

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПАКЕТ ТЬЮТОРСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ В ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ СРЕДЕ ВУЗА

Никитин Н.С.¹, Моисеева Н.Н.² Email: Nikitin17105@scientifictext.ru

¹Никитин Никита Сергеевич – студент, магистрант;

²Моисеева Наталья Николаевна – кандидат психологических наук, доцент,
факультет психологии,

Башкирский государственный педагогический университет им. М. Акмуллы,
г. Уфа

Аннотация: в статье анализируется роль тьюторского сопровождения в процессе формирования личностной готовности к здоровьесберегающей деятельности. Также описывается разработанный нами технологический пакет тьюторского сопровождения студентов, направленный на формирование личностной готовности к здоровьесберегающей деятельности. Выделены основные подходы формирования личности к здоровьесберегающей деятельности. Описаны ключевые этапы формирования готовности личности к здоровьесберегающей деятельности. Данный технологический пакет был разработан и апробирован нами в ходе научно-исследовательской деятельности по теме нашей диссертации.

Ключевые слова: тьютор, ГТО, здоровьесберегающая деятельность, тьюторское сопровождение.

TECHNOLOGICAL PACKAGE OF TYUTOR SUPPORT IN HEALTHY SAVING ENVIRONMENT

Nikitin N.S.¹, Moiseeva N.N.²

¹Nikitin Nikita Sergeevich – Student, Undergraduate;

²Moiseeva Natalia Nikolaevna – PhD in Psychology, Associate Professor,
PSYCHOLOGY FACULTY,

BASHKIR STATE PEDAGOGICAL UNIVERSITY NAMED AFTER M. AKMULLA,
UFA

Abstract: the article analyzes the role of tutoring in the process of forming personal readiness for health-oriented activity. We also describe the technological package developed by us for tutoring students, aimed at building personal readiness for health-oriented activities. The main approaches to the formation of the individual to health-oriented activity are singled out. The key stages of the person's readiness for health-oriented activity are described. This technological package was developed and tested by us in the course of research activities on the topic of our thesis.

Keywords: Tutor, RWD, health-oriented activity, tutor support.

УДК 331.225.3

В связи с появлением в учебных заведениях страны инновационной должности «тьютор» нами был разработан технологический пакет тьюторского сопровождения студентов, направленный на формирование личностной готовности к здоровьесберегающей деятельности. Данный технологический пакет тьюторского сопровождения должен быть нацелен на то, чтобы обучающиеся сформировали необходимые для осуществления здоровьесберегающей деятельности психологические качества и освоили во время занятий инструменты для самостоятельного и ответственного выбора здорового образа жизни.

Рассматривая концепцию здоровьесбережения, мы определяем основные положения практико-деятельностного подхода, которые реализуются в учёте индивидуальных, возрастных, психологических и физиологических особенностей обучающихся, роли и значении видов деятельности и форм общения для определения целей здоровьесбережения и путей их достижения [2].

Исходя из содержания практико-деятельностного подхода, ведущим направлением деятельности по здоровьесбережению является формирование индивидуальных способов и стилей здоровьесбережения у участников образовательного процесса на различных этапах возрастного развития, выявление субъективных критериев эффективности различных форм деятельности, способствующих формированию ценностей здоровья и здорового образа жизни.

В основе практико-деятельностного подхода в формировании у участников образовательного процесса навыков здоровьесбережения лежит также идея о том, что только от самого субъекта, мотивированного к данному рода деятельности, можно ожидать творческой активности, заинтересованности в самореализации своих, заложенных природой потенциальных возможностей, активности в плане получения знаний, умений и навыков в области здоровьесбережения.

В соответствии с личностно-ориентированным подходом здоровьесберегающие технологии в центр образовательной системы должны ставить личность участников образовательного процесса, обеспечение безопасных, комфортных условий для развития и реализации природных возможностей. Здоровьесберегающий образовательный процесс должен осуществляться на основе личностно-развивающих ситуаций, относящихся к жизненно важным факторам обучающихся.

Личностно-ориентированный подход предполагает также активное участие самого студента в освоении культуры здоровьесбережения, в формировании личного опыта здоровьесбережения, который приобретается через постепенное расширение сферы общения и деятельности учащихся, развитие саморегуляции (от внешнего контроля к внутреннему), становление самосознания и активной жизненной позиции на основе воспитания и самовоспитания, формирование ответственности за своё здоровье, жизнь и здоровье других людей.

Основные идеи системного, динамического, личностно-ориентированного и деятельностного подходов интегрированы в *компетентностном подходе*, в рамках которого предполагается, что главным образовательным результатом является формирование мотивированной компетентной личности, способной быстро ориентироваться в динамично развивающемся и обновляющемся информационном пространстве, получать, использовать и создавать разнообразную информацию, принимать обоснованные решения и решать жизненные проблемы на основе полученных знаний, умений и навыков [1].

Компетенции здоровьесбережения включают в себя знание и соблюдение норм здорового образа жизни, культуры питания, правил личной гигиены, физическую культуру человека, свободу и ответственность выбора образа жизни [3].

В рамках программы тьюторского сопровождения процесса формирования психологической готовности к реализации здоровьесберегающей деятельности и формирования мотивации к занятиям физической культурой могут быть использованы различные формы и технологии психолого-педагогического сопровождения. Основными формами психолого-педагогического сопровождения являются различного рода индивидуальные и групповые тьюториалы [4].

Несомненным является тот факт, что одним из самых эффективных инструментов по пропаганде здорового образа жизни, физкультуры и физкультурно-спортивного комплекса являются различные методы и технологии, направленные на массовую просветительскую и пропагандистскую деятельность (массовые пропагандистские мероприятия, акции, просветительские и творческие мероприятия). Проанализировав существующие подходы в области здоровьесбережения и формирования мотивации к занятиям физической культурой, мы пришли к выводу, что их можно условно разделить на четыре группы:

- активизирующие подходы (активизирующие опросники, лекции), активизирующие методы - группа методов, основная цель которых - пробудить интерес человека к ведению здорового образа жизни и занятиям физической культурой, вызвать желание к саморазвитию и самосовершенствованию, помочь сделать самостоятельный, осознанный выбор в пользу здорового и активного образа жизни.

- диагностический подход (анкеты, опросы в рамках мониторингов здоровья, физкультурно-спортивные тесты (нормативы)). Суть диагностического подхода заключается в установление отношения обучающегося к здоровью и его компонентам, определение мотивационных, ценностных и личностных установок, самооценка своего индивидуального уровня здоровья и уровня физической подготовленности.

- информационный подход (лекции, статьи, плакаты, выставки, стенды, видеоролики и т. д.). Цель информационного подхода - обеспечить студентов разнообразной и полной информацией о способах, методах и технологиях ведения здорового образа жизни.

- развивающий подход (тренинги, мастер-классы, занятия, тренировки, игры). Цель развивающего подхода - формирование компетенций, различных знаний, умений и навыков, необходимых для успешной реализации этой деятельности.

Все перечисленные подходы оказывают влияние на формирование ценностного отношения к здоровью и физической культуре. Каждый из этих подходов по отдельности развивает определенную сферу психологической готовности к реализации здоровьесберегающей деятельности. Работу со студентами можно начать с активизирующих методик. Таким образом, запускается процесс поиска информации, формируется интерес.

Активизирующий подход способствует формированию мотивации к ведению здорового и активного образа жизни, повышает эмоциональную вовлеченность и заинтересованность, позволяет сформулировать цель здоровьесберегающей деятельности.

На втором этапе диагностический подход способствует развитию самосознания обучающегося, посредством знакомства обучающегося с ресурсами собственного организма. Происходит конкретизация индивидуального здоровьесберегающего маршрута студента.

На третьем этапе может быть использован развивающий подход, который позволяет сформировать качества и компетенции, необходимые для успешной реализации здоровьесориентированной деятельности. На этом этапе формируются такие необходимые ученику качества как самостоятельность, умение планировать будущее, принимать решение, применять полученные знания, умения, навыки и компетенции для достижения поставленных целей, оценивать и корректировать свою деятельность. Информационный подход на разных этапах тьюторского сопровождения решает разные задачи. Прежде всего, он направлен на развитие когнитивной сферы, повышение уровня знаний студента, расширение общего кругозора. Контроль за достижением поставленных целей и задач осуществляется благодаря специально подобранному комплексу диагностических методик, в который в зависимости от целей программы могут входить следующие тесты: методика определения ценностных ориентаций (Р. Шварцер, М. Ерусалем, В. Ромек); краткий ориентационный тест на определение интеллекта (Вандерлик, Отис); методика оценки мотивации (Т. Эллерс); методика исследования самооценки (В.В. Столин, С.Р. Пантелеев а также специальные опросники, направленные на определение уровня сформированности готовности к здоровьесориентированной деятельности. Полученные в результате психологической диагностики данные позволяют сделать вывод об эффективности разработанной программы и скорректировать ее. Если речь идет о тьюторском сопровождении в области физической культуры и ВФСК ГТО, то в качестве контрольных методик, помимо перечисленных выше, могут быть использованы физкультурно-спортивные тесты и нормативы ВФСК ГТО [1, 4].

Список литературы / References

1. Дегтярева Т.О. Готская А.И. Подходы, формы, методы и технологии работы тьютора в области здорового образа жизни и физической культуры Материалы IX Всероссийского форума «Здоровье нации – основа процветания России». Москва, 2015. С. 551.
2. Ковалева Т.М., Кобыща Е.И., Попова (Смолик) С.Ю., Теров А.А., Чередилина М.Ю. Профессия «тьютор». М.-Тверь: «СФК-офис», 2012. 246 с.
3. Ле-ван Т.Н., Айзман Р.И., Блинова Н.Г. и др. Формирование здоровья детей и подростков в условиях непрерывного образования: Коллективная научная монография / Под общ. ред. Т.Н. Ле-ван. Новосибирск: Изд. «СибАК», 2013.
4. Третьякова Н.В. Формирование готовности учащихся образовательных организаций к здоровьесориентированной деятельности: монография / Под науч. ред. В.А. Федорова. Екатеринбург: Изд-во Рос. гос. проф.- пед. ун-та, 2014.