

© Н.А. Пронина, Е.В. Романова

DOI: <http://doi.org/10.15350/2409-7616.2022.2.13>

УДК 373.66

**ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ
БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ В ПРОЦЕССЕ ИХ ОБУЧЕНИЯ В ВУЗЕ**

Н.А. Пронина, Е.В. Романова

Пронина Наталья Андреевна,

кандидат педагогических наук, доцент,

доцент кафедры психологии и педагогики,

Тульский государственный педагогический
университет им. Л. Н. Толстого, Тула, Россия.

SPIN-код: 8070-4542 / ORCID iD: 0000-0002-1145-1830

E-mail: natalie4941@rambler.ru

Романова Елена Владимировна,

кандидат психологических наук,

доцент кафедры психологии и педагогики,

Тульский государственный педагогический
университет им. Л. Н. Толстого, Тула, Россия.

SPIN-код: 2744-4201 / ORCID iD: 0000-0002-1145-1830

E-mail: gromanov76@mail.ru

Аннотация. Социально-экономические изменения в нашей стране влекут за собой трансформацию системы высшего профессионального образования. Современный учитель должен быть конкурентноспособным на рынке труда, владеть многими практико-ориентированными навыками и быть компетентным специалистом, мастером своего дела, любящим не только свой предмет и профессию, но и детей. Школа является институтом первичной социализации и оказывает колоссальное влияние на формирование личности ребенка. Мы считаем очень актуальной проблему сбережения физического и психического здоровья с раннего возраста. Предмет исследования – особенности формирования здоровьесберегающей компетентности будущих учителей в процессе их обучения. Цель данного исследования – изучить особенности формирования здоровьесберегающей компетентности будущих учителей, разработать модель формирования здоровьесберегающей компетентности будущего педагога. Задачи исследования: проанализировать степень изученности проблемы формирования здоровьесберегающей компетентности будущих учителей в психолого-педагогической литературе; разработать модель формирования здоровьесберегающей компетентности будущего педагога; описать особенности формирования здоровьесберегающей компетентности будущего педагога на практике (на примере ТПГУ им. Л. Н. Толстого). В работе были использованы следующие методы исследования: анализ психолого-педагогической литературы, моделирование, тестирование, эксперимент. Научная новизна исследования заключается в том, что авторами предлагаются и обосновываются компоненты здоровьесберегающей компетентности и их реализация в процессе усвоения будущими учителями психолого-

педагогических дисциплин. Предложенная в статье модель формирования здоровьесберегающей компетентности будущего учителя может быть применена в области подготовки учителя-предметника в любой образовательной области. Предложенная программа здоровьесберегающей компетентности будущих учителей может быть использована другими педагогическими вузами. Статья может быть интересна учителям, педагогам вуза, воспитателям, педагогам-психологам.

Ключевые слова: *здоровье, здоровый образ жизни, здоровьесберегающая компетентность, будущий учитель, вуз.*

UDC 373.66

FORMATION OF HEALTH-SAVING COMPETENCE OF FUTURE TEACHERS IN THE PROCESS OF THEIR EDUCATION AT THE UNIVERSITY

N.A. Pronina, E.V. Romanova

Natalia A. Pronina,

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor
of the Department of Psychology and Pedagogy
Tula State Pedagogical University named after
L. N. Tolstoy, Tula, Russian Federation.
ORCID iD: 0000-0002-1145-1830
E-mail: natalie4941@rambler.ru

Elena V. Romanova,

Candidate of Psychological Sciences, Associate
Professor of the Department of Psychology and
Pedagogy Tula State Pedagogical University named
after L. N. Tolstoy, Tula, Russian Federation.
ORCID iD: 0000-0002-1145-1830
E-mail: rromanov76@mail.ru

Abstract. *Socio-economic changes in our country entail the transformation of the system of higher professional education. A modern teacher should be competitive in the labor market, possess many practice-oriented skills and be a competent specialist, a master of his craft, loving not only his subject and profession, but also children. The school is an institution of primary socialization and has a tremendous impact on the formation of a child's personality. We consider the problem of saving physical and mental health from an early age to be very urgent. The subject of the study is the peculiarities of the formation of health-saving competence of future teachers in the process of their training. The purpose of this study is to study the features of the formation of health-saving competence of future teachers, to develop a model for the formation of health-saving competence of a future teacher. Research objectives: to analyze the degree of study of the problem of the formation of health-saving competence of future teachers in the psychological and pedagogical literature; to develop a model for the formation of health-saving competence of a future teacher; to describe the*

features of the formation of health-saving competence of a future teacher in practice (using the example of L. N. Tolstoy TPSU). The following research methods were used in the work: analysis of psychological and pedagogical literature, modeling, testing, experiment. The scientific novelty of the study lies in the fact that the authors propose and substantiate the components of health-saving competence and their implementation in the process of assimilation by future teachers of psychological and pedagogical disciplines. The model proposed in the article for the formation of health-saving competence of a future teacher can be applied in the field of training a subject teacher in any educational field. The proposed program of health-saving competence of future teachers can be used by other pedagogical universities. The article may be of interest to teachers, university teachers, educators, educational psychologists.

Keywords: *health, healthy lifestyle, health-saving competence, future teacher, university.*

Введение. Актуальность проблемы здоровья подрастающего поколения является одним из наиболее острых социальных вопросов современной России. Свою роль в комплексном решении этого вопроса призвано сыграть образовательное учреждение как государственный институт по реализации национальных проектов и программ.

В последние десятилетия произошли серьезные изменения в менталитете современного российского общества, которое стало более ответственно относиться к своему здоровью. Государство предпринимает ряд шагов, способствующих укреплению здоровья населения. В рамках реализации федеральной целевой программы «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2021-2025 годы» (Постановление Правительства Российской Федерации от 30.09.2021 №1661, 2021) обустраиваются площадки для занятий популярным среди молодежи направлением спорта стрит воркаут. Площадки для занятий фитнесом на свежем воздухе позволяют укреплять здоровье всем желающим без ограничения в возрасте и уровне достатка. Среди старшего поколения активно пропагандируется скандинавская ходьба. Однако усилий лишь государства для формирования у населения здорового образа жизни недостаточно. Для реализации поставленной задачи, направленной на формирование целостного и устойчивого представления о здоровом образе жизни среди молодежи, должны привлекаться и другие социальные институты.

Актуальность нашего исследования связана с наметившимся в последнее время ухудшением состояния здоровья молодого поколения. Так проводимый ежегодный мониторинг-анкетирование родителей студентов Тульского государственного педагогического университета им. Л. Н. Толстого по проблемам здоровья показывает, что уже при поступлении в вуз хронические заболевания имеют до 80% первокурсников. Ежегодно контингент обучающихся пополняется студентами, проживающими в зонах радиоактивного загрязнения (Чернобыльской АЭС). Особую заботу вызывают проблемы здоровья студентов социально незащищенных категорий (сироты, лица с ограниченными возможностями здоровья), студентов, проживающих в общежитиях. И причин, приводящих и так к неутешительным статистическим показателям состояния здоровья подрастающего поколения, насчитывается большое множество, несмотря на то, что образовательные учреждения ведут регулярную и плодотворную работу, направленную на формирование здорового образа жизни. К данным причинам относятся увеличение учебной нагрузки, следствием которой является перенапряжение учащихся; ношение тяжелых рюкзаков в начальной школе провоцирует развитие сколиоза; всеобщая мода на гаджеты и использование их с раннего детства приводит к ухудшению зрения; регулярные экзамены становятся причиной постоянного стресса; частое посещение заведений фаст-фуда ведет к заболеваниям желудочно-кишечного тракта и ожирению. Таким образом, формирование

здоровьесберегающей компетентности будущих учителей является одной из приоритетных задач современного общества.

Предмет исследования – особенности формирования здоровьесберегающей компетентности будущих учителей в процессе их обучения.

Цель исследования – изучить особенности формирования здоровьесберегающей компетентности будущих учителей, разработать модель формирования здоровьесберегающей компетентности будущего педагога.

Задачи исследования:

- проанализировать степень изученности проблемы формирования здоровьесберегающей компетентности будущих учителей в психолого-педагогической литературе;
- разработать модель формирования здоровьесберегающей компетентности будущего педагога;
- описать особенности формирования здоровьесберегающей компетентности будущего педагога на практике (на примере ТПУ им. Л. Н. Толстого).

В работе были использованы следующие методы исследования: анализ психолого-педагогической литературы, моделирование, тестирование, эксперимент.

Теоретической базой исследования послужили труды таких отечественных и зарубежных педагогов, как Т. П. Бакулова [3], Т. В. Бикеева [4], А. Н. Иванова [9], И.А. Курочкина [11], Г. А. Кручинина [12], А. В. Пеша [15], М. Л. Сазонова [19], Л. Бинейд [21], С. Чей [22], Т. Фулгер [23], С. Сингх [24], С. Фрей [25], которые напрямую занимались проблемой формирования здоровьесберегающей компетентности.

Практическая значимость состоит в том, что предложенная в статье модель формирования здоровьесберегающей компетентности будущих учителей может быть применена в процессе обучения учителя-предметника в любой образовательной области.

Здоровье человека является его главной ценностью. Именно эту мысль подрастающему поколению необходимо внушать с детства. Приобщение к здоровому образу жизни детей и подростков в школе состоит лишь из эпизодической работы, которая включает в себя проведение уроков физической культуры и классных часов, посвященных здоровому образу жизни. Учителя-предметники на своих уроках не занимаются укреплением здоровья учащихся, хотя их задача состоит не только в обучении, но и воспитании человеческой личности. Однако мы считаем проблему здоровья школьников очень актуальной, так как количество факторов, негативно влияющих на здоровье подрастающего поколения, растет год от года.

Проблемы здоровья и его сохранения волновали умы многих ученых: педагогов, физиологов, врачей, психологов. Наиболее полное и точное определение здоровья можно встретить в работе Д.Н. Давиденко, под которым автор понимает следующее: «1) состояние организма, в котором отмечается соответствие структуры и функции органов и систем органов человеческого тела, а также способность регуляторных систем поддерживать гомеостазис (постоянство внутренней среды); 2) процесс сохранения и развития психических, физических и биологических способностей человека, его оптимальной трудоспособности, социальной активности при максимальной продолжительности жизни; 3) способность организма сохранять соответствующую возрасту устойчивость в условиях резких изменений количественных и качественных параметров триединого потока сенсорной, вербальной и структурной информации; 4) состояние организма, определяющее его адаптивные возможности и составляющее потребностно-мотивационную и информационную основу жизнедеятельности организма; 5) не только отсутствие заболевания или функциональных отклонений организма, но и наличие высокого уровня функционирования различных систем, а также гармоничность развития; 6) такое состояние организма, когда функции всех систем уравновешены с внешней средой и отсутствуют

болезненные изменения; 7) существование, допускающее наиболее полноценное участие в различных видах общественной и другой деятельности; 8) нормальное психосоматическое состояние человека, способное реализовать свой потенциал телесных и духовных сил и оптимально удовлетворить систему материальных, духовных и социальных потребностей» [7, с.13-14].

В литературе существуют различные подходы к понятию здоровьесберегающей компетентности. Так, Ю. Г. Абакумова понимает данный термин как интегративное профессионально-личностное качество, обеспечивающее охрану жизни и здоровья, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни субъектов образовательного процесса [1, с.3].

О. Г. Иванова обозначает данный феномен как интегративную профессионально-личностную характеристику, определяющую готовность и способность педагога к реализации здоровьесберегающей деятельности [10, с.6].

И. С. Зимина считает педагога компетентным, если он готов к здоровьесберегающей деятельности и организации здоровьесберегающей образовательной среды [8].

А. В. Тимушкин предписывает педагогу, владеющему здоровьесберегательными технологиями, необходимость обладания знаниями о возможностях сохранения и укрепления здоровья, а также владения методикой проведения и организации занятий, навыков передачи этих знаний учащимся как в ходе специально организованных мероприятий, так и непосредственно в повседневной работе [20].

Таким образом, можно сделать вывод о том, что среди ученых нет единой точки зрения по данному вопросу. В свою очередь, мы под здоровьесберегающей компетентностью будущих учителей будем понимать знания, умения и опыт деятельности, направленные на профилактику и сохранение психологического и физического здоровья подрастающего поколения.

Многие исследователи: С.А. Бурда [5], Е.В. Варавина [6], А.А.Ошкина [14], Т.И. Петрова [16], Н.А. Пронина [17] и др. считают, что беречь здоровье надо начинать уже в дошкольном возрасте. Также очень много внимания педагоги уделяют формированию здорового образа жизни в школе [9], колледже [3] и вузе [2,7,13, 18].

На основании анализа научно-практических исследований отечественных и зарубежных педагогов, психологов нами была разработана и реализована на практике модель формирования здоровьесберегающей компетентности будущего учителя (Рисунок 1), которая включает в себя следующие блоки: целевой (цель, задачи исследования), содержательный (знания о здоровье и здоровом образе жизни во время изучения дисциплины психолого-педагогического цикла), процессуальный (обогащение системы знаний будущих учителей о физическом и психическом здоровье, овладение студентами педагогическими умениями по планированию и реализации здоровьесберегающего подхода на уроке, осознание ценности здоровья и здорового образа жизни и привитие данных ценностей учащимся), теоретико-методологический блок (условия формирования здоровьесберегающей компетентности будущих учителей), результативный блок (оценка уровня сформированности здоровьесберегающей компетентности будущих учителей на основе выделенных компонентов здоровьесберегающей компетентности).

Нами были выделены следующие компоненты в формировании здоровьесберегающей компетентности будущего педагога: 1) информационный, 2) практический, 3) личностный.

Информационный компонент формирования здоровьесберегающей компетентности будущих педагогов включает в себя наличие представлений студентов о здоровом образе жизни и его составляющих; знание способов и приемов укрепления собственного здоровья и здоровья школьников, специфики формирования здорового образа жизни с учетом возрастных и индивидуальных особенностей учащихся; методов, форм и средств осуществления педагогической деятельности по формированию здорового образа жизни у

школьников; факторов, оказывающих позитивное и негативное влияние на здоровье учащихся.

Практический компонент формирования здоровьесберегающей компетентности будущих педагогов включает в себя умение будущего педагога работать с детьми и формировать у них представление о здоровом образе жизни, умение будущего учителя справляться со стрессом, умение вести здоровый образ жизни и быть примером для учащихся.

Личностный компонент формирования здоровьесберегающей компетентности будущих педагогов включает в себя: ценностное отношение к своему здоровью и здоровью учащихся; интерес к новым знаниям в области приобщения детей к здоровому образу жизни; готовность к сотрудничеству и взаимодействию с другими субъектами образовательного процесса; положительный настрой на профессиональную деятельность; умение планировать свое время и деятельность, направленные на укрепление физического и психического здоровья подрастающего поколения.

Методология исследования:

Теоретико-методологической базой исследования послужили труды отечественных и зарубежных ученых в области педагогики и психологии.

Экспериментальной базой исследования выступил Тульский государственный педагогический университет им. Л. Н. Толстого (ТГПУ им. Л.Н. Толстого). В исследовании приняли участие 164 студента 1-5 курсов, обучающихся по направлению подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование» с двумя профилями подготовки «История» и «Право». Опытнo-экспериментальная работа проводилась с 2020 по 2021 год.



Рисунок 1- Модель формирования здоровьесберегающей компетентности будущих учителей

Результаты исследования и их анализ. Для реализации *информационного* компонента модели здоровьесберегающей компетентности будущего педагога в процессе преподавания дисциплин психолого-педагогического цикла студенты получали знания о видах здоровья и способах его сохранения. Особое внимание в процессе освоения дисциплин психолого-педагогического цикла, таких как «Психология», «Педагогика», «Основы специальной педагогики и психологии», курса по выбору «Психологическое здоровье: путь к успеху», было уделено психологическому здоровью. Во время изучения данных дисциплин преподаватели информировали обучающихся о необходимости сохранения психического здоровья, подчеркивали тесную связь психического и физического здоровья.

Кроме того, в стенах ТГПУ им. Л. Н. Толстого осуществляются регулярные встречи студентов с различными специалистами, имеющими непосредственное отношение к проблеме формирования здоровьесберегающей компетентности будущих учителей. Так, например, представители Тульского областного Центра по профилактике и борьбе со СПИДом и инфекционными заболеваниями регулярно осуществляют сотрудничество с ТГПУ им. Л. Н. Толстого и предоставляют исчерпывающую информацию об этих заболеваниях и их профилактике и отвечают на интересующие вопросы студентов.

Кураторы студенческих групп, в рамках «Часа куратора», также проводят систематические профилактические беседы со студентами о вреде различного рода зависимостей: алкогольной, никотиновой и т.д.

В университете уже не первый год функционирует программа «Здоровьем и силой прославим Россию!», которая ставит перед собой различные цели и задачи, направленные на: поддержание здоровья студентов, привитие ценностей здорового образа жизни; рост уровня физического воспитания, поддержку физкультурно-оздоровительной и спортивной работы; расширение системы профилактики, направленной на преодоление вредных привычек. Достижение поставленных задач осуществляется благодаря непрерывной, целенаправленной и согласованной деятельности всех структурных подразделений вуза, органов студенческого самоуправления и общественных организаций. Организационная структура реализации программы включает в себя следующие компоненты: Ученый Совет университета, студенческий совет, общеуниверситетский центр «Здоровье», туристско-краеведческий клуб «Искатель», студенческий спортивный клуб, деканат факультета физической культуры, профкомы студентов и преподавателей, центр социально-психологической помощи студентам «Контакт», профилакторий университета.

Также в вузе возросло число общественно-студенческих организаций, деятельность которых нацелена на воспитание ценностей здорового образа жизни и профилактику асоциального поведения среди студентов.

В рамках лекционных занятий по физической культуре педагоги помогают будущим учителям сформировать прочную систему знаний о состоянии своего физического здоровья. На практических занятиях по физической культуре студенты узнают, как правильно измерять свой пульс, вес и жизненную емкость легких. Студентов распределяют по группам здоровья: основная, подготовительная и специальная, основанием служат заключение врача о состоянии здоровья, оценка функциональных возможностей организма и уровня физической подготовленности обучающихся преподавателем физической культуры. Это позволяет дифференцировать и дозировать физические нагрузки. Регулярный медицинский осмотр позволяет студентам самостоятельно следить за своим физическим здоровьем и предотвратить развитие заболевания.

Практический компонент модели здоровьесберегающей компетентности будущего педагога формировался как в процессе преподавания дисциплин психолого-педагогического

цикла, так и в процессе проведения различных спортивных мероприятий по физической культуре.

Применение активных и инновационных методов обучения на семинарских занятиях: интерактивные, игровые, диалоговые и др. способствовало уходу от репродуктивного пути изложения учебного материала и формированию у студентов ответственной позиции за свое здоровье и здоровье учащихся. Так, в процессе изучения дисциплины «Психология» на втором курсе студентам предлагалось принять участие в решении проблемных ситуаций, связанных с поддержанием здорового образа жизни. Например, «Вы мама подростка, который начал курить и связался с плохой компанией. Ваши действия?». Студентами были предложены различные варианты урегулирования данной проблемной ситуации, далее были подведены итоги и в ходе коллективного обсуждения выявлены наиболее эффективные приемы и способы выхода из подобной ситуации. Перед экзаменационной сессией студенты приняли участие в психологическом тренинге, направленном на снятие накопившегося эмоционального напряжения.

В рамках программы практики по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности («Основы вожатской деятельности»), которая относится к летней производственной практике студентов, осуществляемой как на базе вуза – первая часть практики, реализуемая на практических занятиях, на которых студенты пополняли свои знания в частности и о здоровом образе жизни, – так и в школьных лагерях (вторая часть практики), где будущие учителя истории и права проводили с учащимися различные мероприятия, в том числе направленные на формирование здорового образа жизни: зарядка «В здоровом теле – здоровый дух!», викторина «Здоровое, спортивное лето!», флешмоб «Танцуй вместе с нами!».

Нужно отметить, что спортивные мероприятия носят регулярный характер и постоянно проводятся на базе ТГПУ им. Л. Н. Толстого. В них принимают участие подавляющее число всех студентов университета. В начале года воспитательный отдел утверждает план, в котором важное место отводится именно спортивным занятиям. В течение года университет организует регулярные турниры по различным видам спорта: футбол, плавание, шахматы, стритбол. Ежегодно проводится игра «Тропа выживания для первокурсников», которая позволяет будущим учителям проявить характер и тренировать силу воли.

Личностный компонент здоровьесберегающей компетентности будущего учителя реализуется благодаря формированию ценностного отношения студентов к здоровому образу жизни. Студенты ТГПУ им. Л. Н. Толстого принимают активное участие в ежегодной программе «Неделя здоровья», большое количество студентов привлекается к участию в различных оздоровительных мероприятиях. Уже полюбившаяся всеми студентами «Зарядка со звездой» позволяет проявить себя и провести всем вместе зарядку на свежем воздухе.

Для диагностики информационного компонента нами была разработана анкета «Выявление уровня знания будущих педагогов об особенностях формирования здорового образа жизни школьников», которая позволила проверить уровень знаний о здоровом образе жизни у будущих учителей.

На высоком уровне будущие педагоги демонстрируют наличие глубоких и прочных знаний о здоровом образе жизни, владеют сведениями о способах, формах и методах формирования здорового образа жизни у школьников, могут планировать и организовывать образовательный процесс по формированию здорового образа жизни учащихся с применением различных форм, методов и средств.

На среднем уровне будущие учителя демонстрируют неполное наличие знаний о здоровом образе жизни, частичное владение сведениями о способах, формах и методах формирования здорового образа жизни у школьников, частично могут планировать и

организовывать образовательный процесс по формированию здорового образа жизни учащихся с применением различных форм, методов и средств.

Низкий уровень демонстрируют будущие педагоги, которые имеют частичные запас знаний о процессе формирования здорового образа жизни у учащихся, имеют поверхностные представления о содержании формирования здорового образа жизни у учащихся, самостоятельно не могут планировать и организовывать образовательный процесс по формированию здорового образа жизни учащихся с применением различных форм, методов и средств.

Количественный анализ результатов на констатирующем этапе показывает, что 15% будущих учителей имеют высокий уровень знаний о здоровом образе жизни, 70% - средний, 15% - низкий уровень знаний о формировании здорового образа жизни.

На контрольном этапе были получены следующие результаты (Рисунок 2).

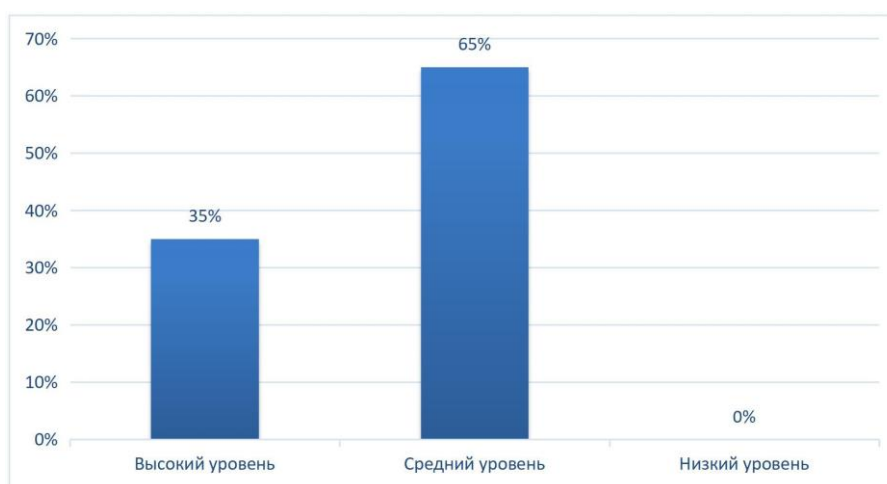


Рисунок 2- Уровень владения знания о процессе формирования здорового образа жизни у школьников на контрольном этапе эксперимента

Для исследования отношения будущих учителей к своему здоровью нами было проведено тестирование с использованием методики «Оценка образа жизни» В. П. Петленко, Д. Н. Давиденко. Количественный анализ результатов анкетирования показал, что 5% ведёт здоровый образ жизни, 5% - недостаточно здоровый образ жизни, большинство будущих педагогов - 80% ведут хаотичный образ жизни, 10% - вредный образ жизни. Данные результаты представлены в диаграмме (Рисунок 3).

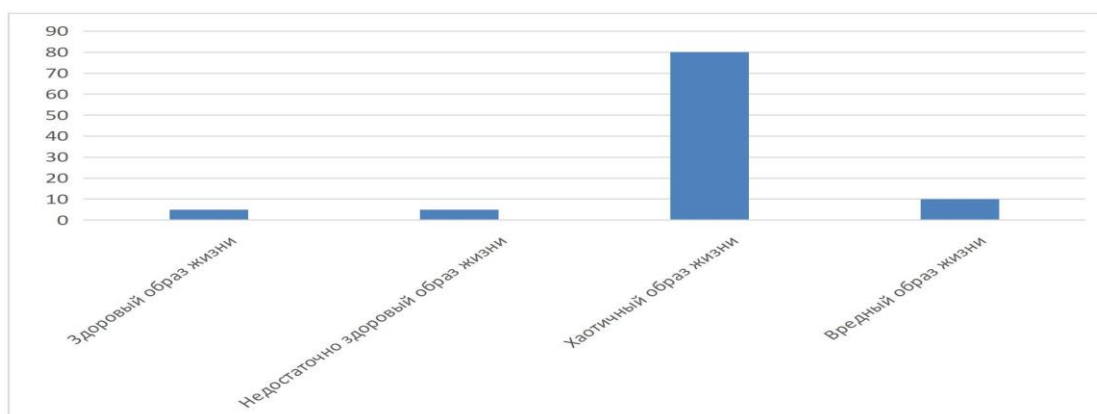


Рисунок 3- Образ жизни будущих педагогов с точки зрения здоровья

(констатирующий этап)

Количественный анализ результатов анкетирования показал, что после проведения формирующего этапа эксперимента полученные результаты изменились: 25% будущих педагогов ведёт здоровый образ жизни, 25%- недостаточно здоровый образ жизни, 50% по-прежнему ведут хаотичный образ жизни. Будущих учителей, ведущих вредный образ жизни, не было выявлено. Данные результаты представлены в диаграмме (Рисунок 4).

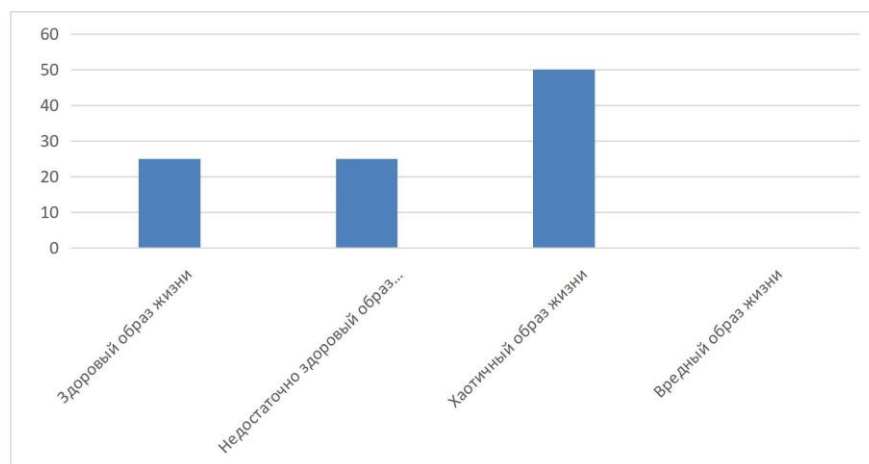


Рисунок 4- Образ жизни будущих учителей с точки зрения здоровья на контрольном этапе эксперимента

Количественный анализ показывает, что представления будущих педагогов о здоровом образе жизни были систематизированы и спроецированы в их жизнь, позволяя наиболее эффективно организовывать как свою будущую профессиональную, так и повседневную жизнь.

Для изучения сформированности личностного компонента мы использовали методику С.С.Бубновой.

Количественный анализ показывает, что среди ценностных ориентаций 20 % будущих учителей отдаёт предпочтение отдыху и здоровью, 15 % - материальному благосостоянию, 10 % - любви (Рисунок 5).

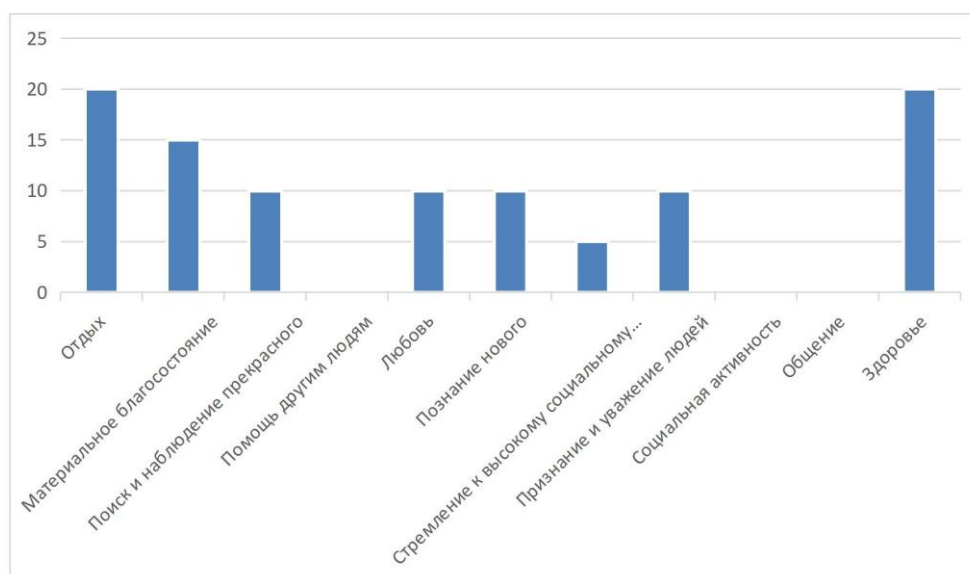


Рисунок 5- Реализация ценностных ориентаций личности будущих педагогов в реальных условиях жизнедеятельности на констатирующем этапе

Таким образом, полученные данные свидетельствуют о том, что будущие учителя в своей реальной жизнедеятельности считают необходимыми ценностями для себя отдых, приятное времяпрепровождение, а также здоровье; также среди ценностных ориентаций они для себя выделяют материальное благополучие, любовь, поиск и наслаждение прекрасным, познание нового в мире, природе, человеке, а также высокий социальный статус и управление людьми. Среди полученных результатов меньшее количество будущих педагогов ориентируется на такую ценность как признание и уважение людей и влияние на окружающих. Среди опрошенных не было выявлено среди реализуемых ценностей: общения, помощи другим людям и социальной активности для достижения позитивных изменений в обществе.

Количественный анализ данных показывает, что среди ценностных ориентаций будущих педагогов произошли изменения, теперь 35 % опрошенных в своей жизни ориентируется на здоровье. В диаграмме представлены степень выраженности каждой из полиструктурных ценностных ориентаций личности среди обследуемых педагогов на контрольном этапе эксперимента (Рисунок 6).

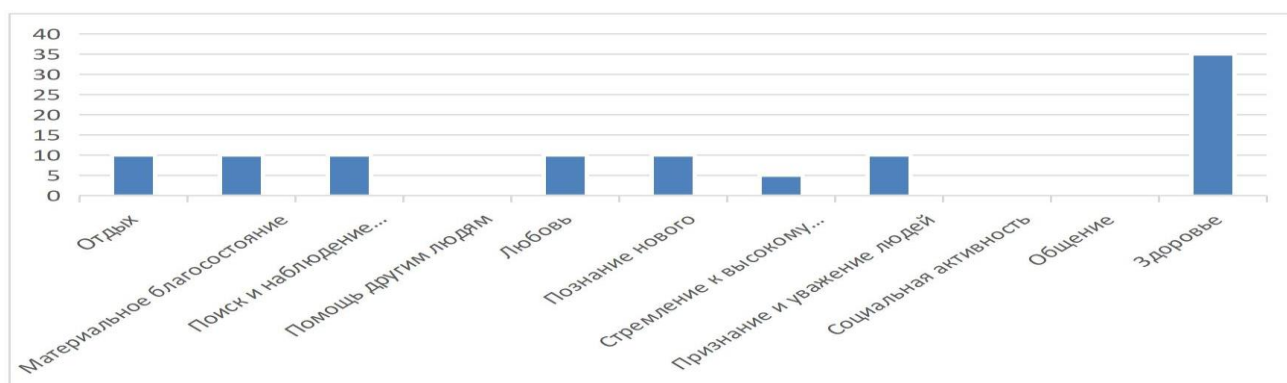


Рисунок 6- Реализация ценностных ориентаций личности педагогов в реальных условиях жизнедеятельности на контрольном этапе

Анализ результатов контрольного эксперимента позволяет заключить, что у ряда будущих учителей актуализировались представление о здоровье как оценности. У остальных опрошенных здоровье стало занимать высшее место в иерархии ценностных ориентаций.

Для исследования сформированности практического компонента здоровьесберегающей компетентности будущих учителей была использована анкета оценки знаний и умений педагога по теме здоровья (автор Г.А.Воронин).

Обратимся к полученным результатам. Высокий уровень показали 10% опрошенных, средний уровень-75 %, низкий-15 % (Рисунок 7).

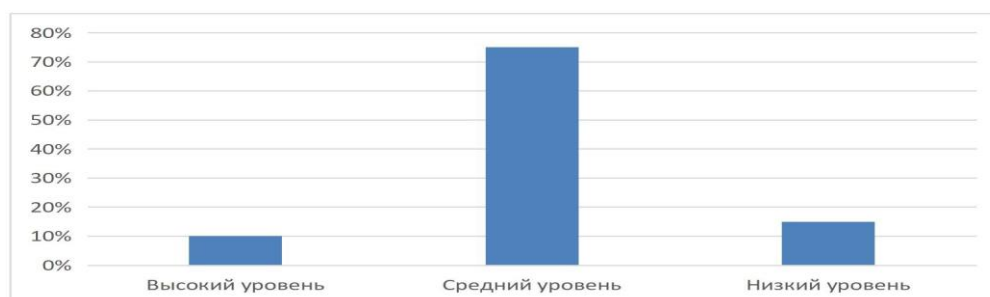


Рисунок 7- Уровень умения будущих учителей планировать работу по формированию здорового образа жизни на констатирующем этапе

На контрольном этапе эксперимента были зафиксированы изменения в умениях будущих педагогов (Рисунок 8).

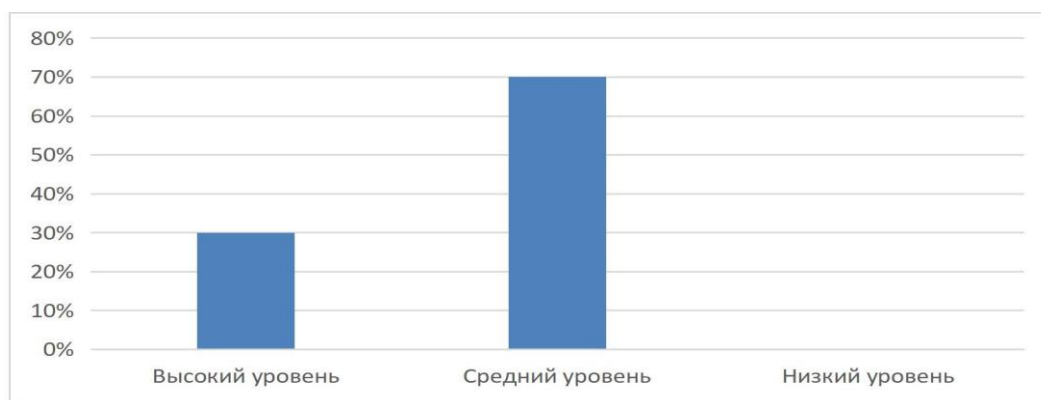


Рисунок 8- Уровень умений будущих педагогов в планировании образовательного процесса на контрольном этапе

В целом контрольный эксперимент позволил сделать вывод о том, что реализованная модель формирования здоровьесберегающей компетентности будущих учителей выполнила свою главную задачу.

Заключение

Здоровый образ жизни трактуется как продукт усилий самого человека. Духовное и физическое здоровье студентов рассматривается как ведущий критерий оценки деятельности каждого структурного подразделения университета.

С целью формирования навыков здорового образа жизни, культуры здоровья в университете осуществляется последовательная, аргументированная, систематическая деятельность, которая ведется на политическом, социальном, экономическом, нравственном, педагогическом и общественном уровнях.

В ТГПУ им. Л. Н. Толстого работа по сохранению здоровья студентов, формированию и развитию навыков здорового образа жизни, профилактике асоциального поведения выделяется как одно из приоритетных направлений деятельности и воспитательной политики и постоянно находится в центре внимания всего педагогического коллектива вуза.

Разработанная модель процесса формирования здоровьесберегающей компетентности будущего учителя позволяет вырабатывать более ответственное отношение не только к своему здоровью, но и здоровью подрастающего поколения. Намеченные технологии здоровьесберегающей компетентности представляют собой перспективу для дальнейших исследований и будут способствовать повышению эффективности реализации педагогической работы по пропаганде и ведению здорового образа жизни учащихся.

Литература:

1. Абакумова Ю.Г. Критерии и уровни сформированности здоровьесберегающей компетентности будущего педагога // Вестник Оренбургского государственного университета. - 2016. - №9 (197). - С.3-6. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=28084314>
2. Антоненко М.Н., Соловьева Р.О. Формирование здорового образа жизни у студентов // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. - 2019. - Т, №1. - С.30-32. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=37146321>

3. Бакулова Т.П. Методика формирования культуры здоровья у студентов колледжа // Научно-методический электронный журнал «Концепт». - 2016. - №9. - С. 53-60. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=25413359>
4. Бикеева Т.В. Здоровьесберегающая компетентность педагога в аспекте требований «Профессионального стандарта педагога» // Молодой ученый. - 2017. - № 5 (139). - С. 468-471. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=28288654>
5. Бурда С.А., Кривунец Н.Н. Формирование здорового образа жизни детей дошкольного возраста // Молодой ученый. - 2018. - № 46.2 (232.2). - С. 17-22. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=36530725>
6. Варавина Е.В. Досуговая деятельность как средство формирования представлений о здоровом образе жизни у детей дошкольного возраста // Образовательный вестник «Сознание». - 2020. - Т.22, №4. - С.10-14. DOI: [10.26787/nydha-2686-6846-2020-22-4-10-14](https://doi.org/10.26787/nydha-2686-6846-2020-22-4-10-14)
7. Давиденко Д.Н., Щедрин Ю.Н., Щеголев В.А. Здоровье и образ жизни студентов / Под. общ. ред. проф. Д.Н. Давиденко: Учебное пособие. - СПб.: СПбГУИТМО, 2005. - 124 с.
8. Зими́на И.С., Кондратенко Е.В. Формирование готовности будущего педагога к организации здоровьесберегающей образовательной среды // Вестник Марийского государственного университета. - 2019. - Т. 13, №3 (35). - С.335-343. DOI: [10.30914/2072-6783-2019-13-3-335-343](https://doi.org/10.30914/2072-6783-2019-13-3-335-343)
9. Иванова А.Н. Формирование здоровьесберегающей компетентности учащихся // Молодой ученый. - 2021. - № 3 (345). - С. 364-367. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=44577310>
10. Иванова О.Г. Актуализация здоровьесберегающего потенциала дошкольного образования: дисс. ...к.п.н. - Кемерово, 2019. 199 с.
11. Курочкина И.А. Здоровьесберегающая компетентность педагогов дошкольных образовательных технологий // Акмеология профессионального образования: материалы 16-й Международной научно-практической конференции. - Екатеринбург: РГППУ, 2020. - С.212-215.
12. Кручинина Г.А., Светкина Е.Г. Использование инновационных форм обучения в формировании здоровьесберегающих компетенций // Вестник Нижегородского университета им. Н.И. Лобачевского. Серия: Социальные науки. - 2016. - № 3 (43). - С. 155-162. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=27672280>
13. Осипов Д.В. Спорт в жизни молодежи // Наука-2020. - 2017. - №2(13). - С.77-80. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=29221299>
14. Ошкина А.А. Динамика готовности воспитателей дошкольных образовательных организаций к формированию основ здорового образа жизни у детей // Карельский научный журнал. - 2019. -Т.8, №4(29). - С.46-50. DOI: [10.26140/knz4-2019-0804-0012](https://doi.org/10.26140/knz4-2019-0804-0012)
15. Пеша А.В., Евплова Е.В. Надпрофессиональные компетенции педагога XXI века // Педагогика и просвещение. - 2020. - № 3. - С. 29 - 46. DOI: [10.7256/2454-0676.2020.3.33247](https://doi.org/10.7256/2454-0676.2020.3.33247)
16. Петрова Т.И., Петров С.С. Формирование здорового образа жизни у дошкольников // Мир науки, культуры, образования. - 2021. - №4(89). - С.156-158.
17. Пронина Н.А. Формирование здорового образа жизни у дошкольников // Дошкольное образование в ракурсе современных методологических подходов и возрастных ценностей детей. Сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. - Чебоксары: Тульский государственный педагогический университет им. Л.Н. Толстого, 2021. - С. 80-82. DOI: [10.31483/a-10261](https://doi.org/10.31483/a-10261)

18. Пронюшкина Т.Г., Уколова О.Н. Формирование здорового образа жизни в условиях образовательного учреждения // *Russian Journal of Education and Psychology*. - 2018. - Т.9, №1. - С.186-199. DOI: <https://doi.org/10.12731/2218-7405-2018-1-186-199>
19. Сазонова М.Л., Попова Г.А. Особенности развития здоровьесберегающей компетентности студентов // *Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация*. 2018. - Т. 3. - № 3. -С. 102-108. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=36367108>
20. Тимушкин А.В., Попов А.В., Талагаева Ю.А. Проблема готовности будущих педагогов к использованию оздоровительных технологий // *Известия Саратовского университета. Серия Философия. Психология. педагогика*. - 2019. - Т.19, №3. - С.339-343.
21. Benade L. Being a teacher in the 21st century. Singapore: Springer, 2017. - P. 25-73. DOI: <https://doi.org/10.1007/978-981-10-3782-5>
22. Chai C.S., Hwee Ling Koh J., Teo Y. H. Enhancing and modeling teachers' design beliefs and efficacy of technological pedagogical content knowledge for 21st century quality learning // *Journal of Educational Computing Research*. - 2019. - Vol. 57(2). - P. 360384. DOI: <https://doi.org/10.1177/0735633117752453>
23. Foulger T.S. Teacher educator technology competencies // *Journal of Technology and Teacher Education*. - 2017. - Vol. 25 (4). - P. 413-448.
24. Singh S., Sharma R., Kaur R. Teacher Competencies for The Integration of ICT in Post Graduate Science Stream Teachers // *Studies in Indian Place Names*. - 2020. - Vol. 40 (60). - P. 2775-2788.
25. Frey C. B., Osborne M. A. The future of employment: How susceptible are jobs to computerisation? // *Technological forecasting and social change*. - 2017. - Vol. 114. - P. 254-280. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.techfore.2016.08.019>

References:

1. Abakumova Yu.G. Criteria and levels of formation of health-saving competence of the future teacher. *Bulletin of Orenburg State University*, 2016, no. 9 (197), pp.3-6. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=28084314>
2. Antonenko M.N., Solovyova R.O. Formation of a healthy lifestyle among students. *Physical culture. Sport. Tourism. Motor recreation*, 2019, vol.4, no.1, pp.30-32. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=37146321>
3. Bakulova T.P. Methodology for the formation of health culture among college students. *Scientific and methodological electronic journal "Concept"*, 2016, no. 9, pp. 53-60. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=25413359>
4. Bikeeva T. V. Health-saving competence of a teacher in the aspect of the requirements of the "Professional standard of a teacher". *Young scientist*, 2017, no. 5 (139), pp. 468-471. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=28288654>
5. Burda S. A., Krivunets N.N. Formation of a healthy lifestyle for preschool children. *A young scientist*, 2018, no. 46.2 (232.2), pp. 17-22. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=36530725>
6. Varavina E.V. Leisure activities as a means of forming ideas about a healthy lifestyle in preschool children. *Educational bulletin "Consciousness"*, 2020, vol. 22, no. 4, pp.10-14. (In Russian). DOI: [10.26787/nydha-2686-6846-2020-22-4-10-14](https://doi.org/10.26787/nydha-2686-6846-2020-22-4-10-14)
7. Davidenko D.N., Shchedrin Yu.N., Shchegolev V.A. *Health and lifestyle of students*. St. Petersburg, SPbGUITMO Publ., 2005, 124 p. (In Russian).
8. Zimina I.S., Kondratenko E.V. Formation of the future teacher's readiness to organize a health-saving educational environment. *Bulletin of the Mari State University*, 2019, vol.13, no.3 (35), pp.335-343. (In Russian). DOI: [10.30914/2072-6783-2019-13-3-335-343](https://doi.org/10.30914/2072-6783-2019-13-3-335-343)
9. Ivanova A. N. Formation of health-saving competence of students. *Young scientist*, 2021, no, 3 (345), pp. 364-367. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=44577310>

10. Ivanova O.G. *Actualization of the health-saving potential of preschool education: dissertation*. Doct. Diss. Kemerovo, 2019. 199 с. (In Russian).
11. Kurochkina I.A. *Health-saving competence of teachers of preschool educational technologies*. Yekaterinburg, RGPPU Publ., 2020, pp.212-215. (In Russian).
12. Kruchinina G.A., Svetkina E.G. The use of innovative forms of education in the formation of health-saving competencies. *Bulletin of the Nizhny Novgorod University named after NI. Lobachevsky. Series: Social Sciences*, 2016, no. 3 (43), pp. 155-162. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=27672280>
13. Osipov D.V. Sport in the life of youth. *Science-2020*, 2017, no.2(13), pp.77-80. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=29221299>
14. Oshkina A.A. Dynamics of readiness of preschool teachers of educational organizations to form the foundations of a healthy lifestyle in children. *Karelian Scientific Journal*, 2019, vol.8, no.4(29), pp.46-50. (In Russian). DOI: [10.26140/knz4-2019-0804-0012](https://doi.org/10.26140/knz4-2019-0804-0012)
15. Pesha A.V., Evplova E.V. Supra-professional competencies of a teacher of the XXI century. *Pedagogy and education*, 2020, no.3. (In Russian). DOI:[10.7256/2454-0676.2020.3.33247](https://doi.org/10.7256/2454-0676.2020.3.33247)
16. Petrova T.I., Petrov S.S. Healthy lifestyle formation in preschoolers. *The world of science, culture, education*, 2021, no.4(89), pp.156-158. (In Russian).
17. Pronina N.A. *Formation of a healthy lifestyle in preschoolers*. Cheboksary, Tula State Pedagogical University named after L.N. Tolstoy Publ., 2021. pp. 80-82. (In Russian). DOI: [10.31483/a-10261](https://doi.org/10.31483/a-10261)
18. Pronyushkina T.G., Ukolova R.N. Formation of a healthy lifestyle in an educational institution. *Russian Journal of Education and Psychology*. 2018, vol.9, no.1, pp.186-199. (In Russian). DOI: <https://doi.org/10.12731/2218-7405-2018-1-186-199>
19. Sazonova M.L., Popova G.A. Features of the development of health-saving competence of students. *Physical culture. Sport. Tourism. Motor recreation*. 2018, vol. 3, no. 3, pp. 102-108. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=36367108>
20. Timushkin A.V., Popov A.V., Talagaeva Yu.A. The problem of readiness of future teachers to use health technologies. *News of Saratov University. Philosophy series. Psychology. pedagogy*. 2019. vol. 19, no. 3. pp.339-343. (In Russian).
21. Benade L. *Being a teacher in the 21st century*. Singapore, Springer Publ., 2017, pp. 25-73. DOI: <https://doi.org/10.1007/978-981-10-3782-5>
22. Chai C.S., Hwee Ling Koh J., & Teo Y.H. Enhancing and modeling teachers' design beliefs and efficacy of technological pedagogical content knowledge for 21st century quality learning. *Journal of Educational Computing Research*, 2019, vol. 57(2), pp. 360384. DOI: <https://doi.org/10.1177/0735633117752453>
23. Foulger T.S. Teacher educator technology competencies. *Journal of Technology and Teacher Education*, 2017, vol. 25 (4), pp. 413-448.
24. Singh S., Sharma R., Kaur R. Teacher Competencies for The Integration of ICT in Post Graduate Science Stream Teachers. *Studies in Indian Place Names*, 2020, vol. 40 (60), pp. 2775-2788.
25. Frey C.B., Osborne M.A. The future of employment: How susceptible are jobs to computerisation? *Technological forecasting and social change*, 2017, vol. 114, pp. 254-280. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.techfore.2016.08.019>

