

О. Л. Лойко

Республиканский институт высшей школы, Минск

O. L. Loiko

National Institute of Higher Education, Minsk

УДК 378.6:37:378.015.31:613(043.3)

**ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО
ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ
В ПЕДАГОГИЧЕСКОМ УНИВЕРСИТЕТЕ:
ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА**

**THE FORMATION OF HEALTHY LIFE STYLE CULTURE
OF STUDENTS IN PEDAGOGICAL UNIVERSITY:
EXPERIMENTAL WORK**

В статье представлены содержание и результаты опытно-экспериментальной работы, динамика развития у студентов компонентов сформированности культуры здорового образа жизни и данные, подтверждающие эффективность предложенных методических разработок.

Ключевые слова: опытно-экспериментальная работа, культура здорового образа жизни, студенты, педагогический университет.

The article presents the content and results of experimental work, the dynamics of the development of the components of the culture of a healthy lifestyle among students, and data confirming the effectiveness of the proposed methodological developments.

Key words: experimental work, a healthy lifestyle culture, students, pedagogical university.

В современном высшем образовании особую актуальность приобретает задача формирования культуры здорового образа жизни (ЗОЖ) у студенческой молодежи, поскольку здоровье будущих специалистов как носителей культуры общества представляет собой социальную ценность, пример гражданской позиции в отношении организации здоровьесозидающей жизнедеятельности человека высокоинтеллектуального труда.

Опытно-экспериментальная работа осуществлялась нами в течение 2011–2016 гг. и включала в себя три этапа: констатирующий (2011–2012 гг.), формирующий (2012–2015 гг.) и контрольный (2015–2016 гг.). Содержание каждого этапа педагогического эксперимента соответствовало общей логике проведения исследования. Опытно-экспериментальная работа проводилась на базе Белорусского государственного педагогического университета имени Максима Танка (БГПУ) (факультеты социально-педагогических технологий, эстетического образования, естествознания, физико-математический и исторический), а также на базе Брестского государственного университета имени А. С. Пушкина (БрГУ) (социально-педагогический факультет). Выбор факультетов осуществлялся с учетом разнообразия их направлений.

Целью опытно-экспериментальной работы являлось формирование культуры ЗОЖ у студентов с учетом специфики педагогического вуза и про-

фессии учителя. В ходе опытно-экспериментальной работы решались следующие задачи: оценка современного состояния и «узких мест» в работе педагогического университета по формированию культуры ЗОЖ студентов; выявление уровней сформированности культуры ЗОЖ у обучающихся; разработка и проверка эффективности методического инструментария, научно-методического обеспечения и комплекса педагогических условий, обеспечивающих формирование культуры ЗОЖ студентов в педагогическом университете; итоговая диагностика, определение достигнутого уровня сформированности культуры ЗОЖ и положительной динамики ее развития у студентов.

В целях решения поставленных задач нами был разработан методический инструментарий, адекватный целям и логике нашего исследования. Под методическим инструментарием в научной литературе понимается арсенал методик, диагностических тестов, опросников, применяемых с целью получения исходных данных об исследуемых явлениях для последующего формирования (воспитания, развития) качеств, свойств личности [1; 2; 3]. Применительно к предмету нашего исследования под методическим инструментарием мы понимали совокупность диагностических и формирующих методик, традиционных и инновационных форм, методов, приемов и средств формирования у студентов педагогического университета культуры ЗОЖ.

В исследовании мы опирались на следующие принципы отбора методического инструментария: разнонаправленность методик, их охват всех сторон психической жизни студента: психические процессы, состояния, направленность личности, ценностные ориентации, уровень сформированности искомого качества, особенности межличностного взаимодействия и др.; ориентация методических средств на возраст и будущую профессию, дающая возможность проведения глубокого анализа и грамотной интерпретации, включающая в себя комплекс различных показателей в их динамике, предполагающая регистрацию актуальных состояний, возможность построения прогноза, определения «зоны ближайшего развития»; наличие экспресс-методик для получения оперативной информации.

Наш методический инструментарий включал несколько блоков: 1) диагностический (методики, направленные на исследование уровней сформированности культуры ЗОЖ у студентов и типов поведения в здоровьесберегающей деятельности); 2) информационный (материалы здоровьесберегающей направленности, содержащие разнообразную информацию по ЗОЖ, профилактике вредных привычек, поддержанию физической активности и т. п.); 3) практический (тренинги и упражнения на развитие коммуникативных навыков, формирование умений здоровьесберегающей деятельности, овладение методиками здоровьесбережения).

Для формирования культуры ЗОЖ будущих педагогов мы использовали разнообразный методический инструментарий, который отбирался и апробировался на протяжении эксперимента (табл. 1).

Таблица 1

**Методический инструментарий формирования культуры ЗОЖ студентов
в педагогическом университете**

Блок	Методический инструментарий
Диагностический	Авторская анкета «Знания студентов в области культуры здорового образа жизни» Авторская анкета «Диагностика уровней сформированности культуры здорового образа жизни» Методика «Ценностные ориентации» (М. Рокич) Адаптированная методика «Незаконченные предложения» Авторская анкета «Знания студентов в области культуры здорового образа жизни» Авторская анкета «Диагностика уровней сформированности культуры здорового образа жизни» Адаптированный опросник для оценки качества жизни Р. С. Элиота Анкета «Самооценка состояния здоровья» (В. П. Войтенко) Методика самочувствия, активности и настроения (САН) Адаптированная методика «Колесо жизненного баланса» Пола Дж. Майера
Информационный	Программа учебной дисциплины «Основы социально-педагогической деятельности (Социально-педагогическая валеология)» ЭУМК по учебной дисциплине «Основы социально-педагогической деятельности (Социально-педагогическая валеология)» Рабочая тетрадь по учебной дисциплине «Основы социально-педагогической деятельности (Социально-педагогическая валеология)» Методические рекомендации «Студенческая молодежь за ЗОЖ» Тематика докладов, рефератов, сообщений по проблеме ЗОЖ Комплекс педагогических ситуаций в рамках метода «кейс-стади» Круглые столы по проблеме ЗОЖ Креативные дискуссии по проблеме ЗОЖ
Практический	Педагогический коллаж по проблеме ЗОЖ Беспроигрышная лотерея «Здоровым быть модно» Мастер-класс «Как сохранить репродуктивное здоровье женщины» Тренинг «Здоровье и ЗОЖ студентов как педагогическая ценность» Фотоколлажи «Здоровый город – здоровое общество», «Быть здоровым – это модно!», «Студенты за ЗОЖ!» Валеологический спектакль в форме форум-театра «Что я знаю о СПИДе» Мультимедийные презентации воспитательных мероприятий по культуре ЗОЖ, проводимые валеологическими педагогическими отрядами Мини-проект «Молодежь против ВИЧ: мы выбираем жизнь!» Цикл тренингов в рамках республиканского профилактического проекта «Мой стиль жизни сегодня – мое здоровье и успех завтра!» Валеологическое тьюторство Валеологическое портфолио студента

В качестве основных методов исследования применялись анализ научной литературы, анкетирование, опрос, тестирование, педагогическое наблюдение за студентами в процессе учебной и внеучебной деятельности, интервьюирование студенческой молодежи, преподавателей и медицинских работников УЗ «33-я городская студенческая поликлиника» г. Минска, анализ продуктов деятельности студентов, педагогический эксперимент, методы математической и статистической обработки данных.

В констатирующем эксперименте участвовали 370 студентов 1–5 курсов. Из числа его участников были сформированы экспериментальная (86 человек) и контрольная (81 человек) группы студентов факультета социально-педагогических технологий и исторического факультета БГПУ.

Констатирующий этап эксперимента показал, что большинство студентов (70 %) считают себя здоровыми. При этом они скорее не думают о своем здоровье, чем действительно обладают им. Нами замечены гендерные особенности: более внимательно к собственному здоровью относятся девушки, однако признают себя в качестве здоровых людей преимущественно юноши. Причинами, препятствующими поведению, направленному на поддержание и укрепление здоровья, были названы: недостаток времени, слабая сила воли, отсутствие мотивации и необходимых условий, наличие вредных привычек, нехватка материальных средств. В процессе исследования были выявлены факторы, снижающие эффективность формирования культуры здорового образа жизни студентов в педагогическом университете: пассивная установка на заботу о своем здоровье, пониженная двигательная активность, поведенческая пассивность по отношению к занятиям спортом и физкультурно-оздоровительной деятельности в стенах университета, недостаточное ресурсное (информационное и научно-методическое) обеспечение [4, с. 14–18].

Данные диагностического исследования позволили выделить четыре уровня сформированности культуры здорового образа жизни студентов, обуславливающие различные типы поведения в здоровьесберегающей деятельности: оптимальный (активно-деятельный), допустимый (спонтанно-деятельный), формальный (пассивно-положительный), минимальный (индифферентный). Было зафиксировано преобладание студентов с формальным уровнем сформированности культуры здорового образа жизни (56–57 %).

Из числа участников констатирующего эксперимента были сформированы две группы: экспериментальная (86 студентов факультета социально-педагогических технологий) и контрольная (81 студент исторического факультета). Экспериментальная и контрольная группы до начала эксперимента были эквиваленты относительно изучаемых переменных ($p > 0,1$ по критерию χ^2 Пирсона и U-Манна – Уитни).

На протяжении нескольких лет студенты, которые составили экспериментальную группу, обучались с использованием разработанного нами

методического инструментария и научно-методического обеспечения процесса формирования культуры ЗОЖ, а студенты контрольной группы – на основе традиционной системы обучения. Данный подход позволил получить данные относительно эффективности предложенных методических разработок.

В ходе опытно-экспериментальной работы осуществлялась проверка и апробация алгоритма, эффективности педагогических условий и механизмов их реализации на основе разработанного научно-методического обеспечения, учитывающего специфику педагогической подготовки.

Нами был определен алгоритм формирования культуры ЗОЖ студентов в период обучения в педагогическом вузе, представляющий собой последовательность трех взаимосвязанных этапов (информационно-обучающего, творческо-практического и коррекционно-оценочного), в результате смены которых происходит переход от ситуативных проявлений отдельных признаков культуры ЗОЖ к целостному личностному образованию.

Алгоритм формирования культуры ЗОЖ студентов предполагал три этапа. Первый этап – информационно-обучающий – связан с повышением информированности студентов в области здоровьесбережения, осознанием позитивных и негативных факторов, влияющих на здоровье, развитием ценностных ориентаций и мотивации, лежащей в основе здоровьесберегающего поведения. В этих целях были использованы возможности авторской учебной дисциплины «Основы социально-педагогической деятельности (Социально-педагогическая валеология)». Активизация познавательной деятельности студентов осуществлялась путем применения интерактивных форм образовательной деятельности (мастер-классы, тренинги, креативные дискуссии по проблеме ЗОЖ, деловые игры, технология равного обучения, метод «кейс-стади»). Существенное влияние на развитие ценностных ориентаций и мотивации здоровьесберегающего поведения студентов оказали: разработка фотоколлажей «Здоровый город – здоровое общество», «Быть здоровым – это модно!», «Студенты за здоровый образ жизни!», встречи со специалистами (наркологом, валеологом, психологом), проведение мастер-классов и тренингов («Как сохранить репродуктивное здоровье женщины?», «Здоровье и здоровый образ жизни студентов как педагогическая ценность»), лотереи «Здоровым быть модно!» и др.

Второй этап – творческо-практический – направлен на включение ценностей культуры ЗОЖ в систему жизненных координат личности, их превращение в регулятор поведения студента. Актуализация полученных знаний, умений и навыков предполагала активизацию деятельности студентов по распространению валеологических знаний среди однокурсников, что обеспечивалось за счет их участия в проектах «Молодежь против ВИЧ: мы выбираем жизнь!», «Мой стиль жизни сегодня – мое здоровье и успех завтра!», в представлениях форум-театра, в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях, организованных на факультетах.

Популяризация ЗОЖ и трансляция его идей осуществлялась в процессе прохождения педагогической практики через проведение студентами воспитательных мероприятий здоровьесберегающей тематики в учреждениях образования. Следует отметить особую эффективность организованных нами валеологических педагогических отрядов, представлявших собой добровольные объединения студентов, изъявивших желание подготовить и провести воспитательные мероприятия по здоровьесбережению в учреждениях образования и санаторно-курортных учреждениях для детей и молодежи.

Третий этап – коррекционно-оценочный – предполагал анализ студентами результатов здоровьесберегающей деятельности, оценку собственных достижений, сопоставление достигнутого уровня с поставленными задачами. Развитие способности прогнозировать и оценивать результаты своей деятельности по овладению умениями и навыками ЗОЖ обеспечивалось за счет валеологического портфолио, включавшего материалы, дидактические и методические разработки здоровьесберегающей направленности. Работа студентов с портфолио предполагала не только сбор и накопление материалов по ЗОЖ, но и их осмысление, систематизацию, практическую апробацию в учебной, научно-исследовательской, воспитательной работе, а также в ходе педагогической практики. Наибольшей популярностью у студентов пользовались темы, касающиеся профилактики алкоголизма, табакокурения, наркомании в молодежной среде, проблем рационального питания, готовности к осознанному материнству и др.

Результативность опытно-экспериментальной работы достигалась за счет предложенных методических разработок (программа учебной дисциплины, электронный учебно-методический комплекс, методические рекомендации, рабочая тетрадь и др.), эффективность которых получила подтверждение в ходе итоговой диагностики. На рисунке 1 показана динамика формирования культуры ЗОЖ у студентов экспериментальной и контрольной групп в начале и в конце эксперимента.

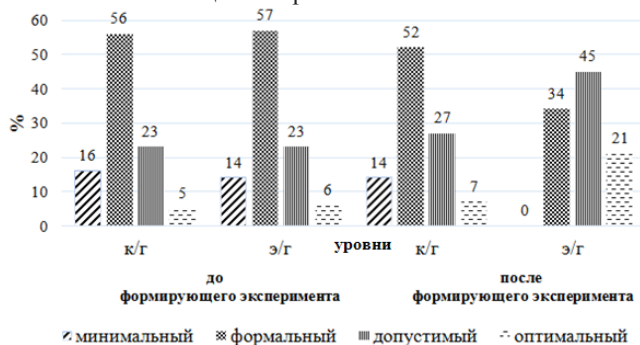


Рис. 1. Динамика формирования культуры здорового образа жизни студентов в ходе опытно-экспериментальной работы

Сопоставление данных позволило зафиксировать повышение показателей по всем компонентам культуры ЗОЖ у студентов экспериментальной группы. У контрольной группы показатели компонентов культуры ЗОЖ имеют слабую динамику. При этом у испытуемых экспериментальной группы выявлены достоверные различия (при $p < 0,01$ по критерию Т-Вилкоксона) в показателях положительных сдвигов по всем компонентам культуры ЗОЖ, тогда как в контрольной группе они отсутствуют ($p > 0,01$).

Сравнение результатов в контрольной и экспериментальной группах позволило выявить различия между ними по общему уровню сформированности культуры ЗОЖ (χ^2 Пирсона = 8,71, $U = 494,00$, при $p < 0,1$), а также по всем компонентам: когнитивно-информационному (χ^2 Пирсона = 4,02, $U = 237,3$ при $p < 0,1$); мотивационно-стимулирующему (χ^2 Пирсона = 7,01, $U = 477,5$ при $p < 0,1$); операционно-деятельностному (χ^2 Пирсона = 6,58, $U = 460,5$ при $p < 0,1$) и рефлексивно-оценочному (χ^2 Пирсона = 6,67, $U = 444,1$ при $p < 0,1$). Таким образом, результаты статистической обработки данных подтверждают достоверность различий переменных в экспериментальной и контрольной группах по итогам проведенного эксперимента.

Полученные экспериментальные данные подтверждают эффективность предложенных разработок и свидетельствуют о положительной динамике формирования культуры ЗОЖ студентов: расширился круг знаний и представлений о здоровье и способах его сохранения (когнитивно-информационный компонент); обозначился устойчивый интерес к здоровьесберегающей деятельности, регулярным занятиям физической культурой и спортом, популяризации идей и ценностей ЗОЖ (мотивационно-стимулирующий компонент); повысились степень владения практическими умениями по планированию и организации мероприятий оздоровительного характера, уровень творческой самореализации в области культуры здоровья (операционно-деятельностный компонент); активизировалась работа по самодиагностике и самооценке своих возможностей, достижений в сохранении и укреплении своего здоровья, самокоррекции и самоконтролю своего образа жизни (рефлексивно-оценочный компонент).

Таким образом, результаты проведенного эксперимента подтвердили обоснованность алгоритма, педагогических условий и механизмов их реализации, обеспечивающих эффективность формирования у студентов педагогического вуза культуры ЗОЖ.

Список использованных источников

1. Митяева, А. М. Здоровьесберегающие педагогические технологии: учеб. пособие / А. М. Митяева. – М.: Академия, 2008. – 187 с.
2. Никифоров, Г. С. Психология здоровья: учеб. пособие / Г. С. Никифоров. – СПб.: Речь, 2002. – 256 с.
3. Практикум по психологии здоровья / под ред. Г. С. Никифорова. – СПб. [и др.]: Питер: Питер принт, 2005. – 350 с.

4. Лойко, О. Л. Формирование культуры здорового образа жизни у студентов педагогического вуза: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01 / О. Л. Лойко; Нац. ин-т образования. – Минск, 2018. – 31 с.

(Дата подачи: 11.02.2019 г.)

Е. С. Майорова

Республиканский институт высшей школы, Минск

О. А. Хаткевич

Министерство образования Республики Беларусь, Минск

E. S. Maïorava

National Institute for Higher Education Minsk

O. A. Hatkevich

Ministry of education of the Republic of Belarus, Minsk

УДК 378.374:331.53:394.91

ПРАКТИКА ТРУДОУСТРОЙСТВА ИНОСТРАННЫХ ОБУЧАЮЩИХСЯ КАК ФАКТОР РАЗВИТИЯ ЭКСПОРТА ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УСЛУГ: ОПЫТ ЗАРУБЕЖНЫХ СТРАН МИРА

EXPERIENCE OF EMPLOYMENT OF FOREIGN STUDENTS AS A FACTOR OF DEVELOPMENT OF EXPORT OF EDUCATIONAL SERVICES: WORLD EXPERIENCE

В статье рассматривается государственная политика зарубежных стран и Республики Беларусь в сфере трудоустройства иностранных студентов и выпускников из числа иностранных граждан, анализируются миграционная политика и трудовое законодательство отдельных стран, призванные повысить привлекательность и конкурентоспособность образования, выделены ограничения на трудоустройство иностранных студентов и наиболее эффективные стратегии привлечения на постоянное местожительство и работу иностранных выпускников в разных странах.

Ключевые слова: иностранные обучающиеся, перспективы трудоустройства, миграционная политика, трудовое законодательство, экспорт образовательных услуг.

Annotation. The article deals with the state policy of foreign countries and the Republic of Belarus in the field of employment of foreign students and graduates, analyzes migration policies and labor laws of different countries, which have to increase the attractiveness and competitiveness of education, defines restrictions on the employment of foreign students and the most effective strategies on the employment of foreign students to attract permanent residence and work of foreign graduates in different countries.

Key words: foreign students, employment prospects, migration policy, labor law, export of educational services.

Международная практика показывает, что экспорт образования обеспечивает приток иностранных высококвалифицированных специалистов в страну и рост экономических связей с другими странами.