

Выявление уровня готовности будущего педагога-психолога к применению здоровьесберегающих технологий в образовательной среде

Н. М. Стукаленко¹, И. А. Просандеева¹

¹ Кокшетауский университет им. Ш. Уалиханова
Казахстан, г. Кокшетау, ул. Абая, д. 76

Сведения об авторах:

Нина Михайловна Стукаленко

SPIN: 7010-7901

Scopus AuthorID: 55889123900

ORCID: 0000-0001-9898-4674

e-mail: nms.nina@mail.ru

Ирина Александровна Просандеева

ORCID: 0000-0001-6692-0799

e-mail: happiness.21.12.1.2@gmail.com

© Авторы (2023).

Опубликовано Российским
государственным педагогическим
университетом им. А. И. Герцена.

Аннотация. Введение. В статье раскрыты сущность и содержание понятия «здоровьесберегающие технологии» как психолого-педагогическая проблема. Здоровье считается первой и главной необходимостью человека, которая определяет его качественную жизнедеятельность, способность к труду, обеспечивает всестороннее и гармоничное развитие личности. Здоровьесберегающие технологии в образовании – это технологии, нацеленные на урегулирование главного вопроса современного образования: задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов образовательного процесса. В статье рассматриваются факторы риска, воздействующие на здоровье обучающихся. В связи с этим актуальной представляется задача оценки уровня готовности будущих педагогов-психологов к применению здоровьесберегающих технологий в образовательной среде, находящихся в про-

цессе профессионального становления. Цель статьи заключается в анализе уровня готовности будущих педагогов-психологов, обучающихся в Кокшетауском университете им. Ш. Уалиханова и Кокшетауском университете Абая Мырзахметова (Казахстан), к использованию здоровьесберегающих технологий в профессиональной деятельности.

Материалы и методы. Использовалась методика С. Дерябо и В. Ясвина «Индекс отношения к здоровью», анкета по изучению потребностей участников образовательного процесса в содействии им в ведении здорового образа жизни (Х. Б. Цакаева). В выборку вошли 74 студента педагога-психолога.

Результаты исследования. Эмпирические данные показали, что будущие педагоги-психологи, принявшие участие в исследовании, по методике «Индекс отношения к здоровью» обладают средней и низкой степенью отношения к здоровью. Результаты анкеты по изучению потребностей участников образовательного процесса в содействии им в ведении здорового образа жизни показали, что будущие педагоги-психологи понимают важность здоровья в жизни, но при этом не соблюдают здоровый образ жизни и считают, что для этого важна мотивация. По ответам обучающихся было понятно, что в вузах здоровьесберегающим мероприятиям уделено не достаточно внимания, но при этом студенты педагоги-психологи нуждаются в них.

Заключение. На основе полученных результатов исследования было выявлено, что у будущих педагогов-психологов не сформирована должная готовность к применению здоровьесберегающих технологий в образовании. Авторы предполагают, что такие результаты обусловлены особенностями профессиональной подготовки педагогов-психологов, создающими предпосылки для развития готовности к использованию здоровьесберегающих технологий. Перспективы исследования связаны с детальной проверкой этой гипотезы.

Ключевые слова: здоровье, педагог-психолог, здоровьесберегающие технологии, образовательная среда, профессиональная подготовка

Assessing the level of readiness of educational psychology students to use health-saving technologies in the educational environment

N. M. Stukalenko¹, I. A. Prosandeeva¹

¹ Kokshetau University named after Sh. Ualikhanov
76 Abaya Str., Kokshetau, Kazakhstan

Authors:

Nina M. Stukalenko

SPIN: 7010-7901

Scopus AuthorID: 55889123900

ORCID: 0000-0001-9898-4674

e-mail: nms.nina@mail.ru

Irina A. Prosandeeva

ORCID: 0000-0001-6692-0799

e-mail: happiness.21.12.1.2@gmail.com

Copyright:

© The Authors (2023).

Published by Herzen State

Pedagogical University of Russia.

Abstract. The article defines the concept of 'health-saving technologies' as a psychological and pedagogical issue. Health is considered the first and the main necessity of people, which determines their quality of life and ability to work as well as provides a comprehensive and harmonious development of personality. Health-saving technologies in education are technologies aimed at resolving the main issue of modern education — the task of preserving, maintaining and enriching the health of the educational process participants. The article discusses the risk factors affecting students' health. The purpose of the article is to analyze the level of readiness of educational psychology students studying at Kokshetau University named after Sh. Ualikhanov and Kokshetau University of Abai Myrzakhmetov (Kazakhstan), to use health-saving technologies in their professional activities.

Since there are no holistic methods that would reveal the

readiness of specialists to use health-saving technologies in the educational process, we selected the following diagnostic tools: Index of attitude to health by S. Deryabo and V. Yasvin and the questionnaire studying the needs of participants in the educational process to be assisted in the vision of a healthy lifestyle (H.B. Tsakaeva). The sample included 74 students of educational psychology.

The empirical data showed that students who took part in the study have an average and low degrees of attitude to health according to the Index of attitude to health methodology (S. Deryabo, V. Yasvin). The results of the questionnaire studying the needs of participants in the educational process to be assisted in the vision of a healthy lifestyle (H. B. Tsakaeva) showed that future educational psychologists understand the importance of health in life, but at the same time do not lead a healthy lifestyle and believe that they lack the necessary motivation. The students' answers made it clear that universities do not pay enough attention to health-saving measures, although students of educational psychology need them.

Based on the results of the study, we found that educational psychology students failed to develop the proper level of competence to use health-saving technologies in education. We suggest that such results are due to the certain aspects of professional training of educational psychologists, which create prerequisites for the development of readiness to use health-saving technologies. Further research is needed to verify this hypothesis.

Keywords: health, educational psychologist, health-saving technologies, educational environment, professional training

Введение

Жизнь человека во многом зависит от состояния здоровья организма, а также от того, в какой мере он применяет свой психологический и физиологический ресурс. Хорошее здоровье, разумно сохраняемое и укрепляемое самим человеком, обеспечит ему продолжительную и активную жизнедеятельность. Здоровье во многом влияет на качество трудовых ресурсов, на производительность труда, и тем самым на продвижение экономического развития общества. Поэтому проблема здоровья, воспитание привычки к здоровому образу жизни сейчас является особо актуальной. Здоровье как цель и ценность должно стать главным приоритетом общественного развития. Прививать эту ценность важно с самых малых лет, начиная в семье и продолжая в других социальных группах. Большую часть времени дети проводят в образовательных учреждениях, поэтому необходимо продолжать воспитывать культуру здоровья в школе, где особая роль в сохранении и укреплении здоровья отводится педагогам-психологам. На основе этого важно уделять особое внимание подготовке будущих педагогов-психологов к применению здоровьесберегающих технологий в образовательной среде.

Теоретический обзор современного состояния проблемы

Надобность в здоровье носит всеобщий характер, она принадлежит как каждому человеку, так и социуму в целом. Интерес к своему здоровью, умение самостоятельно делать профилактику его отклонений, осознанное направление на здоровье разных сфер жизни и деятельности – все это характеризует единую культуру личности. Здоровье – это естественная, совершенная и непреходящая жизненная ценность, которая захватывает самую первую ступень на иерархической лестнице потребностей в числе таких категорий человеческого бытия, как интересы и идеалы, изящество, значение и счастье существования, креативный труд, программа и

темпы жизнедеятельности. При увеличении благополучия жителей, удовлетворения ими природных основных нужд, относительная важность здоровья будет только увеличиваться. Имеются разные подходы к трактовке термина «здоровье», которые можно систематизировать следующим способом:

1) здоровье – это отсутствие заболеваний;

2) «здоровье» и «норма» – термины идентичные;

3) здоровье как целостность морфологических, психоэмоциональных и социально-экономических констант.

Единое для этих определений заключается в том, что здоровье подразумевает как нечто противоположное заболеванию, отличное от него, как синоним нормы (Ветков 2016).

Здоровье считается предпосылкой к познанию окружающего мира, к самоутверждению и счастью человека. Оно – первостепенное условие активной, креативной и полноценной жизни индивида. Здоровье изучается как баланс четырех главных компонентов. Физическое здоровье составляет степень роста и развития органов и систем организма. Люди должны уделять внимание своему физическому здоровью и развиваться в соответствии со своими возрастными особенностями. Психическое здоровье характеризует состояние психической сферы индивида. Оно обуславливается эмоционально-волевым и мотивационно-потребностным компонентами личности и находится в зависимости от самосознания личности и понимания человеком важности своего здоровья и здорового образа жизни. Психическое здоровье обеспечивает душевный комфорт и нормальную поведенческую реакцию. Нравственное здоровье – это система ценностей, установок и мотивов действий человека в обществе. Нравственное здоровье обуславливается моральными принципами, которые считаются базой общественной жизни личности. Нравственно здоровый человек обладает положительными качествами, таки-

ми как доброжелательность, искренность, чистосердечность, чувствительность и др. Социальное здоровье – это уровень общественного приспособления личности в социуме, присутствие посылов для многогранной и продолжительной активности в социуме (Верхорубова 2013).

В последнее время интерес к проблемам здравоохранения в государстве значительно увеличился, и большое внимание стало уделяться здоровью обучающихся. Здоровье растущего поколения считается важным признаком благосостояния общества и страны, который не только демонстрирует нынешнюю обстановку, но и прогнозирует будущее. Сейчас увеличивается спектр отрицательных условий, содействующих смещению в худшую сторону психофизиологического здоровья как детей, так и людей старших возрастов. Учебная загруженность с каждым годом возрастает, а свободное время все больше посвящается гаджетам, что может влиять на ухудшение зрения и осанки. Помимо этого, появляются трудности в эмоционально-волевой, когнитивной и коммуникативной сфере (Беловус, Василенко, Тютюнникова, Арушанян 2022).

Современные ученики и взрослые, к сожалению, не ставят свое здоровье главной жизненной ценностью. Важно, чтобы и старшее поколение, и дети имели знания о том, как укреплять свое здоровье, какими способами и методами пользоваться, формировали привычку регулярно реализовывать меры, нацеленные на его поддержание, чтобы им было присуще активное отношение к собственному здоровью и к здоровью окружающих. Другими словами, важно формировать общественную потребность быть здоровым. На сегодняшний день случились значительные перемены в постановке и содержании учебного процесса, были добавлены новейшие формы и методы преподнесения знаний, нацеленные на увеличение активности обучения и повышение умственной работы обучающихся, что посо-

действовало большому нарастанию учебной нагрузки учеников (Романцов 2002).

Е. Ю. Ривкин выделяет главные угрозы здоровью в образовательном учреждении (ОУ):

- сложные ситуации, связанные с состоянием материально-технической базы ОУ;
- травмогенные обстоятельства, связанные с поиском в социуме других людей;
- травмогенные случаи, связанные с проведением внеклассных занятий;
- плохой световой и температурный режим, нарушения санитарных норм;
- неправильный распорядок дня, уменьшение двигательной активности;
- приумножение мыслительного труда;
- употребление учениками наркотиков и спиртных напитков;
- несоблюдение личного режима поддержания организма (ношение очков, употребление индивидуального лекарства и т. д.), в том числе при инклюзивном образовании (Ривкин 2012).

Также Е. Ю. Ривкин рассмотрел источники угрозы здоровью:

- родители (применяют силовые способы влияния на детей; плохой психологический климат в семье; общественные трудности семьи; выставление ненормальных требований родителей к детям);
- ученики (пренебрежение правил связи в группах);
- педагоги (пониженный уровень профессиональной компетентности; несоблюдение морально-нравственных правил взаимодействия);
- внешние факторы (Интернет, СМИ, общение за пределами школы, где может демонстрироваться враждебное поведение, бескультурность, прививание антиобщественного поведения) (Ривкин 2012).

Поэтому приоритетным направлением развития образования на современном этапе считается разработка системы обучения здоровьесберегающей и оздоровительной направленности. В последние годы появилось понятие «здоровьесберегающие образовательные технологии»

(ЗОТ). ЗОТ обеспечивают ученикам возможность сохранить здоровье во время приобретения знаний в образовательном учреждении, сформировать у них важные для этого навыки и научить применять их в жизни.

Здоровьесберегающие технологии предполагают собой комплекс принципов, приемов и способов, которые расширяют классические технологии обучения, воспитания, развития задачами здоровьесбережения и решают задачи предоставления таких условий обучения, воспитания и развития, которые не причиняют вреда здоровью обучающихся. Здоровьесберегающие технологии обязаны создавать условия для:

- физического благополучия (нормальное физическое развитие, улучшение физических функций);
- душевной гармонии (адекватная психическая работоспособность, формирование условий для ощущения внутреннего комфорта);
- общественного благосостояния (хорошие требования существования, нет общественных стрессов, сопряженных с отсутствием средств жизни, чувствовать себя хорошо, находясь с людьми) (Илькевич 2023).

В сфере образования особая роль в здоровьесберегающей работе отводится педагогам-психологам. Здоровьесберегающая функция учитывает комплексную и направленную работу в образовательном учреждении с применением здоровьесберегающих технологий. Эта деятельность учитывает развитие желания осуществлять здоровый образ жизни, актуализацию индивидуального воззрения в направленности осторожного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих. Помимо этого, педагог-психолог содействует развитию духовных и нравственных ценностей и поддержке благоприятного психологического самочувствия обучающихся и педагогов (Сазонова 2022).

А. С. Москалева считает, что выпускник вуза, готовый к здоровьесберегающей де-

ятельности, проявляет такие качества, знания и умения:

- осознает важность своего здоровья и других людей, здоровый образ жизни считается одним из важных в системе мотивов;
- обладает нужными знаниями о методах, технологиях создания здоровьесберегающей среды, и пользоваться ими как в повседневной жизни, так и в профессиональной работе;
- обладает способами, технологиями сохранения собственного здоровья и других людей;
- может составлять план здоровьесберегающей работы для себя и других, разрабатывать программу, осуществлять мероприятия, направленные на оздоровление, и проводить профилактическую работу;
- наделен такими качествами, как решительность, трудолюбие, настойчивость (Москалева 2010).

В своем диссертационном исследовании З. М. Миназова пишет, что за последнее время у обучающихся школ здоровье ухудшилось, различного рода болезни приходятся на школьный возраст, когда обучающиеся получают среднее образование. Поэтому особо важно делать акцент на профессиональную подготовку педагогов-психологов, которые могут укреплять и сохранять здоровье учащихся, вводя здоровьесберегающие технологии в образовательный процесс (Миназова 2017).

Организация и методы исследования

В связи с тем, что нет целостных методик, которые бы выявили готовность педагогов-психологов к использованию здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе, был подобран диагностический инструментарий. Использовалась методика С. Дерябо и В. Ясвина «Индекс отношения к здоровью», анкета по изучению потребностей участников образовательного процесса в содействии им в ведении здорового образа жизни (Х. Б. Цакаева). В выборку вошли 74 сту-

дента – будущие педагоги-психологи. Выявление уровня готовности будущих педагогов-психологов к использованию здоровьесберегающих технологий в профессиональной деятельности проводилось в Кокшетауском университете им. Ш. Уалиханова и Кокшетауском университете Абая Мырзахметова (Казахстан).

Результаты и их обсуждение

Анализ полученных эмпирических данных позволил выявить, что будущие педагоги-психологи по методике «Индекс отношения к здоровью» (С. Дерябо, В. Ясвин) имеют низкий (32,5%), средний (44,6%) и высокий (22,9%) уровень отношения к здоровью, но результаты показывают, что преобладает средний и низкий уровень отношения к здоровью (рисунок). Данная методика позволяет определить, насколько человек наслаждается своим здоровьем и желает о нем заботиться, в какой степени проявляет отношение к здоровью и здоровому образу жизни в познавательной и практической сфере, а также насколько он стремится оказать воздействие на окружающих, чтобы они вели здоровый образ жизни.

Результаты анкеты по изучению потребностей участников образовательного

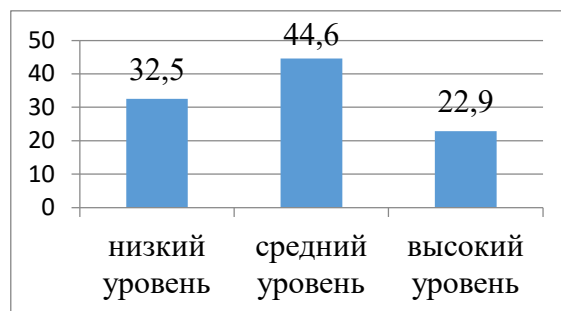


Рисунок. Результаты методики «Индекс отношения к здоровью» (С. Дерябо, В. Ясвин)

процесса в содействии им в ведении здорового образа жизни (Х. Б. Цакаева) показывают, что будущие педагоги-психологи считают, что сейчас тема здорового образа жизни более актуальна, чем раньше, и осознают, что здоровье человека является ценностью. Их волнует тема собственного здоровья и то, как его сохранить и укрепить. По ответам видно, что в образовательном учреждении не особо делается акцент на здоровьесбережении, но при этом студенты этого желают, хоть и не придерживаются ЗОЖ, но при этом понимают, что для этого нужна мотивация (таблица).

Таблица. Результаты анкеты по изучению потребностей участников образовательного процесса в содействии им в ведении здорового образа жизни

№	Вопрос	Варианты ответов		
		Да	Частично	Нет
1	Является ли тема ведения здорового образа жизни сейчас особо значимой, чем 20-40 лет назад?	75,6%	5,4%	19%
2	Считаете ли вы здоровье человека ценностью?	71,6%	28,4%	0%
3	Затрагивает ли вас тема своего здоровья в аспекте его сохранения и укрепления?	85,1%	8,1%	6,8%
4	Придерживаетесь ли вы принципов ЗОЖ?	9,5%	16,2%	74,3%
5	Нуждаетесь ли вы в помощи мотивации в следовании ЗОЖ?	66,2%	25,7%	8,1%
6	Считается ли ценностное отношение человека мотивирующим фактором к ведению ЗОЖ?	71,6%	15,3%	13,1%
7	Желаете ли вы, чтобы в образовательном учреждении для вас осуществлялся наиболее подходящий комплекс здоровьесберегающих мероприятий?	84,3%	12,5%	3,2%
8	Создаются ли в образовательном учреждении в полной мере здоровьесберегающие технологии?	12,2%	24,3%	63,5%
9	Нужно ли делать акцент на формирование ценностного отношения студентов к своему здоровью в вузе?	77%	14,9%	8,1%
10	Нужно ли преподавательское участие студентам в формировании ценностных установок на здоровый образ жизни?	83,8%	9,4%	6,8%

Выводы

Проведя теоретический анализ и экспериментальную работу по проблеме исследования, можно сделать вывод, что здоровье является первой и главенствующей потребностью людей, определяющей их качественную жизнедеятельность и гармоничное развитие. Поэтому сейчас в образовательном учреждении внимание уделяется не только передаче знаний подрастающему поколению, но и психофизиологическое состояние учащихся. Здоровье молодежи считается одним из главных показателей, определяющих экономический, культурный, умственный потенциал государства. Было выявлено, что здоровьесберегающая деятельность педагога-психолога – это осознано исполняемая деятельность, нацеленная на сохранение и укрепление здоровья как обучающихся, так и своего здоровья, так как формировать и развивать культуру здоровья может лишь тот человек, который соблюдает и имеет знания в области здоровья, способен сохранять и укреплять,

как свое здоровье, так и здоровье окружающих. Особая роль в здоровьесберегающей деятельности в образовании принадлежит педагогу-психологу, поэтому особо важно подготавливать к данной функции педагогов-психологов еще во время обучения в вузе. Поэтому статья направлена на выявления у будущих педагогов-психологов отношения к здоровью и желания повышать компетенции в сфере здоровьесберегающих технологий в образовании. По результатам исследования видно, что индекс отношения к здоровью у будущих педагогов-психологов находится на низком и среднем уровне. Будущие специалисты осознают значимость здоровья и понимают, что за последнее время оно изменилось, но при этом не соблюдают ЗОЖ, считая, что важную роль в ведении ЗОЖ имеет мотивация. Вузы не в полной мере осуществляют мероприятия по здоровьесбережению, но будущие педагоги-психологи в этом видят необходимость.

Литература

- Белоус, О. В., Василенко, В. Г., Тютюнникова, Е. Б., Арушанян, Ж. А. (2022) Здоровьесберегающие технологии в условиях образовательного пространства. *Управление образованием: теория и практика*, т. 12, № 4, с. 86–92.
- Верхорубова, О. В. (2013) Формирование «здоровья» как ценности в образовании. *Перспективы Науки и Образования*, № 4, с. 50–59.
- Ветков, Н. Е. (2016) Здоровье человека как ценность и его определяющие факторы. *Наука – 2020*, № 5, с. 126–142.
- Илькевич, Т. Г., Илькевич, К. Б. (2023) *Здоровьесберегающие технологии в педагогическом образовании*. [Электронный ресурс]. URL: http://scipro.ru/conf/healthsaving_technologies23.pdf (дата обращения 01.10.2023).
- Миназова, З. М. (2017) *Профессиональная подготовка педагога-психолога к решению вопросов охраны здоровья детей средствами здоровьесберегающих образовательных технологий. Диссертация на соискание кандидата педагогических наук*. Махачкала, Дагестанский государственный педагогический университет, 192 с.
- Москалева, А. С. (2010) Практика социальных педагогов как средство формирования готовности к здоровьесберегающей деятельности. *Педагогическое образование в России*, № 1, с. 97–101.
- Ривкин, Е. Ю. (2012) От здоровьесберегающих технологий к здоровьесберегающей среде. *Образовательная политика*, № 1 (57), с. 94–98.
- Романцев, М. Г. (2002) Здоровье и образование сегодня. *Успехи современного естествознания*, № 4, с. 33–43.
- Сазонова, А. О. (2022) Здоровьесберегающая функция в профессиональной деятельности педагога-психолога. *Молодой ученый*, № 50 (445), с. 425–429.

References

- Belous, O. V., Vasilenko, V. G., Tyutyunnikova, E. B., Arushanyan, J. A. (2022) Zdorov'esberegayushchie tekhnologii v usloviyah obrazovatel'nogo prostranstva [Health-saving technologies in the educational space]. *Upravlenie obrazovaniem: teoriya i praktika — Education Management: Theory and Practice*, vol. 12, no. 4, pp. 86–92. (In Russian)
- Ilkevich, T. G., Ilkevich, K. B. (2023) Zdorov'esberegayushchie tekhnologii v pedagogicheskom obrazovanii [Health-saving technologies in pedagogical education]. [Online]. Available at: http://scipro.ru/conf/healthsaving_technologies23.pdf (accessed 01.10.2023). (In Russian)
- Minazova, Z. M. (2017) *Professional'naya podgotovka pedagoga-psikhologa k resheniyu voprosov okhrany zdorov'ya detej sredstvami zdorov'esberegayushchikh obrazovatel'nykh tekhnologij* [Professional training of a teacher-psychologist to address issues of child health protection by means of health-saving educational technologies]. PhD dissertation (Pedagogical sciences). Makhachkala, Dagestan State Pedagogical University, 192 p. (In Russian)
- Moskaleva, A. S. (2010) Praktika social'nykh pedagogov kak sredstvo formirovaniya gotovnosti k zdorov'esberegayushchej deyatel'nosti [The practice of social educators as a means of forming readiness for health-saving activities]. *Pedagogicheskoe obrazovanie v Rossii — Pedagogical education in Russia*, no. 1, pp. 97–101. (In Russian)
- Rivkin, E. Y. (2012) Ot zdorov'esberegayushchikh tekhnologij k zdorov'esberegayushchej srede [From health-saving technologies to a health-saving environment]. *Obrazovatel'naya politika — Educational Policy*, no. 1 (57), pp. 94–98. (In Russian)
- Romantsev, M. G. (2002) Zdorov'e i obrazovanie segodnya [Health and Education today]. *Uspekhi sovremennogo estestvoznaniya — Successes of Modern Natural Science*, no. 4, pp. 33–43. (In Russian)
- Sazonova, A. O. (2022) Zdorov'esberegayushchaya funktsiya v professional'noj deyatel'nosti pedagoga-psikhologa [Health-saving function in the professional activity of a teacher-psychologist]. *Molodoj uchenyj — Young Scientist*, no. 50 (445), pp. 425–429. (In Russian)
- Verkhorubova, O. V. (2013) Formirovanie "zdorov'ya" kak tsennosti v obrazovanii [The formation of "health" as a value in education]. *Perspektivy Nauki i Obrazovaniya — Prospects of Science and Education*, no. 4, pp. 50–59. (In Russian)
- Vetkov, N. E. (2016) Zdorov'e cheloveka kak tsennost' i ego opredelyayushchie faktory [Human health as a value and its determining factors]. *Science-2020*, no. 5, pp. 126–142. (In Russian)