и высокого уровня внутреннего совершенства [5].

Также во многих литературах рассматриваются четыре типа здоровья.

Под физическим здоровьем понимается естественное состояние организма, обусловленное нормальным функционированием всех органов и систем. Если все органы и системы работают хорошо, то и весь организм человека, как саморегулирующаяся система, работает и развивается правильно [42, с. 53].

Психическое здоровье зависит от состояния мозга. Характеризуется уровнем и качеством мышления, развитием внимания и памяти, степенью эмоциональной устойчивости, развитием волевых качеств. «Психическое здоровье – это благоприятное состояние психики человека, позволяющее индивидууму полностью сохранять свое здоровье» [1, с. 54].

Социальное здоровье зависит от нравственных принципов, лежащих в основе социальной жизни человека и его существования в определенном человеческом обществе. Отличительными признаками социального здоровья человека, в целом, является наличие сознательного отношения к труду, избавление от негативных установок и привычек, противоречащих здоровому образу жизни. Здоровый человек обязан соблюдать нормы морали; они составляют основу жизни человека, определяя степень его духовного развития [53, с. 127].

Духовное здоровье означает наличие у человека высоких нравственных идеалов, силы воли, патриотизма, культурных ценностей, любви к Родине. Поэтому человек – индивидуальное существо, здоровье важно рассматривать в личностном контексте [73, с. 128].

Мы решили показать рассмотренные выше типы здоровья с помощью рисунка 1.



Рисунок 1 – Типы здоровья

Как показано на рисунке, почти все виды здоровья важны для образа жизни человека. Вместе они способствуют полноценной жизни человека.

По мнению ученых, к внешним факторам относятся экологическая среда, социально-экономические условия, образовательные учреждения и психологическая обстановка в семье [61]. Помимо конституциональных факторов – наследственных особенностей, среди внутренних факторов выделяют оптимистичные взгляды человека на жизнь, его душевное равновесие, раскрытие творческого потенциала [76]. Взаимодействие внешних и внутренних факторов здоровья. В целом индивидуальное выражение жизни человека, а наличие всей жизненной системы человека в одном порядке обеспечивает его здоровье на безопасном уровне [100]. Важно подчеркнуть, что создать систему управления здоровьем можно, учитывая и моделируя совокупность всех внешних и внутренних факторов жизнедеятельности человека [19].

Формирование ценности здоровья означает, что студенты владеют знаниями о формах и методах сохранения здоровья в семье, образовательном процессе, общественной среде, факторах, предохраняющих и страхующих от дурного поведения, понимают социальную значимость заботы о здоровье, и чувствовать потребность в ней интегративной деятельности, включающей в

себя умение эффективно использовать ее на практике и стремление к ней [84].

В таблице 2 отображены структурные компоненты понятия «Здоровье», для понимания и эффективного использования студентами в повседневной жизни.

Таблица 2 – Структурные компоненты понятия «Здоровье».

Структурные компоненты	Характеристики
Базовые компоненты	Здоровье, рассматриваемое в контексте онтогенетического развития человека, характеризуется следующими двумя основными подходами:
Базовые компоненты	с точки зрения возрастной морфофункциональной организации личности; с социальной ролью, которую выполняет индивид в зависимости от его возраста и социального положения [101].
Определения	противоболезненное состояние, описывающее полноту жизненных проявлений человека [11]; полное физическое, духовное и социальное благополучие, а не только отсутствие болезней или физических дефектов [8]; естественное состояние организма, характеризующееся спокойным отношением к окружающей среде и отсутствием каких-либо патологических изменений [26]; наличие благоприятных условий жизни субъекта, предпосылок и условий для всесторонней и длительной деятельности в сфере социальной практики; качественно-количественная характеристика условий жизни человека и социальной общности [85].
Признаки	структурно-функциональное обеспечение системы организма человека [22]; индивидуальная адаптация к физической и социальной среде [25]; сохранение обычного настроения [16].
Виды	Физическое здоровье – это естественное состояние организма, характеризующееся его взаимосвязью с окружающей средой и отсутствием каких-либо изменений [2]. Психологическое здоровье – это гармоничное развитие внутреннего мира человека, уверенность в своих силах, понимание своих возможностей, отношение к окружающему миру, общественным событиям, жизни [14]. Социальное здоровье зависит от нравственных принципов, лежащих в основе социальной жизни человека и существования в обществе [27]. Духовное здоровье – это наличие нравственных идеалов, силы воли, чувства патриотизма, овладения культурными ценностями, любви к Родине [23].

Продолжение таблицы 2

Структурные компоненты	Характеристики
	«здоровье населения» [88].
Факторы	биопсихологические особенности человека: наследственность, тип конституции высшей нервной системы [101]; природные факторы: климат, флора и фауна, ландшафт и др.; условия окружающей среды [103]; социально-экономические и политические факторы, влияющие на условия труда и жизни [58]; условия оказания медицинской помощи [104].
Принципы	биологический потенциал; физиологические резервы жизнедеятельности; психическое состояние личности; социальные возможности реализации генетических детерминант [49]; физическое здоровье; душевное здоровье; социальное здоровье; имеет внутреннюю взаимозависимость, определяемую целой системой, называемой духовным здоровьем [39];
Принципы	формируется на протяжении всей жизни онтогенеза, имеющего строго определенные этапы с генетическими предпосылками; управляется как ситуация и процесс и полностью зависит от человека, его мотивационного поля, направленности [104].

Как показано в таблице 2, значение и содержание структурных компонентов, и система их взаимосвязи позволили определить понятие «здоровье» во всестороннем и более глубоком научном понимании. Было дано собственное определение этому понятию, исходя из взглядов и концепций, высказанных всеми учеными-исследователями относительно упомянутого выше.

Формирование ценности здоровья – это процесс, направленный на духовную гармонию души и тела при здоровом образе жизни личности и направленный на непрерывное формирование у нее знаний, ловкости и умений в области психического, социального и духовного здоровья.

Формирование ценности здоровья является не только признаком здорового образа жизни каждого человека, то есть отражает качественное развитие здорового общества. Здоровая, культурная нация считается символом национальных качественных показателей страны. Физическое и духовное здоровье населения нашей страны позволяет развивать

интеллектуальный потенциал наших будущих поколений, улучшать их благосостояние и повышать их защитные возможности.

## **1.2 Теоретические основы формирования ценности здоровья у студентов колледжа**

В соответствии с целью нашего исследования актуальна проблема определения теоретических основ формирования ценности здоровья у студентов. В связи с этим в педагогике проблема pedestal рассматривается как метод, способ, направление и стратегия решения задач определенного объекта исследования в науке. То есть можно сказать, что данная проблема является когнитивно-исследовательским способом решения конкретной проблемы, независимо от области науки.

Теоретические основания в науке о педагогике определяются названием фактора, входящего в эту систему, и позволяют рассматривать педагогические явления в конкретном целевом контексте. Согласно взглядам ученых педагогов А.П. Сейтешева [78], Б.Б. Курбаналиева [54], были выделены следующие теоретические подходы к формированию профессиональной деятельности: деятельностный, личностно-ориентированный, культурологический, валеологический.

Теоретические подходы формирования ценности здоровья у студентов можно представить на рисунке 2.



Рисунок 2 – Теоретические подходы формирования ценности здоровья у студентов

Как показано на рисунке, каждый теоретический подход взаимосвязан и способствует формированию ценности здоровья студентов колледжа.

Валеологическая подход – это подход, обеспечивающий принцип сохранения здоровья, укрепления, формирования, централизации здоровья, преемственности, постоянства, системности [47]. Целью валеологической площадки является создание гармоничных и комфортных условий для преподавателей и студентов в соответствии с нормальным режимом работы образовательного учреждения [48]. Методические основы формированию ценности здоровья студентов:

- иметь возможность создать образовательную среду, позволяющую сохранить здоровье на основе личностной направленности, иметь теоретические знания в области валеологии;

– овладение навыком использования медицинских технологий на практике [69].

«Культурологический подход понимается как совокупность методологических приёмов, обеспечивающих анализ любой сферы социальной практики, в том числе сферы образования, в разрезе культурологических понятий, таких, как культура, культурные образцы, нормы и ценности, культурная деятельность и интересы и т.д. Культурологический подход изменяет представление об основополагающих ценностях образования как исключительно информационно-знаниевых и познавательных, вводит критерии продуктивности и творчества в деятельность учителя и ученика» [28].

По мнению Е.В. Бондаревской, личностно-ориентированное образование – это «образование, которое обеспечивает личностно-смысловое развитие учащихся, поддерживает индивидуальность, единственность и неповторимость каждой детской личности и, опираясь на ее способность к самоизменению и культурному саморазвитию, помогает ей самостоятельно решать свои жизненные проблемы» [17].

«Деятельностный подход воспитанию в совокупности компонентов исходит из представлений о единстве личности с ее деятельностью. Это единства проявляется в том, что деятельность в ее многообразных формах непосредственно опосредованно осуществляет изменения в структурах личности; личность же, в свою очередь, одновременно непосредственно и опосредованно осуществляет выбор адекватных видов и форм деятельности и преобразования деятельности, удовлетворяющие потребностям личностного развития.

Суть воспитания с точки зрения деятельностного подхода заключается в том, что в центре внимания стоит не просто деятельность, а совместная деятельность детей со взрослыми, в реализации вместе выработанных целей и задач. Педагог не подает готовые образцы нравственной и духовной культуры, создает, вырабатывает их вместе с младшими товарищами,

совместный поиск норм и законов жизни в процессе деятельности и составляет содержание воспитательного процесса, реализуемого в контексте деятельностного подхода» [82].

Теоретические подходы формирования ценности студента представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Теоретические подходы формирования ценности здоровья студентов

Теоретические подходы	Характеристики	Принципы
Валеологический	Подход, обеспечивающий принцип сохранения здоровья, укрепления, формирования, централизации здоровья, преемственности, последовательности, системности.	Непрерывность, регулярность, последовательность
Культурологический	В основе лежит приоритет культуры в процессе образования и воспитания в развитии общества.	Мультикультурализм, многоязычие, коммуникативность
Деятельностный подход	Основа, средство и фактор развития личности. Деятельность – форма активности человека, выражающаяся в его практическом, преобразующем	Непрерывность, деятельность, целостность,
Деятельностный подход	и исследовательском отношении к миру и себе.	вариативность
Личностно-ориентированный	Вооружение субъектов образовательного процесса теорией и технологией успешной реализации творческого потенциала человека в различных сферах деятельности.	Оценка, достижение, целеустремленность, ответственность

Из таблицы видно, что смысл и содержание каждого теоретического подходы определяется отношением и позицией студентов к формированию ценности здоровья.

Таким образом, данные теоретические подходы можно будет использовать при проектировании модели формирования ценности здоровья у студентов колледжа.

### **1.3 Модель формирования ценности здоровья у студентов во внеучебной деятельности колледжа**

Термин «модель» означает систему, которая представляет некоторые свойства и отношения другой системы и заменяет ее в указанном смысле. С помощью «моделирования можно сделать изучение сложного простым, невидимое и неосознаваемое увидеть и ощутить, незнакомое сделать знакомым, то есть любой сложный объект сделать доступным для внимательного и всестороннего изучения» [81, с. 64].

Необходимо определить основы формирования ценности здоровья у студентов и смоделировать его. В новейшем развитии педагогической науки эффективно используется метод моделирования. Термин «модель» происходит от латинского слова «модуль», что означает «измерение», «метод», «образ» [66, с. 122]. В словаре по педагогике и психологии: «Модель» (от лат. «модуль» образец, мера) – один из наглядных средств (условный образ, схема), показывающий предмет и его относительные значения» [71, с. 149]. В философском словаре: «Моделирование» означает материально реализованную или мысленно представленную исследовательскую систему, которая представляет или создает замещающий объект, способный дать новую информацию об объекте» [90, с. 280]. Мы попытались смоделировать систему формирования ценности здоровья у студентов колледжа на основе моделирующей работы с точки зрения этих ученых-исследователей.

Такая система моделирования позволяет у студентов формировать ценность здоровья. Содержание модели формирования ценности здоровья студентов:

Цель: формировать ценность здоровья студентов колледжа.

Принципы: формирование ценности здоровья студентов колледжа руководствуется рядом принципов:

– принцип интереса;

- принцип рекреационно-познавательного единства;
- принцип совместного действия.
- принцип исключения возраста;
- принцип действия.

Факторы: образ жизни; идеологический; экономический; социокультурный; экологический; наследственность и др. К внешним факторам относят экологическую среду, социально-экономические условия, учебные заведения и психологическую обстановку в семье [102].

Методы: в учебном процессе используются новые методы обучения для формирования ценности здоровья у студентов колледжа [86]. Например, дискуссия, беседа, круглый стол, тренинг.

Дискуссия – разбор теоретических вопросов специально разработанной учебной программы, который обычно начинается с постановки вопроса и принимает форму эвристической беседы, дискуссия – диалогический тип речевого акта [89]. В этом случае происходит острая борьба между мнениями, рождающимися в ходе беседы. Особенность дискуссии в том, что мнения тех, кто в ней участвует, являются проверенными, верными, мнениями, возникающими в результате активного мышления, а не откуда-то неизвестного. Дискуссионный метод используется при обсуждении результатов выполнения заданий на семинарах, практикумах, практических и лабораторных занятиях [92].

Словесные методы. Беседа – с целью получения дополнительной информации получают и систематизируют соответствующие ответы путем вопросно-ответной беседы с педагогами и людьми, работавшими в сфере образования [96]. В интервью информация респондента не фиксируется напрямую, а ведется таким образом, чтобы не вызывать подозрений в конфиденциальной ситуации, исследователь старается запомнить материалы. Во время этой беседы мысленный поиск сменяется коллективным мышлением, так как в ходе беседы происходит обмен мнениями, упоминаются различные варианты промежуточных решений, в этом случае

учащиеся ищут истину путем повышения своего мышления и взаимопомощи [65].

Метод «Круглый стол» – это метод с участием специалистов из различных областей, который учитывает усвоение теоретических проблем в различных научных аспектах и повышает эффективность [57].

Тренинг – это метод психолого-коррекционной работы, который осуществляется путем организации общения в специально созданных малых группах. Психологический тренинг представляет собой комплекс групповых методов, формирующих навыки и ловкость взаимоотношений людей и взаимопонимания в группе [72, с. 74].

В основу культурологии положена наука об аксиологическом значении в формировании ценностных ориентаций, изучении личности учащегося, как настоящая научная методология, она направляет реконструкцию знаний и педагогическую деятельность или внесение изменений [60]. На основе объективной связи личности с формированием ценности он изучает систему ценностей в своем поведении на основе культурологии. Поскольку человек развивается через культуру, он способствует внесению в эту культуру новых элементов [41]. Вот почему, если человек развивает себя, осваивая систему культурных ценностей, то, с другой стороны, он может развиваться как личность [50].

Валеологическая основа – подход, обеспечивающий принцип сохранения здоровья, укрепления, формирования ценности здоровья, преэминентности, постоянства, системности [64].

Инструменты: в образовательном процессе важные инструменты должны влиять на формирование ценности здоровья у студентов колледжа [32]. Например, это: традиции, обычаи, система физкультуры, правильное питание, соблюдение режима сна и отдыха, правила гигиены [2].

Формы: занятия физкультурой, традиционные физические упражнения, атлетическая гимнастика, спортивная аэробика, оздоровительная гимнастика,

дополнительные физические упражнения, воспитательная и спортивно-массовая работа, работа центров, народные праздники [87].

Уроки физкультуры. Занятия физкультурой и работа в колледже проводятся в течение всего срока обучения. Эти работы делятся на следующие виды: учебно-тренировочные занятия, самоподготовка, физические упражнения в рамках распорядка дня, общественно-оздоровительные и спортивные мероприятия. Эти виды физкультурной работы тесно связаны между собой и дополняют друг друга [24].

Основным видом физкультурной работы являются учебно-тренировочные занятия. Учебно-тренировочные занятия включены в учебные планы всех специальностей и проводятся на 1-3 курсах учебного процесса. Занятие проводят преподаватели физической культуры.

Физическая культура – двигательная деятельность, специально организованная для решения поставленных перед ней задач в соответствии с законами физического воспитания. Но не всякое движение может быть физическим упражнением. Физическими упражнениями может быть только двигательная деятельность, направленная на решение задач физического воспитания и подчиняющаяся законам педагогики [83]. Большое количество физкультурных упражнений используется в физкультурно-спортивной практике [29].

В процессе работы над моделью определены составляющие результативности работы по формированию ценности здоровья у студентов колледжа:

- овладение системой знаний о взаимосвязях физического здоровья, психического и социального здоровья в обществе;
- понимание здоровья как ценности, обладание знаниями и навыками охраны здоровья и безопасности жизнедеятельности;
- наличие представлений о взаимодействии организма и окружающей среды, месте человека в эволюции;

- владение системой знаний и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей;
- владение знаниями о здоровом образе жизни и его основных особенностях;
- наличие знания о предупреждении вредных для здоровья привычек и их исправлении [80].

В связи с этим были определены критерии и показатели сформированности ценности здоровья у студентов колледжа. К. К. Платонов «разделил критерии формирования ценности здоровья на несколько видов [68]. Это можно увидеть на рисунке 3.

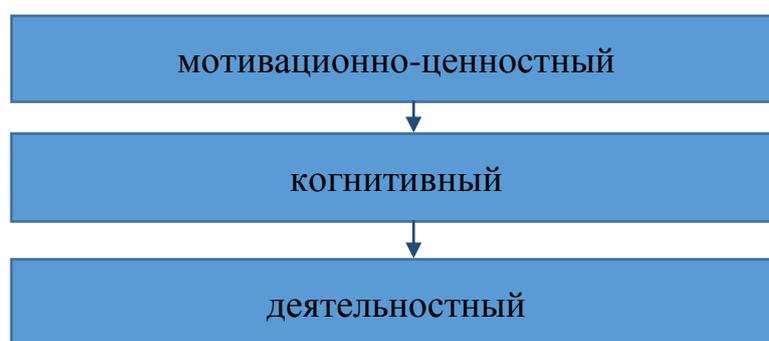


Рисунок 3 – Критерии формирования ценности здоровья у студентов колледжа

Рассмотрим каждый критерий:

- «– мотивационно-ценностный критерий – включает в себя совокупность норм и ценностей, обеспечивающих понимание роли и места ценности здоровья в системе общественных отношений.
- когнитивный критерий – представляет собой целую практически ориентированную систему знаний;
- деятельностный критерий – деятельность, обеспечивающая достижение определенного уровня здоровья посредством здорового образа жизни» [68, с. 61].

Значение измерений и показателей когнитивного компонента формирования ценности здоровья студентов можно описать следующим образом:

- содержание и полнота образовательного процесса в формировании ценности здоровья;
- знание факторов, которые защищают и страхуют от плохого поведения, чтобы сформировать ценность здоровья;
- наличие знаний о здоровье и заботе о здоровье, в образовательном процессе, в общественной среде;
- знание и ознакомление с возможностями факторов, направленных на формирование ценности здоровья: информационные технологии, спорт, природа [59].

О.С. Гребенюк [29], В.И. Загвязинский [35] подчеркивают, что характеристиками, которые могут быть положены в основу модели, являются технологичность, доступность, многопрофильность, разнообразие форм, качество и оперативность во времени и пространстве.

Значение величины и показателей мотивационно-ценностной составляющей:

- положительное эмоциональное отношение студентов колледжа к здоровью;
- понимать и чувствовать потребность в общественном здравоохранении [36].

Функциональную модель процесса формирования ценности здоровья у студентов колледжа можно увидеть на рисунке 4.

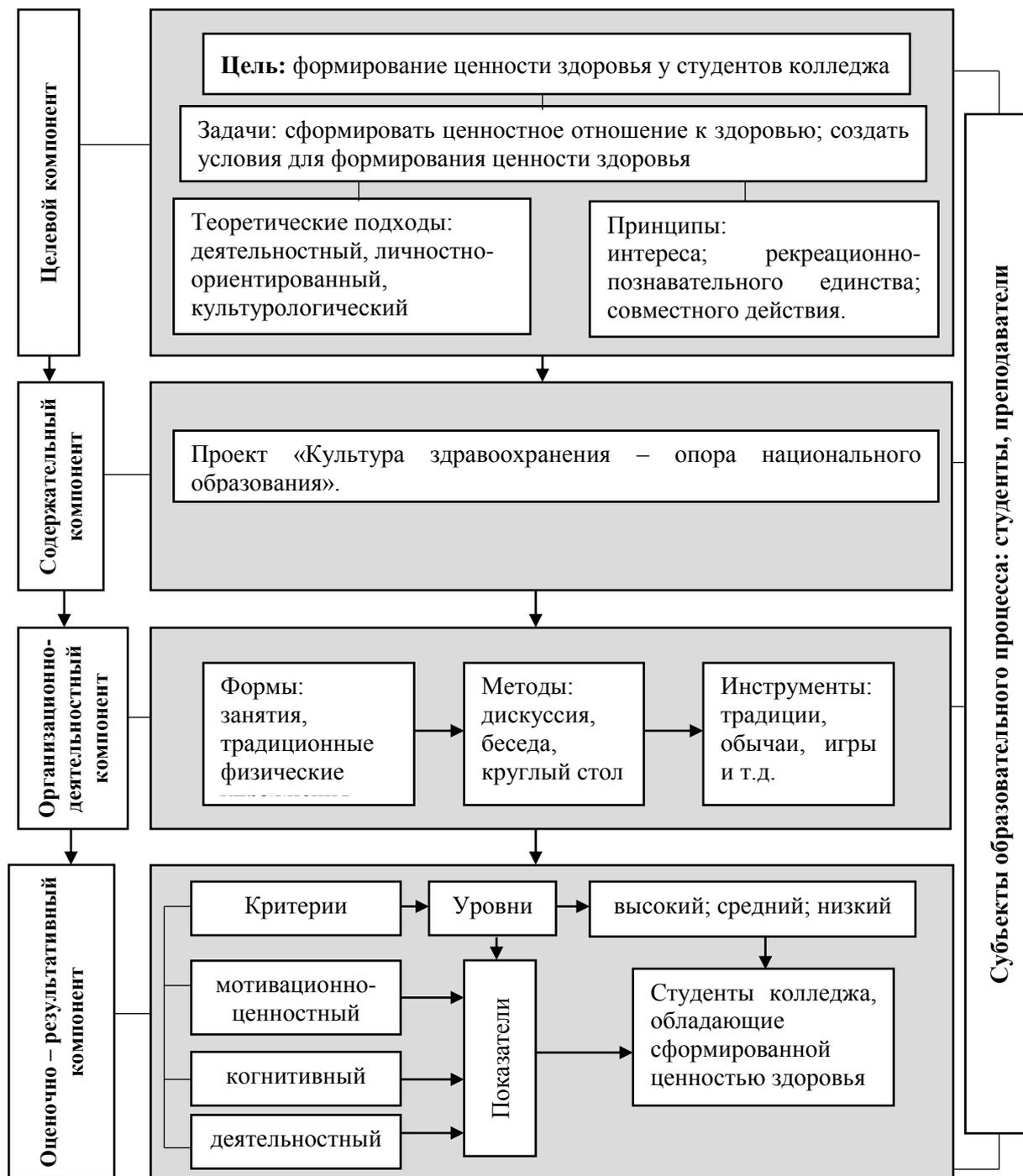


Рисунок 4 – Модель процесса формирования ценности здоровья у студентов

Значение величины и показателей деятельностной составляющей:

- уметь использовать свои знания о здоровьесбережении в практической деятельности и желание их использовать;

– уметь эффективно использовать в своей деятельности основные объекты, направленные на формирование ценности здоровья. Только при учете элементов учебно-воспитательного процесса и их взаимосвязи можно организовать его в должной степени. Это предполагает, что формирование ценности здоровья можно осуществлять во внеучебной деятельности [56].

Таким образом, ценность здоровья является не только признаком здорового образа жизни каждого человека, но и отражает качественное развитие здорового общества. Здоровая, культурная нация считается символом национальных качественных показателей страны. Физическое и духовное здоровье населения страны позволяет развивать интеллектуальный потенциал будущих поколений, улучшать их благосостояние.

В целях обоснования теоретической значимости проблемы формирования ценности здоровья определены смысл и позиции ряда теоретических подходов: деятельностного, личностно-ориентированного, валеологического, культурологического. Актуальность данного вопроса позволила определить теоретические основы и современные подходы к проблеме формирования ценности здоровья.

Овладение методикой организации и проведения деятельности направленной на формирование ценности здоровья во внеучебном процессе колледжа позволит студентам добиться высоких в жизни. Анализ научной литературы показывает, что внедрение и реализация новых конкретных мероприятий в формировании ценности здоровья будут оставаться актуальными на всех этапах жизни.

## **Глава 2 Опытнo-экспериментальная работа по формированию ценности здоровья у студентов колледжа**

### **2.1 Изучение уровня сформированности ценности здоровья у студентов колледжа**

Экспериментальная работа проводилась в Тольяттинском экономико-технологическом колледже. Кроме того, автор диссертации провел личную работу над экспериментом со студентами. В экспериментальной группе участвовало 142 студента, в контрольной группе – 138 студентов. В целях повышения знаний студентов о ценности здоровья были проведены следующие исследовательские работы.

Первый этап заключается в определении содержания усваиваемых знаний в соответствии с возрастными особенностями студентов колледжа, в организации самостоятельных работ и спецкурсов студентов-молодежи по предметам. Цель – повышение стремления студентов колледжа к сохранению здоровья, формирование познавательного интереса к здоровью.

Второй этап – формирование основного смысла заботы о здоровье в системе образования. Цель – формирование ценности здоровья, влияющей на эмоциональное состояние студентов колледжа.

Третий этап – формирование у студентов ценности сохранения своего здоровья. Цель состоит в том, чтобы сделать заботу о здоровье сущностью заботы о здоровье, рассматривая заботу о здоровье в тесной связи с ценностью.

I этап – констатирующий эксперимент. На этом этапе анализировались и оценивались знания студентов колледжа в области здоровья посредством опросов, бесед, наблюдений, тестов. Уровень основных психологических, физиологических и физических показателей студентов измерялся в период проведения эксперимента:

- а) сведения о состоянии здоровья обучающихся;

- б) показатели пропусков занятий обучающимися по болезни;
- в) основные мотивы формирования ценности здоровья;
- г) сведения о степени здоровьесберегающих ориентаций в иерархии жизненных ценностей;
- д) определялись отношения к основным показателям, характеризующим ценность здоровья, – курению, употреблению алкоголя, физической активности, занятиям спортом, сну, питанию.

В начале эксперимента были собраны данные для определения уровня эффективности критериев разработанной модели. В таблице 4 представлены показатели опроса студентов о состоянии их здоровья.

Таблица 4 – Показатели характеризующие состояние здоровья студентов

Индикаторы	Участники эксперимента	
	Экспериментальная группа	Контрольная группа
Хронические болезни:		
есть	96 (67,6%)	98 (71%)
нет	46 (32,3%)	40 (28,9%)
Отношение к курению:		
курю	30 (21,1%)	28 (20,1%)
иногда	22 (15,4%)	23 (16,6%)
курю все время	90 (63,3%)	87 (63%)
Отношение ко сну:		
не меньше 9-10 часов	72 (50,71%)	69 (50%)
не меньше 7-8 часов	66 (46,4%)	66 (47,8%)
не больше 6 часов	4 (2,8%)	3 (2,1%)
Отношение к еде (завтрак):		
Каждый день	81 (57%)	78 (56,5%)
Иногда	21 (14,7%)	24 (17,3%)
я не завтракаю	40 (28,1%)	36 (26%)
Отношение к еде (обед):		
Каждый день	92 (64,7%)	90 (65,2%)
Иногда	22 (15,4%)	20 (14,4%)
я не обедаю	28 (19,7%)	28 (20,2%)
Отношение к еде (ужин):		
Каждый день	100 (70,4%)	88 (63,7%)
Иногда	10 (7%)	20 (14,4%)
я не ужинаю	32 (22,5%)	30 (21,7%)
Количество респондентов	Σ=142	Σ=138

В таблице 5 представлены показатели опроса студентов о их отношении к себе для определения эффективности мотивационно-ценностного критерия.

Таблица 5 – Показатели опроса «Отношение к себе» среди студентов ТЭТК

Вопросы	Участники эксперимента	
	Экспериментальная группа	Контрольная группа
Насколько вы удовлетворены своим здоровьем?		
не удовлетворен	46 (32%)	44 (31%)
частично удовлетворен	39 (27%)	38 (27%)
полностью удовлетворен	57 (40%)	56 (40%)
Вы чувствуете усталость, головную боль, слабость после тренировки?		
все время	50 (35%)	46 (33%)
часто	36 (25%)	34 (24%)
иногда	12 (8%)	8 (5%)
никогда	44 (31%)	40 (28%)
Как вы думаете, насколько от вас зависит быть полностью здоровым?		
полностью	50 (35%)	49 (35%)
в основном	11 (7%)	12 (8%)
частично	5 (3%)	6 (4%)
не зависит	76 (53%)	71 (51%)
Насколько вы можете контролировать свое тело?		
в полном контроле	30 (21%)	29 (21%)
в основном управляю	13 (9%)	12 (8%)
частично справляюсь	22 (15%)	20 (14,4%)
не могу справиться	11 (53%)	11 (55%)
Насколько вы удовлетворены своей жизнью?		
полностью	60 (42%)	59 (42%)
в основном	21 (14%)	20 (14%)
частично	11 (7%)	12 (8%)
не удовлетворен	49 (35%)	47 (34%)
В какой степени вам свойственны качества страха, скуки, нетерпения, нервозности?		
характерно	51 (36%)	49 (35%)
в основном характерно	30 (21%)	30 (21%)
отчасти характерно	10 (6%)	9 (6%)
совсем не характерно	51 (36%)	50 (36%)
Вы считаете себя здоровым?		
да	80 (56%)	80 (57%)
не совсем	12 (8%)	11 (7%)
нет	50 (35%)	47 (34%)
Количество респондентов	$\Sigma=142$	$\Sigma=138$

В таблице 6 мы решили отразить результаты опроса студентов о показателях собственного здоровья.

Таблица 6 – Система показателей, определяющая уровень подготовленности студентов колледжа к здоровому образу жизни (2021 г.)

Показатели физического здоровья	Результаты по годам	
	Участники экспериментальных работ	
	Экспериментальная группа	Контрольная группа
Чувствую себя хорошо	91 (64%)	88 (63%)
Хорошая работа пищеварительной системы	86 (60%)	84 (60%)
Хорошие телосложение и физиологические показатели	61 (42%)	60 (43%)
Спокойный сон	57 (50%)	70 (50%)
Физическая активность	60 (42%)	59 (42%)
Выносливость	82 (57%)	80 (57%)
Количество респондентов	$\Sigma=142$	$\Sigma=138$

В ходе опытно-экспериментальной работы оценивалась эффективность отдельных компонентов системы формирования ценности здоровья у студентов колледжа. Измерение качественных параметров указанных моделей проводилось методом экспертных оценок. Экспертов было 12 человек. Это представители Тольяттинского экономико-технологического колледжа. Опрос проводился в сентябре 2021 года и представлен в таблице 7.

Таблица 7 – Результаты опроса по определению значимости факторов, используемых в сфере формирования ценности здоровья у студентов

Вопросы	Факторы			
	Преподаватели		Студенты	
	Согласны	Не согласны	Согласны	Не согласны
Здоровье – одна из важнейших ценностей общества	20 (40%)	29 (59%)	80 (57%)	60 (42%)
Сохранение здоровья – необходимая личная цель каждого члена общества	12 (24%)	37 (75%)	42 (30%)	98(70%)
Настрой на здоровье – мотивация к здоровому образу жизни	16 (32%)	33 (67%)	36 (25%)	104 (74%)
Государству нужны здоровые граждане	19 (38%)	30 (61%)	40 (28%)	100 (71%)
Действия, направленные на сохранение	26(53%)	23 (46%)	68 (48%)	72(51%)

Продолжение таблицы 7

Вопросы	Факторы			
	Преподаватели		Студенты	
	Согласны	Не согласны	Согласны	Не согласны
здоровья, требуют от человека большой силы воли и действия.	-	-	-	-
здоровья, требуют от человека большой силы воли и действия.	-	-	-	-
Личные и профессиональные качества, необходимые для охраны здоровья	39 (79%)	10 (20%)	36 (25%)	104 (74%)
Правительство поддерживает и поощряет усилия граждан по охране здоровья.	8 (16%)	41 (83%)	28 (20%)	112 (80%)
Здравоохранение – определяющее направление поведения граждан и важнейшее средство общественного признания.	10 (20%)	39 (79%)	30(21%)	110 (78%)
Здоровый образ жизни и стремление сохранить здоровье – залог успешной жизни	40 (81%)	9 (18%)	32 (22%)	108 (77%)
Количество респондентов	Σ=49		Σ=140	

Оценка когнитивного критерия проведена с использованием программно-целевой технологии оценки качества образования в педагогической системе, адаптированной для оценки эффективности компонентов системы формирования ценности здоровья у студентов колледжа.

Для каждого десятка факторов рассчитывался коэффициент важности по используемой методике (ИМ). Он определяется по следующей формуле:

$$ИМ = \frac{n_+ - n_-}{N}, \quad (1)$$

где N – размер выборки;

$n_+$  – число опрошенных, отметивших этот фактор как «привлекательный»;

$n_-$  – количество респондентов, отметивших этот фактор как «непривлекательный».

Полученные данные сведены в таблицах 8, 9.

Таблица 8 – Результаты диагностики преподавателями значимости факторов, действующих в сфере формирования ценности здоровья у студентов колледжа

Переменные	Фактор									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
n +	20	12	13	19	26	10	39	8	10	40
n -	29	37	33	30	23	39	10	41	39	9
N	49	49	49	49	49	49	49	49	49	49
МК	<0	<0	<0	<0	<0	<0	<0	<0	<0	<0

Таблица 9 – Результаты диагностики студентами значимости факторов, действующих в сфере формирования ценности здоровья у студентов колледжа

Переменные	Фактор									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
n +	80	42	36	40	68	28	36	28	30	32
n -	60	98	104	100	72	112	104	112	110	108
N	140	140	140	140	140	140	140	140	140	140
МК	<0	<0	<0	<0	<0	<0	<0	<0	<0	<0

Низкие коэффициенты важности фактора (нулевые и ниже нуля) не означают его важности, наоборот, подчеркивая изменчивость ситуации, побуждая к научному осмыслению ее последствий для формирования заботы о здоровье студенческой молодежи в будущем.

Полученные результаты определили формирование ценности здоровья у студентов на трех уровнях: высоком, среднем, низком и ее показатели. Здесь высокий уровень показывает результат того, что ценность здоровья сформирована, оздоровительные мероприятия можно использовать в повседневной жизни. Результаты среднего уровня – имеют представление о понятиях и ценности здоровья, но не считает, что забота о здоровье имеет свою роль в формировании культуры заботы о здоровье, хотя и знает понятия заботы о здоровье, показал, что не использует его в своей жизни. А результаты низкого уровня имеют те, кто не соблюдают правила гигиены, и характеризуются качествами неконтролируемости в своих действиях.

## **2.2 Содержание внеучебной деятельности по формированию ценности здоровья у студентов Тольяттинского экономико-технологического колледжа**

Целью данного этапа эксперимента является создание содержания экспериментального проекта «Культура здравоохранения – опора национального образования» в системе образования с учетом возрастных особенностей студентов возраста (16-20 лет) и определить пути ее реализации.

Название предлагаемого экспериментального проекта и подготовленное соответствующим образом содержание позволяют широко рассматривать изучаемую нами проблему. Человек, ориентированный на здоровый образ жизни, может стать настоящим патриотом своей страны и понять свой гражданский долг. Поэтому не вызывает сомнений, что формирование ценности здоровья может быть опорой национального образования в контексте формирования национальной идеи в сознании людей.

Целью проекта является формирование ценности здоровья у студентов колледжа и определение места заботы о здоровье в отечественном образовании.

Основные задачи проекта:

- формирование ценности здоровья у студентов с развитой культурой заботы о здоровье;
- обучение студентов колледжа противодействию адаптации к вредным для здоровья привычкам с целью поддержания здорового образа жизни;
- расширение теоретические знания преподавателей колледжа, студентов и их родителей о ценности здоровья и совместить их с практической жизнью.

Содержание проекта «Культура здравоохранения – опора национального образования» состоит из следующих направлений.

Первое – элективный курс «Психология здравоохранения».

Второе – образовательный кружок «Технологии формирования ценности здоровья».

Элективный курс «Психология здравоохранения» является первым направлением предлагаемого проекта. В соответствии с учебным планом была составлена и внедрена в практику элективная программа «Психология здравоохранения». В связи с этим согласно учебному плану мы предложили предмет «Психология здравоохранения» в качестве элективного курса для студентов колледжа и внедрили его в практику.

Цель элективного курса:

Охрана здоровья, укрепление и комплексное развитие духовной, психической, социальной и соматической составляющих здоровья.

Цели курса:

- создание способов мотивации человека к сохранению, укреплению и развитию собственного здоровья.
- повышение уровня психологической культуры.
- повышение уровня успешности в сфере культуры общения, внутренней и внешней коммуникации.
- самореализация, определение необходимых путей и условий для своего творческого и духовного общества.

При изучении курса «Психология здравоохранения» студенты должны знать:

- теоретические основы проблемы формирования ценности здоровья личности, проблемы социально-психологической и психосоматической дезадаптации;
- основные психолого-педагогические условия сохранения и укрепления психологического здоровья;
- проблемы влияния окружающей среды на психику человека.

Должен уметь:

- различать уровни психологической помощи здоровью;

- возможность предложить психопрофилактические мероприятия, необходимые для сохранения здоровья человека;
- владеть методами определения психологического здоровья.

Мы подготовили учебно-методический комплекс предмета для элективного курса. Тематический план практических занятий по курсу можно увидеть в таблице 10. Тематический план лекций по курсу «Психология здравоохранения» можно увидеть в таблице 11 (таблице А.1, приложение А).

Таблица 10 – Тематический план практических занятий по курсу «Психология здравоохранения»

Тема, план	Часы	Форма и методы обучения
Общая основа психологического здоровья	2	Проблемный семинар, дискуссионный метод
Гармония тела и души как фактор заботы о здоровье личности	2	Проблемный семинар, дискуссионный метод
Социально-психологическая и психосоматическая дезадаптация	2	Круглый стол-семинар, беседа
Описание методов исследования детей с различными отклонениями в развитии	2	Комплексный семинар, дискуссионный метод
Пути педагогико-психологического воздействия на здоровье детей разного возраста (анализ)	2	Тематический семинар, дискуссионный метод
Способы определения депрессивного состояния подростков	2	Дискуссия-семинар, метод вопросов и ответов
Способы определения депрессивного состояния подростков и студентов	2	Проблемный семинар, дискуссионный метод
Методы диагностики тревоги	3	Круглый стол-семинар, беседа

Как видно из таблицы 10 можно отметить, что курс «Психология здравоохранения» направлен на формирование педагогических и психологических знаний, умений и навыков, необходимых для формирования ценности здоровья.

Вторым направлением проекта «Культура заботы о здоровье – поддержка народного образования» является самостоятельная работа.

Преимущества самостоятельной работы:

- расширяет знания учащихся о здравоохранении и здоровьесбережении, повышает их интерес к учебной деятельности;
- укрепляет поведение учащихся;
- позволяет использовать полученные знания в повседневной жизни;
- повышает познавательную активность учащихся.

Темы предлагаемых работ для самостоятельного изучения студентами представлены в таблице 12.

Таблица 12 – Темы самостоятельных работ

Темы отдельных работ				
Тема «Физическая культура»		Тема «Физиология особенностей юношества и предмет гигиены»	Форма организации	Методы
1 курс	Минеральные вещества и витамины - для психического и физического здоровья!	Проблемы формирования ценности здоровья	Доклад, обсуждение	«Вставка», «Короткий аутотренинг» и другие
	Игры – залог здоровья подростков	«Если хочешь жить долго...»	Создав проблемную ситуацию, тест	«Цветение на пуговице», «Головоломка»
	История ценностей о здоровье	Правильное питание – залог здоровья	Круглый стол, обсуждение	«Краткая автотренировка», «Светофор».
2 курс	Физическое воспитание – основа формирования ценности здоровья	Эффективное питание – залог культуры здоровья	Работа, семинар	«Пять пальцев», «головаломка»
	Гармония души и тела как фактор ценности здоровья	Принципы комплексного функционального развития души и тела человека	Обсуждение, вопросы и ответы	«Головоломка», «Вставка»
	Взгляды ученых и педагогов, изучавших интегральное развитие души и тела	Мнения биологов и физиологов о гармоничном развитии души и тела	Лекция, круглый стол	«Блум на кнопку», «Короткая автотренировка»
3 курс	Культура здоровья – основа психоэмоционального здоровья студентов	Мероприятия культуры здоровья – основные виды психологии здоровья	Лекция, круглый стол	«Блум на кнопку», «Короткая автотренировка»

Воспитательное значение тем самостоятельных работ, представленных в таблице, не вызывает сомнений. Они направляют студентов на участие в различных мероприятиях, обучают их духовности, нравственности, заботе о здоровье. Другие предметы имеют особые возможности в формировании ценности здоровья у учащихся. При углублении содержания программ этих предметов темы собственной работы дополняют друг друга и дают дополнительную основу для системного воспитания студентов в вопросах формирования ценности здоровья. Кроме того, они имеют большое воспитательное значение. Об этом свидетельствует содержание работы, проводимой со студентами во внеучебное время.

1 курс: «Физиология особенностей юности и предмет гигиены».

Тема самостоятельной работы: «Если хочешь жить долго»

Цель самостоятельной работы: воспитывать будущих всесторонне зрелых здоровых граждан, обучая основам здравоохранения, внушая учащимся, что красота человека – в его здоровье.

Форма проведения: создание проблемной ситуации, теста.

Использованы наглядные пособия: плакат «Если хочешь жить долго», «Слова людей, которые жили долго».

Литература: Поль Брэгг «Польза от голода», «Сила нервов»; журнал «Здоровье».

Процесс самостоятельной работы: Организационный этап

В сегодняшней оригинальной работе мы начнем с вопроса о том, какие образовательные основы нам необходимо знать, чтобы войти в новый век гражданами со здоровым и благоразумным отношением, с очень крепким здоровьем. Вспоминая изречение ученых «Здоровый нищий лучше больного короля», начнем вводный урок с темы «Если хочешь жить долго».

Основная часть самостоятельной работы. Возьмите лист бумаги и запишите самых долгоживущих людей, которых вы знаете. Как вы думаете, в чем причина его долголетия? Учащиеся пишут имена знакомых им людей или имена долгожителей из книг, которые они читали, и пишут причину их

долгой жизни. Подведя итоги мыслей учащихся, разделим учащихся на 4 группы. Рассадив учеников, мы раздаем каждой группе цветную бумагу. Бумага будет взята студентами в соответствии с их выбором.

Учащимся зачитывается следующий игровой вопрос. Учащиеся записывают свои ответы.

1. Что вы сделали сегодня, чтобы продлить свою жизнь?
2. Что вы делаете за неделю в борьбе с чем-то, что укорачивает вам жизнь?
3. Как вы думаете, что является первым условием продления жизни?
4. Есть ли у вас пример долгой жизни?
5. Что бы вы сделали, чтобы избежать опасных для жизни несчастных случаев?
6. Что бы вы хотели, чтобы наше государство сделало для этого?
7. Делаете ли вы зарядку каждое утро?

Получив ответы на эти вопросы, учитель, собирая разноцветные бумажки, должен составить психологический портрет каждого ученика. Он реализован следующим образом.

Красный – цвет страсти. Человек, который любит этот цвет, сильный, энергичный, агрессивный, злой и нетерпеливый. У людей, которых раздражает этот цвет, часто наблюдается сочетание опустошенности, боязни конфликтов, склонности к уединению и стремления стабилизировать отношения.

Черный – люди, которым нравится этот цвет, обладают застенчивой чувствительностью и творческим потенциалом. В геральдике этот цвет олицетворяет лицемерие и обман.

Желтый олицетворяет спокойствие, интеллигентного человека, который ведет себя свободно в отношениях с людьми. Его обаяние отражает его дружелюбие, храбрость, любопытство и способность привлекать к себе людей. А когда оно отрицательное, речь идет о человеке внимательном и часто подавленном.

Розовый – цвет жизни, он говорит о потребности в любви и доброте. Люди, которым нравится этот цвет, впечатлительны и эмоциональны, тревожны и переживают по пустякам.

Коричневый цвет любит традиции и семейные ценности, когда он твердо и четко стоит во всех своих проявлениях. И если этот цвет вам не нравится, то этому человеку очень сложно быть замкнутым и наивным.

Зеленый – в геральдике имеет психологическое значение надежды и открытости, а на картинке имеет другое значение. Люди, которые хотят этого цвета, настойчивы, систематичны и не добьются поставленных целей. Они очень разборчивы в знакомствах, а с коллегами не могут общаться из-за своей молчаливости и скованности.

Синий – цвет неба, в основном он связан с возвышенностью человека, его чистотой. Если вам нравится синий цвет, это означает скромность и беззаботность, спокойное и уравновешенное веселье, сотрудничество и взаимопонимание. Эти люди добрые и послушные. Люди, которым не нравится этот цвет, – это те, кто хочет показать себя достойным и сильным.

Белый – это сочетание всех цветов, поэтому это цвет «невинности», «цвет мечты». Он имеет многогранное значение, которое одновременно олицетворяет свет мира и холод льда. Но, к сожалению, в психологических отношениях это небольшое утверждение, согласно исследованиям, этот цвет предпочитают люди с противоположным образом характера. Этот цвет олицетворяет опрятность и чистоплотность человека. То есть они часто хотят видеть этот цвет в своей одежде и в своем доме.

В конце урока, сравнивая ответы, данные учениками, и ответы, написанные выбранными цветами, можно выявить группу учеников с наибольшими жизненными шансами и определить победителя. В процессе выполнения самостоятельной работы студент углубляет свои знания о ценности здоровья, понимает, что красота человека в его здоровье, повышается его самодеятельность.

Далее мы решили сосредоточиться на программах, организованных в рамках практической экспериментальной работы. Это обучающие-семинарские программы для наставников групп с просветительскими кружками и общественными организациями по формированию ценности здоровья, направленные на единый педагогический процесс.

Первое направление проекта «Культура здравоохранения – опора национального образования» направлено на программу работы образовательного кружка «Технологии формирования ценности здоровья» – забота о студентах через педагогические технологии и методы. Кроме того, в колледже формируются знания, ловкость и умения студента по охране здоровья, культуре заботы о здоровье, умение применять полученные знания на практике.

Обязанности:

- знать теоретические основы формирования ценности здоровья;
- изучать технологии формирования ценности здоровья у обучающихся в системе образования;
- уметь применять на практике педагогические методы, используемые при формировании ценности здоровья.

Направления программы:

Эта программа состоит из трех направлений:

Первое направление – познавательное-содержательное. Через это направление предполагается сформировать источники теоретических знаний о ценности здоровья: валеология как наука о здоровьесбережении; научные определения понятия здоровья; основные задачи и категории здравоохранения; типы здоровья, показатели и критерии; основные направления, факторы и принципы формирования ценности здоровья; исторические этапы формирования ценности здоровья.

Второе направление – деятельностно-методическое. Через данное направление рассматривается изучение технологий формирования ценности здоровья у обучающихся в системе образования: значение и содержание

понятия «педагогическая технология»; группировка педагогических технологий; особенности реализации педагогических технологий; активные методы обучения, применяемые в формировании ценности здоровья у студентов; технология организации развивающих видов деятельности студентов; технология организации коллективной творческой деятельности; активные методы обучения, используемые в формировании ценности здоровья у студентов.

Третье направление – практико-технологическое направление. В этом направлении рассматриваются теоретические и методические основы формирования ценности здоровья у студентов колледжа через педагогические технологии: педагогические методы, используемые при формировании ценности здоровья у студентов; урок физической культуры – как организационная форма формирования у учащихся ценности здоровья; психодиагностические и психокоррекционные методы формирования ценности здоровья у студентов.

Технология формирования ценности здоровья предполагает единство педагогических, психологических и лечебных воздействий, направленных на здоровьесбережение, формирование ценностного отношения к собственному здоровью [25]. Технология формирования ценности здоровья представляет собой уникальный технологический путь. Он рассматривается лишь как одна из задач образовательного процесса.

В качестве задач образовательного процесса рассматривается технология формирования ценности здоровья:

- медико-гигиеническое направление (проходит в тесном контакте преподаватель – медицинский работник – студент);
- курс физической культуры и здоровья (занятия в области физического воспитания);
- экологические (установление гармоничных отношений с природой) и другие.

Решить задачи формирования ценности здоровья у студентов можно только при комплексной организации этих направлений. Учебный процесс создается на основе различных педагогических технологий, то есть на основе комплекса методов и способов расходования сил, времени и здоровья ученика и учителя, которые делают этот процесс более эффективным и действенным.

Любая педагогическая технология должна быть направлена на охрану здоровья. Анализируя научно-методическую литературу, мы выяснили, что возможности использования в колледже технологий здравоохранения, научная основа ее совершенствования изучены недостаточно.

Технология деятельности педагога по формированию ценности здоровья требует высокой профессиональной компетентности специалиста (его знаний, квалификации, хорошего отношения к личности обучающегося, знания основ учебного процесса).

Технология формирования ценности здоровья представляет собой совокупность форм, средств и методов [30]. Они направлены на достижение оптимальных результатов в поддержании физического, умственного, морального и социального успеха человека.

Целью внедрения технологий формирования ценности здоровья является повышение знаний учителя о заботы о здоровье, совершенствование методики организации физической культуры [40]. Поэтому, как дополнение к проекту, представленному выше и реализованному в практическом эксперименте, нам понадобился план семинара для наставников групп. Содержание этого плана внеучебной работы представлено в таблице 13.

Таблица 13 – План семинара для наставников групп

Тема семинара	Срок	Форма перевода
«Психологические и физиологические особенности студенческой молодежи»	Сентябрь	Обсуждение отчета
Круглый стол: «Основа сохранения здоровья – ценность». Опрос: «Знаем ли мы, как сохранить»	Октябрь	Круглый стол, опрос

Продолжение таблицы 13

Тема семинара	Срок	Форма перевода
здоровье?»		
Здоровье и целостность души и тела как закон, определяющий красоту личности	Октябрь	Круглый стол, опрос
Встреча со специальными специалистами (юрист, врач) «Культура здоровья студенческой молодежи – требование общества». Что ты знаешь о Спиде?	Ноябрь	Опрос, обсуждение
Доклад: «Духовное наследие народа – формирование ценности здоровья через игры»	Декабрь	Обсуждение отчета
Клуб весёлых и находчивых: «Нельзя юным ученикам научиться странному поведению!» (учителей-предметников)	Февраль	Круглый стол
Встреча: конкурс общественных организаций «Ключ к культуре студенческо-юношеского здравоохранения в общественных организациях»	Март	Диспут
Рассказ для студенческо-молодежных о здоровье	Март	Беседа, обсуждение
Доклад: презентация годового отчета	Апрель	Подведение итогов

Программы познавательной работы, представленные в третьем направлении проекта, имеют большое значение в формировании ценности здоровья у студентов колледжа. Конечно, это не ограничивается внеучебной деятельностью. Педагогическое мастерство включает в себя различные виды деятельности. Поэтому мы решили предложить преподавателям колледжа дополнительные материалы. Эти материалы направлены на приобщение учащихся к здоровому образу жизни [4]. Целью воспитательной работы в учебных заведениях является подготовка профессионально квалифицированных, высококонкурентноспособных специалистов, способных соответствовать требованиям нового времени, привить им патриотизм, выносливость, высокие моральные качества, сформировать гармонично развитую ответственную личность. «Концепция воспитательной работы» была принята в целях воспитания студенческой молодежи грамотной, способной адаптироваться к изменениям рыночного периода, равнодушной к судьбе и будущему. На основе этой концепции разработан годовой план работы, состоящий из 17 направлений воспитательной работы, молодежной политики и развития на каждый учебный год. План воспитательной работы устанавливает стратегическую структуру системы

воспитательной работы в колледже, приоритетные направления и цели, механизмы реализации и сроки.

Одной из ценностей экспериментального проекта «Культура здравоохранения – поддержка национального образования» является то, что он включает в себя единый педагогический процесс. Учебно-воспитательные программы, представленные в логической системе, направлены на формирование культуры заботы о здоровье будущих педагогов. Кроме того, в каждой программе используются современные методы. Полный набор этих методов можно увидеть на рисунке 5.

Основные направления плана воспитательной работы:

- патриотизм и гражданское воспитание;
- духовно-нравственное воспитание;
- прославление национальных ценностей;
- оказание психологической помощи обучающимся;
- повышение религиозной грамотности учащихся;
- физическое воспитание и формирование здорового образа жизни;
- экологическое образование [52].

В ходе исследования в дополнение к плану «Воспитательная работа» по формированию ценности здоровья студентов колледжа используется программа «система воспитательного лидерства». Главной особенностью данной системы является вовлечение всех преподавателей и сотрудников, работающие в учебном заведении в работе по воспитанию молодежи. Кроме того, программа ориентирует студентов на физическое воспитание через познание содержания национального духовного наследия, связь здравоохранения с миром культуры и познание мира красоты. В ходе исследования мы наблюдали за реализацией данной программы в Тольяттинском экономико-технологическом колледже через проведенные мероприятия.



Рисунок 5 – Комплекс методов формирования ценности здоровья у студентов колледжа

Современным требованием к воспитанию студентов и молодежи является необходимость организации внеучебной работы по формированию ценности здоровья, способной добиваться поставленных перед собой целей путем самосовершенствования. Исходя из этого, в исследовании реализованы мероприятия, направленные на формирование ценности здоровья, адаптации к общественной жизни и подготовке студентов, в соответствии с возрастными особенностями, через познавательно-воспитательные возможности работы. В содержании внеурочной деятельности подчеркиваются истоки отечественного образования, передовой опыт и лучшие традиции здравоохранения в развитии человеческой цивилизации. Это направлено на повышение ценности здоровья студентов и молодежи во внеучебной деятельности.

### **2.3 Результаты экспериментальной работы по формированию ценности здоровья у студентов колледжа**

В таблице 14 представлены результаты опроса о состоянии здоровья студентов для определения эффективности модели деятельностного критерия. В экспериментальной группе произошли значительные положительные изменения по сравнению с контрольной группой в течение 2 лет. Так, хронические заболевания были выявлены у 58,2% участников экспериментальной группы и 77,6% участников контрольной группы; что касается курения, то курят 30,2% экспериментальной группе и 66,1% в контрольной группе. В таблице 15 результаты опроса отношения к себе.

Таблица 14 – Показатели, характеризующие состояние здоровья студентов

Индикаторы	Участники эксперимента			
	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	2021	2023	2021	2023
Хронические болезни:				
есть	96 (67,6%)	83 (58,2%)	98 (71%)	107 (77,6%)

Продолжение таблицы 14

Индикаторы	Участники эксперимента			
	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	2021	2023	2021	2023
нет	46 (32,3%)	58 (41,7%)	40 (28,9%)	31 (22,3%)
Отношение к курению:				
курю	30 (21,1%)	87 (61,1%)	28 (20,1%)	32 (23%)
иногда	22 (15,4%)	12 (8,6%)	23 (16,6%)	15 (10,7%)
курю все время	90 (63,3%)	43 (30,2%)	87 (63%)	91(66,1%)
Отношение ко сну:				
не меньше 9-10 часов	72 (50,71%)	76 (53,2%)	69 (50%)	71 (51%)
не меньше 7-8 часов	66 (46,4%)	63 (44,6%)	66 (47,8%)	63 (46%)
не больше 6 часов	4 (2,8%)	3 (2,1%)	3 (2,1%)	4 (2,8%)
Отношение к еде (завтрак):				
Каждый день	81 (57%)	99 (70,5%)	78 (56,5%)	74 (53,2%)
Иногда	21 (14,7%)	22 (14,3%)	24 (17,3%)	26 (19,4%)
я не завтракаю	40 (28,1%)	21 (15,1%)	36 (26%)	38 (27,3%)
Отношение к еде (обед):				
Каждый день	92 (64,7%)	99 (70,5%)	90 (65,2%)	91 (65,4%)
Иногда	22 (15,4%)	30 (20,1%)	20 (14,4%)	20 (15,1%)
я не обедаю	28 (19,7%)	13 (9,3%)	28 (20,2%)	27 (19,4%)
Отношение к еде (ужин):				
Каждый день	100 (70,4%)	86 (58,9%)	88 (63,7%)	85 (61,8%)
Иногда	10 (7%)	12 (7,1%)	20 (14,4%)	21 (15,1%)
я не ужинаю	32 (22,5%)	44 (28,7%)	30 (21,7%)	32 (23%)
Количество респондентов	Σ=142	Σ = 142	Σ=138	Σ=138

Таблица 15 – Сводные показатели опроса «Отношение к себе» среди студентов ТЭТК

Вопросы	Участники эксперимента			
	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	2021	2023	2021	2023
Насколько вы удовлетворены своим здоровьем?				
не удовлетворен	46 (32%)	82 (58%)	44 (31%)	43 (30%)
частично удовлетворен	39 (27%)	40 (28%)	38 (27%)	37 (26%)
полностью удовлетворен	57 (40%)	17 (12%)	56 (40%)	59 (42%)
Вы чувствуете усталость, головную боль, слабость после тренировки?				
все время	50 (35%)	25 (17%)	46 (33%)	46 (33%)
часто	36 (25%)	15 (10%)	34 (24%)	38 (27%)
иногда	12 (8%)	31 (22%)	8 (5%)	14 (10%)
никогда	44 (31%)	68 (48%)	40 (28%)	41 (28%)
Как вы думаете, насколько от вас зависит быть полностью здоровым?				
полностью	50 (35%)	80 (57%)	49 (35%)	51 (36%)
в основном	11 (7%)	18 (13%)	12 (8%)	16 (11%)
частично	5 (3%)	145 (10%)	6 (4%)	10 (7%)
не зависит	76 (53%)	26 (18%)	71 (51%)	62 (44%)

Продолжение таблицы 15

Вопросы	Участники эксперимента			
	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	2021	2023	2021	2023
Насколько вы можете контролировать свое тело?				
в полном контроле	30 (21%)	44 (31%)	29 (21%)	26 (18%)
в основном управляю	13 (9%)	38 (27%)	12 (8%)	10 (7%)
частично справляюсь	22 (15%)	28 (20%)	20 (14,4%)	19 (14%)
не могу справиться	11 (53%)	29 (21%)	11 (55%)	84 (60%)
Насколько вы удовлетворены своей жизнью?				
полностью	60 (42%)	68 (48%)	59 (42%)	65 (46%)
в основном	21 (14%)	31 (22%)	20 (14%)	18 (13%)
частично	11 (7%)	16 (11%)	12 (8%)	12 (8%)
не удовлетворен	49 (35%)	24 (16%)	47 (34%)	44 (31%)
В какой степени вам свойственны качества страха, скуки, нетерпения, нервозности?				
характерно	51 (36%)	20 (14%)	49 (35%)	41 (28%)
в основном характерно	30 (21%)	22 (15%)	30 (21%)	30 (21%)
отчасти характерно	10 (6%)	18 (13%)	9 (6%)	12 (8%)
совсем не характерно	51 (36%)	79 (56%)	50 (36%)	56 (40%)
Вы считаете себя здоровым?				
да	80 (56%)	87 (62%)	80 (57%)	82 (58%)
не совсем	12 (8%)	29 (21%)	11 (7%)	21 (15%)
нет	50 (35%)	22 (15%)	47 (34%)	36 (25%)
Количество респондентов	$\Sigma=142$	$\Sigma = 139$	$\Sigma=138$	$\Sigma=139$

В таблице 15 представлены показатели мотивационно-ценностного критерия, характеризующие отношение студентов к себе. В течение 2 лет произошли существенные изменения в психофизиологическом состоянии студентов экспериментальной группы. Практически все поступившие вопросы связаны с эффективностью проводимых мероприятий по формированию ценности здоровья у студентов ТЭТК. «В какой степени, по-твоему, от тебя зависит быть полностью здоровым?» 36% опрошенных в контрольной группе ответили утвердительно, а в экспериментальной группе – 57%. «Насколько вы удовлетворены своей жизнью?» Не полностью удовлетворены в контрольной группе 31%, в экспериментальной группе – 16%. Результаты исследования показали, что студенты колледжа имеют низкий уровень знаний и образования в области здоровья на указанных уровнях. В таблице 16 мы решили отразить результаты опроса студентов о показателях собственного здоровья.

Таблица 16 – Система показателей, определяющая уровень подготовленности студентов колледжа к здоровому образу жизни

Показатели физического здоровья	Результаты по годам			
	Участники экспериментальных работ			
	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	2021	2023	2021	2023
Чувствую себя хорошо	91 (64%)	121 (87%)	88 (63%)	93 (66%)
Хорошая работа пищеварительной системы	86 (60%)	89 (64%)	84 (60%)	83 (59%)
Хорошие телосложение и физиологические показатели	61 (42%)	108 (77%)	60 (43%)	61 (44%)
Спокойный сон	57 (50%)	98 (70%)	70 (50%)	74 (53%)
Физическая активность	60 (42%)	120 (86%)	59 (42%)	61 (43%)
Выносливость	82 (57%)	118 (84%)	80 (57%)	81 (58%)
Количество респондентов	$\Sigma=142$	$\Sigma = 139$	$\Sigma=138$	$\Sigma=139$

В таблице 16 представлена динамика когнитивного компонента показателей физического здоровья студентов в 2021-2023 гг. По всем 6 показателям в экспериментальной группе наблюдался положительный прирост (3-23%), тогда как в контрольной группе прирост был незначительным (1-3%).

В целом, по данным проведенного исследования, в экспериментальной группе возросла значимость ценностей здоровья. Таким образом, полученные данные показали эффективность созданной нами экспериментальной модели формирования ценности здоровья у студентов колледжа.

Видны позитивные изменения когнитивного компонента разработанной модели. Они показали, что разработанная модель более эффективна, чем традиционная модель. Знания подростков по формированию здорового образа жизни анализировались и оценивались посредством опросов, бесед, наблюдений, тестов, проведенных в период проведения идентификационного эксперимента.

Измерение показателей уровня ориентаций на здоровый образ жизни в процессе использования разработанной модели по формированию ценности

здоровья в экспериментальной и контрольной группах выявило следующие различия. Представим их в таблице 17.

Таблица 17 – Сравнение основных показателей развития ориентаций студентов колледжа ТЭТК (в процентах от числа опрошенных в каждой группе)

Основные показатели развития медико-санитарных ориентаций	Количество респондентов, ответивших правильно	
	Экспериментальная группа	Контрольная группа
Имеете намерение сохранить здоровье	130 (92%)	120 (86%)
Наличие желания заниматься спортом	86 (61%)	62(45%)
Полностью исключить алкоголь и табак из своей жизни	132(94%)	29(21%)
Стремление к укреплению здоровья	91 (65%)	36 (26%)
Желание активно участвовать в жизни страны	122 (87%)	93 (67%)
Количество респондентов	$\Sigma=142$	$\Sigma = 138$

Таким образом, анализируя уровень сформированности у студентов ценности здоровья в период проведения эксперимента, можно сделать следующие выводы:

- в содержании предметов дается смысл понятий ценности здоровья. Однако значение здравоохранения в направлении формирования ценности здоровья не учитывалось;
- предметы, преподаваемые в колледже, не часто объясняются с точки зрения гигиенической и медицинской направленности, таких как забота о здоровье, соблюдение правил заботы о здоровье;
- отсутствие специальной подготовки педагогов и родителей по важному направлению формирования ценности здоровья;
- хотя ценность здоровья широко пропагандируется в колледже, она не сохраняет возможности и направления заботы о здоровье в его повседневной жизни;
- не учитывается значение пропаганды ценности здоровья в специальных предметах, преподаваемых в колледже, в

самостоятельной работе студентов, с преподавателями и в кружках, спецкурсах.

Слово «здравоохранение» является не только понятием, ориентированным на здоровье или чистоту, но, во-первых, это правильное формирование взглядов, сознания и вкусов учащихся; во-вторых, социальная среда (познание, деятельность) необходима для формирования единства здоровья и воспитания; в-третьих, формирование ценности здоровья у студентов. Только тогда важнейшая ценность обучения и воспитания состоит в том, чтобы решать практические задачи, необходимые для жизнедеятельности учащихся и молодежи, для сохранения здоровья, находиться в гармонии с процессом развития здоровья. Это связано с тем, что возраст учащегося не является признаком его стремления к образованию, а возрастает его интерес к общественно полезной деятельности, стремление к сохранению здоровья.

Также необходимо осознать важность воспитания студентов и молодежи для сохранения здоровья, выявить уровень сформированности ценности здоровья. Таким образом, такой широкий взгляд на понятия «здравоохранение», «здоровье» и показатели, определенные на первом этапе исследования, создал возможность для проведения эксперимента. Формирующий эксперимент проводился по двум основным направлениям: первое направление – практическая работа в учебном процессе (предметные уроки); второе направление – практическая работа, проводимая вне аудитории. Экспериментальная работа, направленная на эти два направления, создала возможность всесторонне изучить вопрос формирования ценности здоровья у студентов колледжа. Формирование ценности здоровья у студентов было включено в единый педагогический процесс.

Второй этап – формирующий эксперимент. Формирующий эксперимент проводился на базе Тольяттинского экономико-технологического колледжа. В процессе исследования были выявлены:

– уровень сформированности ценности здоровья студентов колледжа;

- основные компоненты разрабатываемой модели формирования ценности здоровья у студентов;
- новые педагогические технологии, используемые при формировании ценности здоровья у студентов колледжа, оценка их эффективности;
- данные о формировании ценности здоровья у студентов колледжа (исследования разных лет).

Наша разработанная модель:

- теоретические основы формирования ценности здоровья у студентов колледжа;
- основополагающие принципы, способствующие формированию ценности здоровья у студентов;
- особенности учебного процесса Тольяттинского экономико-технологического колледжа.

Результат: формирование у студентов ценности здоровья.

Предлагаемая нами модель по своей сути состоит из учебных групп «разного плана». Для отбора экспериментальной и контрольной групп с учетом особенностей проводимых исследований были выделены показатели подготовленности к культуре здравоохранения на разных этапах и составлен уровень подготовленности к охране здоровья по данным образовательных курсов колледжа.

Начало формирующего эксперимента явилось предпосылкой социально-педагогического исследования, в котором использовались интервью, беседы, анкетирование (подготовительный период):

В результате:

- студенты мотивированы на активное поддержание здорового образа жизни;
- имеет слабую мотивацию;
- выявлены основные группы, не имеющие мотивации к активному поддержанию здорового образа жизни.

Формирующие экспериментальные работы:

- влияние содержания отдельных компонентов системы формирования ценности здоровья на ее эффективность;
- импульс уровня ценностных ориентаций учащихся;
- определение эффективности авторской модели системы здравоохранения студентов колледжа.

Система уровней определения эффективности модели формирования ценности здоровья у студентов колледжа позволила сравнить в таблице 18 эффективность экспериментальных работ, применяемых с целью формирования у студентов ценности здоровья.

Таблица 18 – Результаты эффективности модели формирования ценности здоровья у студентов колледжа ТЭТК

Уровни	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	2021	2023	2021	2023
Высокий (стандартная модель)	42 (29,5%)	126 (90%)	40 (28,9%)	120 (86%)
Средний	46 (32,3%)	16 (10%)	50 (36,2%)	18 (14%)
Низкий	30 (21%)	-	31 (22,4%)	-
Неэффективный	24 (16,9%)	-	17 (12,3%)	-
Количество респондентов	$\Sigma=142$	$\Sigma=142$	$\Sigma=138$	$\Sigma=138$

Сравнение показателей показывает, что эксперты недооценили эффективность действующей системы формирования ценности здоровья у студентов, а компоненты «идеология и ценности» оценили как неэффективные.

Опытно-экспериментальная система оценивалась показателями, свидетельствующими о ее более высокой эффективности. Опросы, проведенные среди преподавательского состава, позволили определить наиболее эффективные показатели, способствующие созданию благоприятных условий для создания эффективной системы формирования ценности здоровья у студентов колледжа. В рамках системы воспитания и обучения колледжа в ходе эксперимента использовалась экспериментальная модель формирования ценности здоровья у студентов.

Были созданы и апробированы отдельные компоненты системы, заключающиеся в ориентации студентов на формирование ценности здоровья. Материальная база рассматривалась как необходимая и верная форма образования.

Формирующие экспериментальные работы длились с 2021 по 2023 гг. Причиной продолжительности в два года была сложность и содержание цели нашего исследования. Конец 2022 года стал завершающим периодом экспериментальных работ. В ходе этого были обобщены, результаты педагогических экспериментальных работ.

В ходе формирующей экспериментальной работы удалось определить эмпирические показатели, определяющие импульс формирования ценности здоровья

- статистические данные о состоянии здоровья студентов колледжа (1-3 курсы);
- изменения состояния здоровья студентов;
- данные о ценностных ориентациях, мотивах и целях студентов колледжа на здоровый образ жизни;
- данные о включенности обучающихся в физкультурно-оздоровительные учреждения колледжа и за его пределами;
- эффективность участия студентов в мероприятиях направленных на формирование ценности здоровья.

Известно, что результатом экспериментальной работы является динамика формирования. Основной целью формирования динамики является эффективная оценка ценности здоровья студентов колледжа. Эта основная цель заключается в создании возможности определения мотивации учеников заботы о здоровье. Соответственно, определение ценности, придаваемой результатам и выводам экспериментальной работы, является важным показателем деятельности.

Показатели содержания увлеченности образованием в воспитательной работе, проведенной со студентами колледжа, можно представить статистически.

Данные показатели отображены в таблице 19.

Таблица 19 – Показатели уровней формирования ценности здоровья у студентов колледжа

Уровень	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	До	После	До	После
Высокий	36 (26%)	59 (41,4%)	33 (24,2%)	36 (26%)
Средний	49 (34,2%)	53 (37,1%)	50 (36%)	52 (37,6%)
Низкий	57 (39,4%)	30 (21,4%)	55 (40%)	50 (36,4%)
Количество респондентов	Σ=142		Σ=138	

Как показано, на экзамене результат внеучебной работы, а также самостоятельной работы студентов с преподавателями на предметных занятиях показал высокий уровень. Например, в 2021-2023 учебном году колледжа сформированность ценности здоровья студентом перед экспериментом – высокий уровень – повысился с 26,2% до 41,4%, средний уровень – с 34,2% – увеличился до 37,1%, низкий уровень – показал снижение с 39,4 % до 21,4 %. В ходе формирующего эксперимента изучались знания и показатели, приобретаемые студентами 1-3 курсов посредством оздоровления, с использованием таких методов, как интервью, опросы, дебаты, тесты, круглые столы, встречи, конкурсы.

Первое направление эксперимента было завершено неделей, проведенной в конце курса. Вечер на тему «Ваше свободное время дороже золота». Понятно, что знания и мировоззрение студентов здесь расширяются. Роль еженедельника в формировании ценности здоровья должна быть сильной. Цель вечера: уделить максимальное внимание эффективной организации свободного времени студентов и молодежи в обществе, то есть довести до их сознания значение спортивных секций, различных кружков, общественно-полезной работы для жизни студентов .

Вечер оказал положительное влияние на студентов, изменив их отношение к эффективной организации свободного времени. Также на вопрос «Знаете ли вы влияние эффективной организации свободного времени на организм человека?» – сначала 80% сказали, что не знают, но в конце эксперимента было замечено, что более 90% из них улучшили свои навыки в результате каждого вида выполняемой работы. Это видно из таблицы 20.

Таблица 20 – Результат опроса на тему «Влияние эффективной организации свободного времени на организм человека»

Содержание анкеты	Ответы	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
		Э.г.	К.г.	Э.г.	К.г.
Влияние свободного времени на организм человека до эксперимента	знаю	15	35	5	35
	не знаю	10	72	10	88
Влияние свободного времени на организм человека после эксперимента	знаю	20	50	6	37
	не знаю	5	67	9	8
Количество участвующих студентов	Э.г. - 142; К.г. - 138	Парни (25)	Девушки (117)	Парни (15)	Девушки (123)

Второе направление формирующего эксперимента осуществлялось на основе внеучебной деятельности. Объективность оценивания учебных работ внеучебных занятий может быть достигнута определением образовательных критериев. Критерии следует разделить на две большие группы. Первая из них связана с заботой о здоровье и особенностями учащихся в целом, а вторая связана с заботой о здоровье и формированием ценности здоровья, воспитательным воздействием посредством бесед, диспутов, тестов и т.п. Проведена оценка промежуточных и частых результатов, связанных с применением методов педагогической диагностики. Эти педагогические методы диагностики определяют ценность здоровья, поскольку все они ставят студентов в положение необходимого, добровольного выбора в своем образе жизни и через этот выбор позволяют различать хорошее и плохое,

полезное и не полезное в их жизни. Например, методом интервью удалось определить некоторые показатели ценности здоровья. В ходе исследования проводились интервью с каждым студентом индивидуально, а также с группой. Также использовался косвенный, прямой, открытый и закрытый тип метода беседы. Студенты в ходе беседы прямо направлялись на выяснение необходимых явлений путем постановки прямых вопросов, а косвенные вопросы направлялись на косвенное установление фактов о ценности здоровья и здоровом образе жизни. В образовательной системе колледжа можно убедиться, что мир здравоохранения имеет большое значение в формировании ценности здоровья, используя метод оценивания преподавателями. В ходе исследования степень необходимости действий определялась по результатам оценки.

Изучено отношение преподавателей и студентов к опытно-экспериментальной системе формирования ценности здоровья у студентов (два опроса: 2021, 2023 гг.). Данные исследования представлены в таблице 21.

Таблица 21 – Собранные данные об отношении преподавателей и студентов ТЭТК к модели и системе формирования ценности здоровья

Вопросы и ответы	Количество участников, ответивших на опрос, в %			
	Учителя (40 человек)		Студенты (142 человек)	
	2021 г.	2023 г.	2021 г.	2023 г.
Ваш взгляд на модель внедряемую				
– положительный	16	30	50	70
– отрицательный	5	2	15	10
– те, кто ответил	19	8	77	62
С вашей точки зрения, эта модель и система эффективны?				
– да	–	20	95	120
– не увеличилась	–	15	25	18
– неэффективный	–	5	10	4
– кто не ответил		–	12	–

Как мы видим, за последние два года система формирования ценности здоровья преподавателей и студентов Тольяттинского экономико-технологического колледжа изменилась в положительном направлении: заинтересованность преподавателей возросла на 22%, а среди студентов на 31% .

Формирование ценности здоровья по авторской модели положительно влияет на личность обучающегося. Целостность образовательного процесса, то есть единство обучения и воспитания, достигается при эффективной организации системы формирования ценности здоровья у студентов колледжа. Можно сделать вывод, что формирование ценности здоровья у студентов повышает качество образования в целом, формирует личностно-профессиональную мотивацию студентов.

Формирующая практика внедрения авторской системы проводилась в течение двух лет (2021-2023 гг.) и привела к следующим положительным результатам:

- кардинально изменилось состояние здоровья студентов;
- изменились мировоззрения студентов в связи с формированием ценности здоровья;
- повысился уровень воспитания и морально-психологического климата в учебных группах.

В созданных социально-педагогических условиях система формирования ценности здоровья у студентов колледжа показала высокую эффективность. Однако было показано, что на эффективность системы, созданной в отдельном образовательном учреждении, существенное влияние оказывают:

- реальное положение общества;
- незапрограммированные негативные воздействия окружающей среды;

– несогласованность усилий, затрачиваемых на воспитание и обучение со стороны систем образования и общества, которые должны заниматься формированием ценности здоровья;

– действия современных средств массовой информации по разрушению формирования ценности здоровья.

В целом результаты экспериментальной работы, с нашей точки зрения, доказывают правильность сделанных в исследовании предположений.

Результаты показаны в таблице 22.

Таблица 22 – Формирование уровней образования через экспериментальный проект «Культура здравоохранения – опора национального образования»

Основные группы	1-2 курс		3 курс	
	Контрольная группа (75+63)	Экспериментальная группа (77+65)	Контрольная группа (68+70)	Экспериментальная группа (77+65)
Систематические полноправные представители культуры здравоохранения	28 (20,3%)	40 (28,9%)	36 (26,5%)	53 (37,8%)
Те, кто не смог организовать свои взгляды	12 (9,3%)	15 (10,8%)	27 (20,4%)	28 (19,7%)
Те, кто вообще не знает	7 (5,4%)	-	5 (3,7%)	-

За период исследования было замечено, что факторами, влияющими на формирование ценности здоровья, являются результаты дисциплин, проводимых в колледже, самостоятельная работа студентов с преподавателями, внеучебная деятельность. Результаты курса показывают, что самый высокий уровень знаний студентов до эксперимента составлял 44%, после эксперимента он увеличился до 50,8%, средний уровень увеличился с 25,4% до 30,5%, а самый низкий уровень до эксперимента был 30%. Он снизился с 5% до 18,5%. Показатели отображены в таблице 23.

Таблица 23 – Уровни и показатели сформированности ценности здоровья у студенческой молодежи

Уровни	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	До	После	До	После
Высокий	62 (44%)	72 (50,8%)	66 (47,6%)	72 (52%)
Средний	36 (25,4%)	44 (30,5%)	40 (28,8%)	45 (32,4%)
Низкий	44 (30,5%)	26 (18,5%)	32 (23,6%)	21 (39%)

Используя показатели таблицы, можно наблюдать необходимость проведения воспитательных мероприятий в ходе опытно-экспериментальной работы. В ходе внеучебной деятельности в колледже, где проводился эксперимент, расширяются знания студентов-подростков о понятии «здоровоохранение»: формируется их поведение, улучшаются отношения с окружающими. Формирование ценности здоровья у студентов и ее отражение в познавательной деятельности студентов является важным достижением экспериментальной работы.

Определено, что образовательный процесс имеет большое значение в формировании ценности здоровья основного субъекта колледжа – студентов (1-3 курсов). В ходе нашей практически-экспериментальной работы, по результатам опросов, проведенных с учащейся молодежью, преподавателями, и результатов анализа внеучебной деятельности и предметных тем, были рассмотрены важность и содержание заботы о здоровье в соответствии с максимальными требованиями.

Анализируя научно-методические работы и исследования по формированию ценности здоровья, комплексно рассмотрены и определены содержание и система воспитания и обучения с учетом возрастных особенностей студентов 1-3 курсов: через возможности образовательного процесса (индивидуальные работы по предметам, спецкурсы); через внеучебные работы: проект «Культура здравоохранения – опора национального воспитания»; учебно-кружковая работа «Технологии здравоохранения»; элективный курс «Психология здравоохранения».

В ходе исследовательского эксперимента было замечено, что студенты (1-3 курсов) имеют низкие представления о здравоохранении и ценности здоровья путем проведения опросов, бесед, дискуссионных методов. Также определено, что работу по формированию ценности здоровья еще необходимо исследовать при проведении опросов, бесед, тестовых методик с наставниками групп и учителями-предметниками учащихся. Вместе с тем, анализируя содержание учебно-воспитательной работы колледжа (за 1-3 курсы), было определено, что необходимо дополнить ее материалами, пропагандирующими и обеспечивающими формирование ценности здоровья у студентов колледжа.

В связи с потребностями, возникающими в ходе практической и экспериментальной работы, с учетом возрастных особенностей студентов 1-3 курсов разработана программа элективного курса «Психология здравоохранения», направленная на повышение знаний о заботе о здоровье, формирование их в ценность здоровья. Также в целях побуждения студентов к сохранению своего здоровья был разработан и распространен проект «Культура заботы о здоровье – опора национального образования».

Таким образом, в результате экспериментов, проведенных в ходе исследования, было установлено, что у студентов формировалось отношение к здоровью, углублялось их представление о здоровье как о ценности.

Образовательная деятельность, направленная на поддержку формирования ценности здоровья молодежи, в последние годы опустилась до опасного уровня и представляет большую угрозу национальной безопасности. Поднять уровень осознания современной молодежи о здоровом образе жизни можно будет, создав современную модель формирования ценности здоровья, и внедрив ее в учебно-воспитательный процесс колледжа. Результаты экспериментальной работы доказывают необходимость моделирования компонентов системы формирования ценности здоровья у студентов колледжа в соответствии с современными социокультурными условиями.

## Заключение

Результаты анализа и изучения работ по философии, педагогике, социологии, психологическим наукам, учебников и учебных программ по дисциплинам, проводимых в колледже по вопросам формирования ценности здоровья, позволило сделать следующие выводы.

Поскольку смысл вопроса о ценности здоровья студентов колледжа непосредственно связан с проблемой личности в обществе, изучение его в направлениях педагогики, психологии, медицины, физиологии, биологии позволяет глубже понять смысл понятия ценности здоровья, которое формулируется как процесс, направленный на непрерывное формирование знаний, умений и навыков в области психического, социального и духовного здоровья.

В области педагогической науки, поскольку проблема формирования ценности здоровья у молодого поколения всегда актуальна, она должна основываться на многих научных исследованиях. Эта проблема определяется историческими, социальными и национальными обоснованиями здоровьесбережения в контексте духовного возрождения.

Теоретические основы изучения педагогических явлений определяют последовательность, логику и технологию рассматриваемой проблемы. В связи с этим определяются теоретические основы ценности здоровья у студентов. Валеологический, культурологический, деятельностный и мотивационно-ценностный подходы рассматриваются как основы исследования проблемы формирования ценности здоровья. Проблема осознания ценности здоровья является не только объектом исследования педагогической науки, но и науки, развивающейся в результате взаимодействия наук медицины, физиологии, биологии и социологии, поэтому особое внимание уделяется синергетической основе.

Важным вопросом в образовательном процессе считается необходимость формирования ценности здоровья у студентов колледжа.

Воспитание в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями учащихся в процессе обучения оказывает влияние на формирование ценности в их психофизиологическом развитии. В связи с этим результаты исследования позволили определить компоненты и измерения, показатели и уровни сформированности ценности здоровья, а также определить контуры основы формирования и систематизировать их.

Модель формирования ценности здоровья позволяет обогатить мироощущение студентов, обогатить их знаниями и навыками соблюдения правил здорового образа жизни. В ходе экспериментальной работы изучены возможности образовательного процесса в формировании ценности здоровья и реализации содержания экспериментального проекта «Здравоохранительная культура – опора национального образования» направлены на определение ее эффективных способов и методов. Данный проект направлен на определение места проблемы в формировании ценности здоровья у студентов. В то же время для поддержания сознательной жизни будет способствовать формированию навыков безопасного поведения в различных ситуациях и научит сопротивляться вредным для здоровья привычкам, расширит теоретические знания о ценности здоровья и позволит совмещать ее в повседневной жизни.

Проблема формирования ценности здоровья у студентов колледжа ценна по своей важности и значимости в контексте запросов современного общества. Поскольку предлагаемая проблема является комплексной, многие ее направления невозможно охватить, и она требует дальнейшего совершенствования проблемы формирования ценности здоровья у студентов колледжа в образовательном процессе.

## Список используемой литературы

1. Айзман Р. И. Здоровьесберегающие технологии в образовании: учебное пособие для среднего профессионального образования. М. : Юрайт, 2019. 281 с.
2. Амосов Н. М. Раздумья о здоровье. М. : Молодая гвардия, 1978. 191 с.
3. Ананьев В. А. Введение в психологию здоровья: учебное пособие. СПб. : БНА, 1998. 148 с.
4. Андреев В. И. Педагогика: учебный курс для творческого саморазвития. Казань : Центр инновационных технологий, 2012. 608 с.
5. Анисимов О. С. Стратегическое мышление: проблемы достижения разумного уровня. М. : 2012. 554 с.
6. Антонов А. И. Социология семьи: Учебник. 2-е изд. М. : ИНФРА-М, 2018. 637 с.
7. Апанасенко Г. Л. Индивидуальное здоровье: сущность, механизмы, проявления. Гигиена и санитария. 2004. № 1. С.60–63
8. Асташова Н. А. Аксиологическое образование современного учителя. М. : МПСИ, 2000. 320 с.
9. Баевский Р. М. Прогнозирование состояний на грани нормы и патологии. М. : Медицина, 1979. 298 с.
10. Базарный В. Ф. Здоровье и развитие ребенка: Экспресс-контроль в школе и дома. М. : 2005. 176 с.
11. Байденко В. И. Компетентностный подход к проектированию государственных образовательных стандартов высшего профессионального образования: Методическое пособие. М. : Исследовательский центр проблем качества подготовки специалистов, 2005. 114 с.
12. Бароненко В. А. Здоровье и физическая культура студента. М. : Альфа М, 2003. 352 с.

13. Бедный М. С. Демографические процессы и здоровье населения. М. : Наука, 1987. С. 163–171.
14. Бехтерев В. М. Избранные труды по психологии. В двух томах. Том 1. М. : 2018. 400 с.
15. Богомолова Л. В. Здоровьесохранные процессы в общеобразовательном учреждении: содержание и перспективы. М. : «ООО ПЦентр», 2004. 214 с.
16. Божович Л. И. Избранные психологические труды: Проблемы формирования личности. М. : Международная педагогическая академия, 1995. 212 с.
17. Бондаревская Е. В. Концепции личностно-ориентированного образования и целостная педагогическая теория // Шк.Духовности, 1999, №5, С. 41–66.
18. Брехман И. И. Валеология – наука о здоровье. М. : ФиС, 1990. 208 с.
19. Бурханов А. И. Формирование здорового образа жизни: монография / А. И. Бурханов, Т. А. Хорошева, Г. А. Кропотова. Тольятти : ТГУ, 2012. 264 с.
20. Бушуева В. О. Формирование здорового образа жизни у старшеклассников. Пятигорск : Изд-во ПГУ, 2003. 118 с.
21. Вайнер Э. Н. Краткий энциклопедический словарь: Адаптивная физическая культура. М. : Флинта:Наука, 2003. 144 с.
22. Вебер М. Избранные произведения. М. : 1990. 808 с.
23. Верб М. А. Эстетическое воспитание старшеклассников: метод. пособие. Л. : 1970. 172 с.
24. Виленский М. Я. Физическая культура: учебник / М. Я. Виленский, А. Г. Горшков. М. : КноРус, 2018. 181 с.
25. Вишнякова Н. Ф. «Креативная психопедагогика». Психология творческого обучения. Минск : НИОРБ «Поли Биг», 1995, 239 с.

26. Гагин Ю. А. Интеграция акмеологических, валеологических и экологических знаний как условие совершенствования образовательного процесса // Экология и образование. 2001. № 3. С. 28–30.
27. Гегель. Философия права. М. : Мир книги, 2007. 464 с.
28. Гильмуллин М. Ф. Культурологический подход в обучении математике и истории математики // Математический вестник педвузов и университетов Волго-Вятского региона. 2010. №12. С. 6–14.
29. Гребенюк О. С. Теория обучения: учебник для студентов высших учебных заведений. М. : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. 384 с.
30. Гребенюк О. С. Теория обучения: учебник и практикум для вузов / О. С. Гребенюк, Т. Б. Гребенюк. Москва : Юрайт, 2023. 318 с.
31. Девятая общая программа работы (на период 1996 – 2001 гг. включительно). Женева: Всемирная организация здравоохранения, 1995. 80 с.
32. Деркач А. А. Самореализация – основание акмеологического развития. / А. А. Деркач, Э. В. Сайко. М. : МОДЭК; Воронеж : Московский психолого-социальный институт, 2010. 224 с.
33. Дильман В. М. Большие биологические часы. Введение в интегральную медицину. М. : Знание, 1981. 208 с.
34. Дистервег А. Избранные педагогические сочинения. М. : Учпедгиз, 1956. 378 с.
35. Загвязинский В. И. Теория обучения. Современная интерпретация: учеб. пособие для студентов вузов. М. : Академия, 2001. 192 с.
36. Зайцев В. П. Формирование оздоровительной культуры студентов в специальном учебном отделении. Белгород : БГТУ, 2003. 232 с.
37. Зайцев Г. К. Школьная валеология: Педагогические основы обеспечения здоровья учащихся и учителей. СПб. : Акцидент, 1998. 159 с.
38. Земмель Г. Философия культуры. Том 1. М. : Юрист, 1996. 671 с.

39. Зимняя И. А. Педагогическая психология: учебник для вузов / И. А. Зимняя. Изд. второе, доп., испр. и перераб. М. : Логос, 2009. 384 с.
40. Исаев И. Ф. Профессионально-педагогическая культура преподавателя. Учеб. пособие. М. : Академия, 2002. 208 с.
41. Каган М. С. Введение в историю мировой культуры. Том 1. М. : Юрайт, 2023. 310 с.
42. Казин Э. М. Основы индивидуального здоровья человека: Введение в общую и прикладную валеологию: учеб. пособие. М. : ВЛАДОС, 2000. 188 с.
43. Казначеев В. П. Здоровье нации. М. : Кострома, 1996. 246 с.
44. Калью П. И. Сущностная характеристика понятия здоровья и некоторые вопросы здравоохранения. М. : ВНИИМИ, 1988. 69 с.
45. Каркищенко Е. И. Всемирная организация здравоохранения: структура и основные направления деятельности. М. : Современная экономика и право, 2004. 104 с.
46. Качан Л. Г. Научно-методические подходы к формированию современных знаний о здоровье и здоровом образе жизни: науч.-метод. пособие. СПб. : ГПХ ИОВ РАО, 2005. 183 с.
47. Колбанов В. В. Валеология: основные понятия, термины и определения. СПб. : ДЕАН, 1998. 232 с.
48. Колесникова М. Г. Валеологический анализ школьных уроков // «Валеология». №3. 2003. С. 33–37;
49. Коменский Я. А. Педагогическое наследие. М. : Педагогика, 1989. 416 с.
50. Крылов Н. Б. Культурология образования. М. : Народное образование, 2000 г. 272 с.
51. Кудрявцев В. Т. Психологические основы развивающей педагогики оздоровления в свете идей А. В. Запорожца // Вопросы психологии. 2005. №5. С. 101–112.

52. Кузьмина Н. В. Методы исследования педагогической деятельности. Л. : Ленингр. ун-та, 1970. 144 с.
53. Куинджи Н. Н. Валеология. Пути формирования здоровья школьников: метод. пособие. М. : Аспект Пресс, 2000. 139 с.
54. Курбаналиев Б. Б. Воспитание молодежи в патриотическом духе. // Национальное образование. 2011. № 6 (8). С. 37–40.
55. Левина И. Л. Школа – путь к здоровью или путь в невроз? Новокузнецк : МОУ ДПО ИПК, 2003. 252 с.
56. Лесгафт П. Ф. Избранные педагогические сочинения. М. : ФиС, 1953. 355 с.
57. Лосев А. Ф. Большая советская энциклопедия: / под. ред. А. М. Прохоров. 3-е изд. М. : Советская энциклопедия, 1978.
58. Лосский Н. О. Русская философия. М. : Советский писатель, 1995. 276 с.
59. Макаренко А. С. Педагогическая поэма. СПб. : Питер, 2018. 768 с.
60. Маркарян Э. С. Очерки теории культуры. Очерки теории культуры. Ереван : АН Амянской ССР, 1969. 227 с.
61. Марков В. В. Основы здорового образа жизни и профилактика болезней. М. : Академия, 2001. 319 с.
62. Марков П. Г. Общественно-политические воззрения. Киев : Вища школа, 1986. 248 с.
63. Медков В. М. Демография: учебник. 2-е изд. М. : НИЦ ИНФРА-М, 2014. 332 с.:
64. Мордвинцева И. Ю. Формирование валеологической грамотности у старшеклассников. М. : Тараз, 2003. 26 с.
65. Ницше Ф. Полное собрание сочинений. Том 1. М. : Культурная революция, 2014. 416 с.
66. Педагогика: Большая современная энциклопедия. / Е. С. Рапацевич. Мн.: «Современное слово», 2005. 720 с.

67. Педагогический энциклопедический словарь // Гл. ред. Б. М. Бим-Бад / Редкол. М. М. Безруких (и др.). М. : Большая российская энциклопедия, 2003. 528 с.
68. Платонов К. К. Методологические проблемы медицинской психологии. М. : Медицина, 1984. 95 с.
69. Поташник М. М. Требования к современному уроку : метод. пособие. Москва : Центр педагогического образования, 2007. 272 с.
70. Прогноз социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2024 года [Электронный ресурс]: Министерство экономического развития Российской Федерации. URL: [https://www.economy.gov.ru/material/file/450ce3f2da1ecf8a6ec8f4e9fd0cbdd3/Pr\\_ognoz2024.pdf](https://www.economy.gov.ru/material/file/450ce3f2da1ecf8a6ec8f4e9fd0cbdd3/Pr_ognoz2024.pdf) (дата обращения: 18.04.2022).
71. Психологический словарь / под ред. В. В. Давыдова, А. В. Запорожца, Б. Ф. Ломова и др. М.: Педагогика, 1983. 448 с.
72. Пуфендорф С. Энциклопедический словарь. СПб., 1907.
73. Развитие мозга и формирование познавательной деятельности ребенка / под ред. М. М. Безруких. Воронеж : МОДЭК, 2009. 432 с.
74. Рапацевич Е. С. Педагогика: Большая современная энциклопедия. М. : Современное слово, 2005. 720 с.
75. Рапацевич Е. С. Психолого-педагогический словарь. М. : Современное слово, 2006. 928 с.
76. Реан А. А. Психология адаптации личности. / А. А. Реан, А. Р. Кудашев, А. А. Баранов. СПб.: Прайм-Еврознак, 2002. 479 с.
77. Сазонов В. Ф. Поддержание и сохранение здоровья учащихся в школе общедоступными методами: комплексная программа. Рязань : РГПУ, 1996. 29 с.
78. Сейтешев А. П. Профессиональная направленность личности. Теория и практика воспитания. Алма-Ата : «Наука», 1990. 332 с.
79. Секач М. Ф. Психология здоровья: учеб. пособие. М. : Академический проект, 2003. 192 с.

80. Ситников А. П. Акмеологический тренинг: теория, методика, психотехнологии. М. : Технологическая школа бизнеса, 1996. 428 с.
81. Соловьёв В. С. Социальное обеспечение. М. : Большая российская энциклопедия, 2015. 664 с.
82. Степанов Е. Н. Педагогу о современных подходах и концепциях воспитания / Е. Н. Степанов, Л. М. Лузина. Москва : Сфера, 2002. 224 с.
83. Сухомлинский В. А. Как воспитать настоящего человека. М. : Педагогика, 1990. 288 с.
84. Сухомлинский В. А. Педагогика. М. : Педагогика, 1979. 558 с.
85. Татарникова Л. Г. Педагогическая валеология: генезис. Тенденции развития. СПб. : Петроградский и К, 1995. 352 с.
86. Татура Ю. Г. Высшее образование: методология и опыт проектирования / Москва : Логос, 2006. 130 с.
87. Фармаковский В. А. Начальная школа Министерства народного просвещения. СПб. : Русская школа, 1900. 200 с.
88. Федорова А. И. Практикум по экологии и охране окружающей среды. М. : ВЛАДОС, 2001. 288 с.
89. Флоренский П. А. Философский энциклопедический словарь. 2-е изд. М. : Советская энциклопедия, 1989. 1072 с.
90. Фрейд З. Психология бессознательного. М. : Питер 2022, 528 с.
91. Хакен Г. Тайны природы. Синергетика: учение о взаимодействии. Ижевск : ИКИ, 2003. 320 с.
92. Хуторской А. В. Метапредметный подход в обучении : науч.-метод. пособие. 2-е изд., перераб. и доп. М. : «Эйдос»; 2016. 80 с.
93. Царик А. В. Справочник работника физической культуры и спорта: нормативные, правовые документы, практический опыт, рекомендации. М. : Советский спорт, 2002. 700 с.
94. Царфис П. Г. Природа и здоровье человека. М. : Высшая школа, 1987. 480 с.
95. Чумаков Б. Н. Валеология. М. : РПА, 1997. 246 с.

96. Шаббаева М. История педагогики. М. : Просвещение, 2001. 447 с.
97. Щедрина А. Г. Онтогенез и теория здоровья: методологические аспекты. Новосибирск: Наука, 1989. 136 с.
98. Щедрина А. Г. Педагогические условия формирования основ здорового образа жизни как основа валеологии и педагогики. Новосибирск : Логос, 1996. 44 с.
99. Янес Х. Я. Приемные часы для здоровых. М. : Медицина, 1987. 176 с.
100. Denburg A. E. The Moral Foundations of Child Health and Social Policies: A Critical Interpretive Synthesis. / A. E. Denburg, M. Giacomini, W. J. Ungar, J. Abelson // *Children*. 2021. № 8 (1). P. 1–14. URL: <https://doi.org/10.3390/children8010043> (Дата обращения: 15.03.2022).
101. Heiman T. Perceived Body Appearance and Eating Habits: The Voice of Young and Adult Students Attending Higher Education / T. Heiman, D. Olenik-Shemesh // *Int J Environ Res Public Health*. 2019. № 16 (3). 451 p. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30720728/> (Дата обращения: 21.01.2022).
102. Messina D. Food and lifestyle education at primary and secondary school: an Italian project on health promotion / D. Messina, M. Tarroni, L. Catarsi, C. Balestri, G. Messina, N. Nante // *European Journal of Public Health*. 2019. № 29. P. 314–315. URL: <https://watermark.silverchair.com/ckz187.048.pdf> (Дата обращения: 11.10.2021).
103. Tarroni M. Food and lifestyle education in Tuscan schoolchildren: 2018-2019 follow-up of a long-term campaign. / M. Tarroni, D. Messina, C. Balestri, F. Cocchi, G. Messina // *Int J Food Sci Nutr*. 2017. № 68 (5). P. 577–586. URL: <https://www.grafiati.com/en/literature-selections/monte-dei-paschi-di-siena/journal/> (Дата обращения: 30.09.2021).
104. Tunc G. C. The Relationship Between International Students' Health Perceptions and Their Healthy Lifestyle Behaviors / G. C. Tunc, N. C. Bilgin, B. Cerit // *Journal of Religion and Health*. 2021. № 60. P. 4331–4344. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34245435/> (Дата обращения: 14.02.2022).

## Приложение А

### Тематический план лекций по курсу «Психология здравоохранения»

Таблица А.1 – Тематический план лекций по курсу «Психология здравоохранения»

Главы, темы	Часы	Рекомендуемая литература	Форма обучения, методы
<p>Проблема охраны здоровья в педагогической и психологической литературе. Основные столпы сохранения здоровья человека. Психология здоровья – междисциплинарная исследовательская наука. Понятие патологии и нормы. Взгляды на нормальное психическое развитие, различные течения в психологии относительно психической нормальности. (бихевиоризм, психоанализ)</p>	2	<p>Ананьев В.А. Психология здоровья. СПб, 2006.                      Ананьев В.А. Практикум по психологии. СПб, 2007.                      Психология здоровья. Никифорова Г.С. СПб, 2000.                      Ананьев В.А., Никифоров Г.С. Психология здоровья. СПб, 2000.                      Ананьев В.А. Психология здоровья, новая отрасль человеческих знаний. СПб, 1996.</p>	Вводная лекции
<p>Культура здоровья – категория единства и гармонии души и тела. Концепция здравоохранения. Категории и составляющие культуры здравоохранения. Факторы, способствующие формированию ценности здоровья.</p>	2	<p>Ананьев В.А. Психология здоровья. СПб, 2006.                      Ананьев В.А. Практикум по психологии. СПб, 2007.                      Психология здоровья. Никифорова Г.С. СПб, 2000.                      Ананьев В.А., Никифоров Г.С. Психология здоровья. СПб, 2000.</p>	Лекция-дискуссия, метод круглого стола
<p>Проблема заботы о здоровье в психологии. Психическое здоровье. Уровень изученности данной проблемы. Концепция сохранения психологического здоровья Дубровиной И.В. Концепция самосовершенствования А. Маслоу А. Слабодчиков В.И., Цукерман Г.А., Исаевтар Э.И. взгляды на психологию заботы о здоровье человека.</p>	2	<p>Ананьев В.А. Введение в психологию здоровья. СПб, 1998.                      Психическое здоровье детей и подростков. Под ред. Дубровиной И.В. М., 2000.                      Психология здоровья. Учебник для вузов. Никифорова Г.С. СПб, 2003. Практикум по психологическому здоровью. Под ред. Никифорова Г.С. СПб, 2005.                      Новчук Н.М. Депрессия у детей и подростков. М., Школа Пресс, 1999.</p>	Обзорная лекция, метод «Опорные заметки»

Продолжение Приложения А

Продолжение таблицы

Главы, темы	Часы	Рекомендуемая литература	Форма обучения, методы
<p>Психологическое здоровье детей</p> <p>Особенности детского психологического здоровья.</p> <p>Новые личностные структуры человека.</p> <p>Адаптация ребенка к обществу.</p> <p>Уровни «психологического здоровья» детей. Креативный уровень, уровень дезадаптации, ассимилятивно-аккомодационный уровень.</p> <p>Социально-психологическая помощь студентам.</p>	2	<p>Ананьев В.А. Психология здоровья. СПб, 2006.</p> <p>Ананьев В.А. Практикум по психологии. СПб, 2007.</p> <p>Психология здоровья. Г.С. Никифорова. СПб, 2000.</p> <p>Ананьев В.А., Никифоров Г.С. и т. д. Психология здоровья. Санкт-Петербург, 2000 г.</p> <p>Ананьев В.А. Психология здоровья, новая отрасль человеческих знаний. СПб, 1996.</p>	Лекции, метод круглого стола
<p>Социально-психологическая и психосоматическая дезадаптация</p> <p>Эмоциональные расстройства (акцентуации характера; неврозы и соматоформные вегетативные дисфункции; расстройства личности (психопатии); психозы).</p> <p>Типы акцентуации характера.</p> <p>Патогенетическая концепция неврозов Мясищева В.Н.</p> <p>Расстройства личности (психопатии).</p> <p>Виды психозов.</p>	2	<p>Ананьев В.А. Введение в психологию здоровья. СПб, 1998, 148 с.</p> <p>Психическое здоровье детей и подростков. Под ред. Дубровиной И.В. М., 2000.</p> <p>Психология здоровья. Учебник для вузов. Эд.Г.С. Никифорова. СПб, 2003.</p> <p>Гуревич И.И. Социальная психология здоровья. СПб, 1999 г.</p> <p>Захаров А.И. Психотерапия неврозов у детей и подростков. Л., 1982.</p>	Проблемная лекция, Дискуссионный метод
<p>Национально-духовный образ человека</p> <p>Взгляды ученых на национально-духовный образ.</p> <p>Духовно-нравственное воспитание – способ формирования личности ребенка.</p>	2	<p>Дубровский В.И. Здоровый образ жизни М., 1990.</p> <p>Васильева О.С. Психология – это эталон человека, идей, монтаж. М., 2001.</p> <p>Новчук Н.М., Северный А.А. Депрессия у детей и подростков. М., 1999.</p>	Лекция-дискуссия, метод круглого стола
<p>Деятельность психолога по сохранению психического здоровья детей и педагогов</p>	2	<p>Дерябо С.Д., Ясвин В.А. Экологическая педагогика и психология. Р-на-Д., 1996</p>	Проблемная лекция, Дискуссия

## Продолжение Приложения А

### Продолжение таблицы

Главы, темы	Часы	Рекомендуемая литература	Форма обучения, методы
<p>необходимые для сохранения психического здоровья детей. Измерения и показатели психического здоровья. Профилактические меры, необходимые для сохранения психического здоровья детей и педагогов. Методы определения психического и психологического здоровья. Проблемы экологического образования.</p>	2	<p>Панов В.И. Введение в экологическую психологию. М., изд. МЭПУ, 2001. Захаров А.И. Психотерапия неврозов у детей и подростков. Л., 1982. Гурвич И.И. Социальная психология здоровья. Санкт-Петербург, 1999. Психическое здоровье детей и подростков. Под редакцией И. В. Дубровиной, М., 2000.</p>	<p>Проблемная лекция, Дискуссионный метод</p>
<p>Влияние экологической среды на психику человека Вопрос о взаимоотношениях человека и природы. Содержание представления о человеке как биоэтнопсихосоциальной единице в современной науке. Использование возможностей тренингов в обеспечении психологического здоровья.</p>	3	<p>Дерябо С.Д., Ясвин В.А. Экологическая педагогика и психология. Ростов-на-Дону, 1996 . Панов В.И. Введение в экологическую психологию. М., изд. МЭПУ, 2001. Абрамова Г.С. Этнопсихология. Санкт-Петербург, 1999.</p>	<p>Лекция-дискуссия, метод круглого стола</p>