

**Библиографический список**

1. Социальное партнерство: словарь-справочник / рук. авт. кол. В.П. Киселев, В.Г. Смольков. М., 1999.
2. Васильева Р.М. Социальное партнерство как фактор профилактики девиантного поведения подростков: дис. ... канд. пед. наук. Чебоксары, 2006.
3. Дерезцова Е.Н. Модель подготовки студентов педагогического колледжа к социальному партнерству // Вестн. Иркутского гос. техн. ун-та. 2006. Вып. № 4. С. 170–173.
4. Национальная доктрина образования в Российской Федерации до 2025 года // Вестн. образования России. 2011. № 1 (январь). С. 4–14.
5. Правовые основы социального партнерства. М., 2009.
6. Ткаченко Е.В. Социальное партнерство // Профессиональное образование: проблемы, поиски, решения: мат-лы межрегион. науч.-практ. конф., Челябинск – Магнитогорск / отв. ред. Е. Матушкин. Челябинск, 2006. С. 3–12.

A.G. Nosov  
The Model of Pedagogical  
Accompaniment to Form  
Students' Healthy Way of Life

A model of pedagogical accompaniment to organize an efficient formation of a healthy way of life and to trace the dynamics of this process is proposed. Basic requirements to the development of the model are identified, objectives, tasks, and principles of models construction are formulated, and stages of pedagogical accompaniment of a healthy way of life are highlighted.

Key words and word-combinations: pedagogical model, pedagogical accompaniment, formation of a healthy way of life.

Предложена модель педагогического сопровождения, позволяющая организовать эффективное становление здорового образа жизни обучающихся и проследить динамику этого процесса. Выявлены основные требования к разработке модели, сформулированы цели, задачи и принципы построения модели, выделены этапы педагогического сопровождения становления здорового образа жизни.

Ключевые слова и словосочетания: педагогическая модель, педагогическое сопровождение, становление здорового образа жизни.

УДК 371.4:796.01  
ББК 74.200+75.1

**А.Г. Носов**

**МОДЕЛЬ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО  
СОПРОВОЖДЕНИЯ  
СТАНОВЛЕНИЯ ЗДОРОВОГО  
ОБРАЗА ЖИЗНИ  
У ОБУЧАЮЩИХСЯ**

Приоритетными направлениями развития отечественного образования в XXI в. являются повышение его качества и сохранение при этом здоровья обучающихся. Специалисты отмечают, что в Концепции долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации до 2020 г. главной задачей системы образования объявляется воспитание человека в духе ответственного отношения к собственному здоровью, формирование высокого уровня здоровья во всех его аспектах – духовном, психическом, физическом [1]. Однако, несмотря на обозначенные ориентиры, до сих пор остается высоким уровень как заболеваемости среди обучающихся, так и наличия у многих из них вредных привычек, о чем свидетельствует статистика [2].

В каждом российском образовательном учреждении ведется работа по сохранению здоровья учащихся, в ходе которой возникает определенное противоречие между целями и результатами педагогической деятельности. Проблема здоровьесбережения, на наш взгляд, заключается в том, что образ жизни, являющийся определяющим фактором в процессе сохранения здоровья, навязать человеку практически невозможно. Связано это прежде всего с индивидуальностью каждого человека, с его физическими, психическими особенностями и убеждениями. Идя вразрез с индивидуальностью и нивелируясь до усредненного значения, здоровый образ жизни может отвергаться и не признаваться человеком из-за непонимания, отсутствия комплексного подхода или неправильно подобранных средств инициаторами такого подхода к организации жизни.

С нашей точки зрения, здоровый образ жизни должен осознаваться личностью как необходимое условие полноценной жизнедеятельности, а его воплощение и реализация должны быть индивидуально обусловлены. Субъект деятельности, в данном случае – обучающийся, должен проявлять активность и уметь делать сознательный выбор в вопросах здоровьесбережения. Способствовать этому может ряд мероприятий, организованных педагогом в процессе особого метода педагогической деятельности – педагогического сопровождения.

Под педагогическим сопровождением следует понимать процесс создания педагогом ситуаций для того, чтобы обучающийся смог сознательно и самостоятельно разработать и реализовать «индивидуальную траекторию становления здорового образа жизни». Это становится возможным благодаря адекватному и ответственному выбору собственной стратегии действий. Данная стратегия реализуется на основе имеющихся и получаемых знаний, а также приобретения умений и навыков во время обучения.

По нашему мнению, в основу методики и организации становления здорового образа жизни обучающихся должна быть положена следующая идея: здоровый образ жизни не должен навязываться насильно или «извне», равно как быть для всех одинаковым и обязательным. Процесс его становления должен стимулироваться педагогом с помощью комплекса мер и возникать внутри личностной структуры обучающегося, опираясь при этом на его ведущие мотивы и жизненные цели. Здоровый образ жизни должен стать *осознанной* необходимостью, при этом не вызывая у обучающегося дискомфорта. Именно эта идея определила дальнейшую стратегию в построении модели.

Становление здорового образа жизни представляет собой организуемый самим субъектом осознанный процесс трансформации «пассивного образа жизни» ( нормативно одобренной общественной модели) , управляемого обстоятельствами «извне», в активный ( обусловленный индивидуальными качествами субъекта) , направленный на саморазвитие и самоактуализацию. В процессе становления здорового образа жизни у обучающихся формируются три компонента: знаниевый, деятельностный и ценностно-мотивационный. Знаниевый состоит из приобретенных знаний о своем здоровье; овладения способами, его охраняющими и умножающими; осознания ценности здоровья и необходимости вести здоровый образ жизни для успешной самореализации. Деятельностный компонент позволяет сохранять и накапливать здоровье в различных жиз-

ненных обстоятельствах, способствует росту уверенности в себе, развитию чувства компетентности в здоровьесберегающей деятельности, применению индивидуальной формы накопления здоровья к особенностям конкретного организма. Ценностно-мотивационный компонент выражен в установке на ценность собственного здоровья; в ответственном отношении как к своему здоровью, так и здоровью окружающих; в стремлении сохранить и приумножить свой природный потенциал; в устойчивой потребности вести здоровый образ жизни.

С учетом выявленных компонентов определяем критерии и показатели становления здорового образа жизни:

– *наличие знаний о здоровом образе жизни и умений их применять на практике.* Показатели: знания о здоровье и здоровом образе жизни, умение их применять; знание собственных отличий и особенностей; физическая подготовленность; субъективное состояние здоровья; общая успеваемость;

– *принятие здорового образа жизни как индивидуальной ценности.* Показатели: отношение к здоровому образу жизни и здоровью, ориентация ценностей на здоровый образ жизни; система ценностных установок ( мотив и потребность) на постоянное развитие и образование в области здорового образа жизни;

– *индивидуальный стиль здорового образа жизни.* Показатели: организация жизнедеятельности, ориентированная на здоровый образ жизни; целенаправленное использование средств здорового образа жизни на укрепление и сохранение собственного здоровья.

На основании определенных критериев и показателей выделяем три уровня становления здорового образа жизни обучающихся: недостаточный ( низкий) , необходимый ( средний) и достаточный ( высокий) .

Результаты проведенных исследований позволяют сделать вывод о том, что педагогическое сопровождение обучающихся в процессе формирования у них перечисленных компонентов способно повысить исходный уровень становления здорового образа жизни. На это направлено моделирование изучаемого процесса.

Модель специально организованного педагогического сопровождения разработана как необходимое условие эффективности становления здорового образа жизни и как возможность проследить динамику этого процесса и его поэтапную реализацию. Предполагается, что такая модель от чисто теоретического понимания ценности здоровья и здорового образа жизни позволит перейти к практическим действиям в конкретных условиях образовательного учреждения. Кроме того, ее внедрение в реальный учебный процесс способно не только укрепить его *содержательно*, путем разработки методических рекомендаций, исходящих из конкретного возраста, индивидуальных особенностей, физического состояния учащегося, но главное – *концептуально* оснастить, наладить и организовать здоровьесберегающий учебно-воспитательный процесс в образовательном учреждении.

Теоретическим обоснованием построения модели послужили научные исследования, раскрывающие разные аспекты педагогического моделирования: важность применения моделирования в учебном процессе ( Б.А. Глинский, А.Н. Дахин, В.И. Загвязинский и др.) [3– 5]; методологию моделирования в

контексте исследования образовательных систем ( В.А. Веников, Р.В. Габдреев, Ю.И. Тарский и др.) [6– 8]; представление о модели как системе, включающей в себя цели, содержание, способы и средства, а также результаты образовательного процесса ( Ю.К. Бабанский, М.В. Кларин, В.А. Сластенин и др.) [9– 11]. В своей работе мы исходили из устоявшихся положений, изложенных в специальных научных исследованиях по моделированию сопровождения педагогического процесса ( Л.В. Зудилова, Г.Е. Котыкова, Т.Л. Лещинская, А.Л. Уманский, М.В. Шакурова и др.) [12– 16]. Все это позволило определить авторский подход к рассматриваемой проблеме.

Основной целью модели является педагогическое обеспечение становления здорового образа жизни. Данная цель обуславливает выполнение комплекса мероприятий, направленных на информационное обеспечение познавательной деятельности обучающихся, формирование у них потребности в здоровом образе жизни, обогащение деятельности по здоровьесбережению, поддержку в формировании и становлении индивидуальной системы здорового образа жизни.

На наш взгляд, моделирование педагогического сопровождения должно опираться на личностно-ориентированный подход, в основе которого лежат принципы самоактуализации, субъектности, принцип выбора, принцип творчества и успеха, а также принцип доверия и поддержки. Помимо общих принципов педагогики, следует учитывать принципы поддерживающей деятельности [17].

Проанализировав и сравнив изложенные в педагогической литературе принципы, можно отметить, что содержание их схоже и порой синонимично. Обусловлено это отражением в различных аспектах отдельных сторон и закономерностей единого процесса. Синергизм используемых педагогических принципов даст возможность обеспечивать успешность педагогического сопровождения становления здорового образа жизни.

Педагогическое сопровождение становления здорового образа жизни – процесс длительный и сложный. При его моделировании целесообразно выделить следующие этапы: организационно-подготовительный, практический и диагностический.

*Организационно-подготовительный* этап включает изучение характеристик обучающихся и их семей, знания основ здорового образа жизни ( рациональное питание, физическая активность, общая гигиена организма, закаливание, отказ от вредных привычек) и реализацию их на практике, сбор начальных данных личностного становления, выявление интересов и склонностей; анализ полученных в ходе диагностики данных, который позволяет оценить уровень образования, отношение к здоровому образу жизни и дает возможность составить обобщенный «портрет» коллектива обучающихся в аспекте здоровья, образа жизни, отношения к физической культуре. На основе полученных данных осуществляется целенаправленное, личностно-ориентированное педагогическое сопровождение становления здорового образа жизни.

*Практический этап* представляет собой набор практических действий, раскрывающих конкретное содержание педагогического сопровождения становления здорового образа жизни учащихся, формы, методы и средства реализации этого содержания и обеспечивающих устойчивое чувство комфорта и удовлет-

воренности от результатов взаимодействия всех участников ( обучающиеся, педагоги, администрация и т.д.) , от атмосферы образовательного учреждения. На этом этапе реализуется разработанный комплекс образовательных оздоровительных программ и мероприятий, направленных на увеличение двигательной активности, формирование личной гигиены, духовно-нравственной культуры, а также действуют разнообразные системы контроля физического и психического здоровья.

*Диагностический этап* состоит из ожидаемых результатов, полученных в ходе специально организованной педагогической деятельности. Кроме того, он определяет уровень становления и отражает изменения компонентов здорового образа жизни. Полученные данные устанавливают эффективность разработанной модели педагогического сопровождения становления здорового образа жизни.

Этапы моделируемого нами процесса своей динамикой обуславливают последовательный выбор тактики педагогического сопровождения ( наставничество, помощь, поддержка и собственно само сопровождение) .

На организационно-подготовительном этапе уместно использовать наставничество. В рамках этой тактики педагог инструктирует обучающихся по ходу действий, направленных на создание первоначального шаблона индивидуальной траектории. Обучающийся, получая указания по работе с информацией и ведению своих записей, узнает, какую часть работы необходимо провести самостоятельно что делать при возникающих трудностях.

На практическом этапе логично действовать согласно тактике помощи и поддержки. Помощь педагога заключается в организованном консультировании обучающихся по вопросам самостоятельного выбора форм и средств здорового образа жизни. Основная задача преподавателя состоит в одновременном содействии при возникших затруднениях и стимулировании самостоятельной работы обучающихся. Создание учителем эмоционального комфорта в процессе становления здорового образа жизни способствует активизации творческих способностей и заложенного потенциала обучающегося.

Выбирая тактику поддержки, педагог должен вовремя среагировать на возникающие у обучающегося в процессе самостоятельной работы проблемы, дать совет, подбодрить его, настроить на успех. Обучающийся же должен самостоятельно нести ответственность за свои поступки, но одновременно ощущать «чувство плеча» педагога. Данный эффект позволяет обеспечивать положительную мотивацию педагогического процесса, а значит, способствовать успешному решению поставленных задач.

Тактика сопровождения подразумевает дистанционное наблюдение за деятельностью обучающегося по реализации индивидуальной траектории становления здорового образа жизни. Обмен информацией и общение с обучающимся в рамках педагогического процесса создадут условия для необходимой и дозированной коррекции процесса реализации индивидуальной траектории. Педагог должен помнить, что в рамках данной тактики важно делать акцент именно на самостоятельность выбора обучающимся собственной стратегии поведения в процессе образовательной деятельности.

В результате организованного педагогического сопровождения процесса ста-

новления здорового образа жизни мы планируем получить повышение исходного уровня трех его компонентов.

Модель педагогического сопровождения становления здорового образа жизни должна содержать четыре блока: *целевой*, включающий постановку основной цели и задач моделирования педагогического сопровождения; *содержательный*, определяющий концепцию, подходы и принципы, реализуемые нами в исследовании; *технологический*, содержащий педагогические условия и этапы педагогического сопровождения совместной деятельности субъектов учебно-воспитательного процесса; *результативный*, показывающий эффективность разработанной модели через уровни, критерии и показатели становления здорового образа жизни обучающихся.

Считаем, что разработанная нами модель должна быть испытана путем внедрения в педагогический процесс образовательных учреждений.

#### Библиографический список

1. *Зверева Е.Л.* Развитие физической культуры старшеклассников-спортсменов как фактора формирования здорового образа жизни. Воронеж, 2012.
2. *Зоренко Н.Н., Солоненко Р.А.* Заболеваемость студентов и школьников как социально-педагогическая проблема. URL: <http://www.istu.edu/structure/49/2798/>
3. Моделирование как метод научного исследования (Гносеологический анализ) / Б.А. Глинский [и др.] М., 1965.
4. *Дахин А.Н.* Педагогическое моделирование: сущность, эффективность и ... неопределенность // Педагогика. 2003. № 4.
5. *Загвязинский В.И.* Моделирование в структуре социально-педагогического проектирования // Моделирование социально-педагогических систем: мат-лы регион. науч.-практ. конф. Пермь, 2004.
6. *Венсков В.А.* Некоторые методологические вопросы моделирования // Вопросы философии. 1964. № 11.
7. *Габдреев Р.В.* Моделирование в познавательной деятельности студентов. Казань, 1983.
8. *Тарский Ю.И.* Методология моделирования в контексте исследования образовательных систем // Моделирование социально-педагогических систем: мат-лы регион. науч.-практ. конф. Пермь, 2004.
9. *Бабанский Ю.К.* Оптимизация процесса обучения: общедидактический аспект. М., 1997.
10. *Кларин М.В.* Инновационные модели обучения в зарубежных педагогических поисках. М., 1994.
11. *Сластенин В.А., Подымова Л.С.* Педагогика: инновационная деятельность. М., 1997.
12. *Зудилова Л.В.* Моделирование педагогического сопровождения социализации студентов // Среднее профессиональное образование. 2009. № 2.
13. *Котькова Г.Е.* На пути к адаптивной школе: моделирование системы комплексного сопровождения // Школа и российское общество. 2008. № 2.
14. *Лецинская Т.Л.* Психолого-педагогическое сопровождение интегрированного обучения: мат-лы респуб. науч.-практ. семинара. Минск, 2005.
15. *Уланский А.Л.* Педагогическое сопровождение детского лидерства. Кострома, 2004.
16. *Шакурова М.В.* Педагогическое сопровождение становления и развития социокультурной идентичности школьников: дис. ... д-ра пед. наук. М., 2007.
17. *Александрова Е.А.* Педагогическое сопровождение развития индивидуальности у старшеклассников. М., 2009.