

УДК 371: 61

ПРОЕКТНО-РАЗВИВАЮЩИЙ ПОДХОД К ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

¹Айдаров В.И., ²Хайбуллина С.З., ³Кириллова В.Э., ⁴Масленникова В.Ш.

¹ГАЗЗ «Республиканская клиническая больница» МЗ РТ, Казань, e-mail: aidarov_vladimir@mail.ru;

²ФГБОУ ВПО КНИТУ «Институт управления инновациями»,
Казань, e-mail: kazan_zemlya3000@mail.ru;

³ФГБОУ ВПО КГАСУ «Институт экономики и предпринимательства в строительстве», Казань;

⁴ФГНУ «Институт педагогики и психологии профессионального образования РАО»,
Казань, e-mail: Maslennikova_Valerya@mail.ru

В статье раскрываются концептуальные идеи проектно-развивающего подхода к воспитательной и социокультурной деятельности по формированию здорового образа жизни студентов в высшем учебном заведении. Проведен теоретический анализ научно-методической литературы по теме исследования. Ведущими идеями проектно-развивающего подхода являются идеи, направленные на создание здоровьесформирующего пространства, направленные на развитие самосознания личности, её ценностного самоопределения, ориентированных на раскрытие личностного потенциала, творческого мышления, реализуемые в процессе совместной деятельности над социальными проектами. Актуальность статьи обусловлена необходимостью реализации новых инновационных подходов к проблеме формирования здорового образа жизни студентов в учреждениях высшего профессионального образования. Авторами сделаны выводы о том, что проектно-развивающая деятельность в области формирования здорового образа жизни студентов высшего учебного заведения должна рассматриваться в двух планах: во-первых, в плане реализации внешних социокультурных условий жизнедеятельности студентов в учреждениях высшего учебного заведения и потребности в здоровье как условия благополучия (физического, психического и социального); во-вторых, в плане реализации внутренних условий, связанных с ответственностью учащихся за существование целостности своего бытия (здоровья).

Ключевые слова: проектно-развивающий подход, физическое, психическое и социальное здоровье личности, здоровый образ жизни.

PROJECT-DEVELOPMENTAL APPROACH TO DEVELOPING A HEALTHY LIFESTYLE OF STUDENTS IN INSTITUTIONS OF HIGHER EDUCATION

¹Aydarov V.I., ²Khaibullina S.Z., ³Kirillova V.E., ⁴Maslennikova V.S.

¹Republican Clinical Hospital, Kazan, e-mail: aidarov_vladimir@mail.ru;

²KSITU «Institute of Innovations Management», Kazan, e-mail: kazan_zemlya3000@mail.ru;

³Institute of Economics and Business in the construction, Kazan;

⁴Institute of Pedagogics and Psychology of Professional Education
of the Russian Academy of Education, Kazan, e-mail: Maslennikova_Valerya@mail.ru

The article describes the conceptual ideas of project-developmental approach to educational and social-cultural activities to promote healthy lifestyles of students in higher educational institutions. The theoretical analysis of scientific and methodical literature on a research subject is carried out by the authors. The main ideas of the project-developmental approach are aimed at creating of health-saving space, aimed at developing of self-consciousness, valuable self-determination of the person, at disclosure of personal potential, creative thinking, implemented in the course of joint activity on social projects. The relevance of article due to the necessity of implementation of new innovative approaches to the problem of healthy lifestyle of students in institutions of higher education. Authors drew conclusions that design-developing activity in the field of formation of a healthy lifestyle of students of a higher educational institution has to be considered in two plans: firstly, in respect of realization of external sociocultural conditions of activity of students in establishments of a higher educational institution and requirement in health as wellbeing conditions (physical, mental and social); secondly, in respect of realization of the internal conditions connected with responsibility of pupils for existence of integrity of the life (health).

Keywords: project-developmental approach, physical, mental and social health of the individual, a healthy lifestyle

Модернизация профессионального образования в быстроразвивающихся социально-экономических условиях предполагает системное реформирование профессиональной подготовки студентов. В этой связи встает насущный вопрос о разработке инновационных подходов и методов, адекватных решению новых образовательно-воспитательных задач для

педагогов системы профессионального образования.

В новом Федеральном законе об образовании дается следующее определение о воспитании, как о профессиональной деятельности: «воспитание – специально организуемая в системе образования деятельность, направленная на развитие личности, создание условий для самоопределения

и социализации обучающегося на основе социокультурных и духовно-нравственных ценностей, принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества, государства» [9].

Поиск решения проектно-развивающего подхода к формированию здорового образа жизни обусловил организацию деятельности педагогов на основе проектной парадигмы – как конструктивной методологии системно-междисциплинарной разработки инновационной деятельности. В качестве методологической основы организации воспитательного процесса в учебном профессиональном заведении именно проектно-развивающий подход, как интегративный в проектной парадигме способствует развитию, становлению будущего специалиста и формированию его социально-профессиональной компетентности. Ведущими идеями проектно-развивающего подхода являются идеи, направленные на развитие самосознания личности, её ценностного самоопределения, ориентированных на развитие личностного потенциала, творческого мышления, здоровья и т.д., реализуемые в процессе совместной деятельности над социальными проектами [1].

Проектно-развивающий подход к воспитательному процессу – это реализация ведущей стратегии воспитания, служащей основой его организации, в котором все участники, являясь его субъектами, совершают целенаправленный процесс развития личности как студента, так и педагога. Важно при этом отметить, что проектно-развивающий подход ориентирован не на социальный заказ в виде нормативной модели личности, а на своеобразный педагогический «самозаказ», на основе которого с учетом государственных и общественных потребностей проектируется вероятностная модель социального и индивидуального поведения человека во всех сферах жизнедеятельности.

Сущность понятия «проектный подход» связана с такими научными понятиями и категориями, как «проект», «проектирование», имеющими разноплановый характер как с точки зрения различных отраслей научного знания, так и с точки зрения разных уровней методологии науки. Термин «проект» в переводе с латинского означает «бросание вперед». Проект – это прототип, идеальный образ предполагаемого или возможного объекта, состояния, в некоторых случаях – план, замысел какого-либо действия [3]. Анализ понятия «проектный подход» к обучению позволяет сделать вы-

вод о том, что в силу его многоаспектности в научной литературе нет единого мнения в его толковании. Большинство мнений исследователей данной проблематики сходятся на том, что проектный подход – это способ достижения дидактической цели через детальную проработку проблемы (технологии), которая должна завершиться реальным практическим результатом.

Теоретический анализ научно-методической литературы показал, что ученые по-разному относятся и к определению значимости проектной деятельности. Одни определяют ее как содержательное, организационно-методическое, материально-техническое и социально-психологическое оформление замысла реализации целостного решения образовательных задач, другие – как деятельность, направленную на разработку и реализацию образовательных проектов, под которыми понимаются оформленные комплексы инновационных идей в образовании, третьи – как многошаговое планирование деятельности. В связи с этим наблюдается и разработка различных вариантов проектного подхода. В перечне проектной парадигмы встречаются такие подходы, как проектно-целевой, проектно-модульный, проектно-технологический, которые являются методологической основой реализации механизмов и средств обучения. Анализ различных подходов ученых к определению проектно-развивающей деятельности дает возможность рассматривать проектно-развивающую деятельность педагога как совокупность действий, заключающихся в достижении сознательно поставленной цели по исследованию и разрешению педагогических ситуаций, направленных на развитие субъектов воспитательного процесса.

Анализируя проблему развития личности в процессе проектно-развивающей деятельности, ряд ученых отмечают, что в процессе проектирования изменяются наиболее значимые элементы личности – самосознание и направленность. Кроме того, проектно-развивающая деятельность оказывает значительное влияние на формирование регулятивных компонентов самосознания: саморегуляции, самоанализа и самоконтроля деятельности, ответственности, прогнозирования [5].

Сущность проектно-развивающего подхода к формированию здорового образа жизни студента в образовательной профессиональной организации состоит в обеспечении возможности и условий для самореализации личности, включения вос-

питательных задач в контекст жизненных проблем сохранения и бережения здоровья, приоритета субъектно-смысловой ответственности, направленных на развитие, становление и формирование личности, её физического, психического и социального здоровья [8].

Рассмотрим понятие здоровый образ жизни. Образ жизни – (лат. *modus vivendi*) устоявшиеся, типичные для конкретно-исторических социально-экономических отношений формы индивидуальной, групповой жизнедеятельности людей, характеризующие особенности их общения, поведения и склада мышления в различных сферах [7]. Основными параметрами образа жизни являются труд (обучение), быт, общественно-политическая и культурная деятельность людей, а также различные поведенческие привычки и проявления. Образ жизни человека – главный фактор, определяющий его здоровье.

Лисицын Ю.П., опираясь на классификации образа жизни Бестужева-Лады И.В. и др., выделяет в образе жизни четыре категории: «... экономическую – «уровень жизни», социологическую – «качество жизни», социально-психологическую – «стиль жизни» и социально-экономическую – «уклад жизни».

По определению академика Чумакова К.Н., здоровый образ жизни – это типичные формы и способы повседневной жизнедеятельности организма, которое укрепляют и совершенствуют резервные возможности организма, обеспечивая тем самым спешное выполнение своих социальных и профессиональных функций. В основе любого образа жизни лежат принципы, т.е. правила поведения, которым следует индивидуум. Различают биологические и социальные принципы [2].

В понятие ЗОЖ входят следующие составляющие: отказ от вредных пристрастий (курение, употребление алкогольных напитков и наркотических веществ); оптимальный двигательный режим; рациональное питание; закаливание; личная гигиена; положительные эмоции.

Многие ученые сходятся во мнении, что здоровый образ жизни необходимо формировать с более раннего возраста и активно сознательно укреплять по мере взросления индивида.

Формирование образа жизни, способствующего укреплению здоровья человека, осуществляется на трёх уровнях: социальном – пропаганда, информационно-просветительская работа; инфраструктурном –

конкретные условия в основных сферах жизнедеятельности (наличие свободного времени, материальных средств), профилактические учреждения, экологический контроль; личностном – система ценностных ориентиров человека, стандартизация бытового уклада.

В психолого-педагогическом направлении здоровый образ жизни рассматривается с точки зрения сознания, психологии, мотивации личности. Имеются и другие точки зрения (например, медико-биологическая), однако резкой грани между ними нет, так как они нацелены на решение одной проблемы – укрепление здоровья индивидуума [4].

Проблема сохранения здоровья, его бережения последние годы является предметом обсуждения врачей, педагогов, психологов, социологов, так как здоровье является ресурсом, социальным капиталом, необходимым человеку для адаптации в новых общественно-экономических условиях. Понятие «здоровье» стало активно рассматриваться в исследованиях по самым разным научным направлениям. Это стало возможным и благодаря тому, что термин оказался «своим» и для житейского, и для научного знания, как в академической, так и в прикладной форме. Более того, появились новые направления: валеология, психология и педагогика здоровья, здоровьесформирующая педагогика, претендующие на статус научных дисциплин. В то же время понятие «здоровье», несмотря на мнимую простоту его обыденного значения, характеризуется сложностью и многозначностью. В этом понятии отражаются фундаментальные аспекты биологического, социального, психического и духовного бытия человека, ибо здоровье не может характеризоваться каким-либо одним признаком или их совокупностью, а является многомерным понятием.

По мнению же большинства исследователей обсуждаемой проблемы, здоровье – это целостное многомерное состояние (включающее позитивные и негативные стороны), развивающееся в процессе реализации генетического потенциала в условиях конкретной социальной и экологической среды и позволяющее человеку в различной степени осуществлять его биологические, психические и социальные функции. На физиологическое состояние человека большое влияние также оказывает его психоэмоциональное состояние: эмоциональное, интеллектуальное, духовное самочувствие.

Определение сущности физического, психического, психологического и социального здоровья в учреждении системы высшего профессионального образования, их критериев и показателей в разные возрастные периоды является одной из исследовательских и практических задач, решению которой поможет проектно-развивающий подход к воспитательному процессу, направленному на развитие личности будущего специалиста.

Под телесным или физическим здоровьем понимается состояние, при котором наблюдается совершенство саморегуляции функций организма, гармония физиологических процессов и максимальная адаптация к различным факторам среды [6]. Проектно-развивающий подход в этом случае будет способствовать формированию телесного здоровья, которое измеряется степенью физической подготовленности, физическим развитием, физической формой, тренированностью, физической активностью.

Душевное или психическое здоровье – это способность человека адекватно реагировать на внешние и внутренние раздражители, умение уравновесить себя с окружающей средой. Психическое здоровье определяется особенностями нейрофизиологической организации психических процессов.

Понятие «психологическое здоровье», рассматривается как динамическая совокупность психических свойств, обеспечивающих внутреннюю гармонию личности, возможность полноценного функционирования человека в процессе жизнедеятельности. Разработка и реализация проектов по психологическому здоровью будут способствовать развитию способности к саморегуляции (внутренней и внешней); возникновению позитивного образа «Я» и «Другого»; владению рефлексией; потребности в саморазвитии.

Понятие «социального здоровья личности» используется очень редко и слабо разработано. В некоторых исследованиях «социальное здоровье» рассматривается только как здоровье общества. В нашей концепции «социальное здоровье личности» определяется как состояние гармонии личностных смыслов человека, взаимоотношений его с другими людьми и деятельности, которая способствует не только самоактуализации личности, но и позитивному развитию других людей, гуманизации социума, общества и культуры в целом. В данном случае проектно-развивающая парадигма направлена

на формирование социально-психологической адаптированности; самоактуализацию; социальную направленность, в основе которой лежат общечеловеческие ценности. Эти критерии выступают основанием для определения показателей социального здоровья разных возрастных групп. В своей совокупности показатели дают исследователю возможность выявить тенденции в развитии личности, предвидеть и предупреждать девиантное и аддиктивное поведение, выявлять психолого-педагогические проблемы в здоровье личности студентов.

Выводы

По нашему мнению, проектно-развивающая деятельность в области формирования здорового образа жизни современного учебного заведения в реализации концепции не только здоровьесберегающего, но и здоровьесформирующего образования и воспитания должна рассматриваться в двух планах:

во-первых, в плане реализации внешних социокультурных условий жизнедеятельности студентов в учреждениях высшего учебного заведения и потребности в здоровье как условия благополучия (физического, психического и социального);

во-вторых, в плане реализации внутренних условий, связанных с ответственностью учащихся за существование целостности своего бытия (самобытия, здоровья).

На реализацию этих условий и должны быть направлены различные проекты, разрабатываемые и реализуемые в процессе проектно-развивающей деятельности в образовательных профессиональных организациях. В этом случае проектно-развивающая деятельность педагогов по формированию здорового образа жизни как совокупность проектно-развивающих действий, будет заключаться в достижении сознательно поставленной цели по исследованию и разрешению психолого-педагогических задач сохранения и сбережения физического, психического и социального здоровья, направленных на развитие студентов. Она может быть возвращена во всех направлениях воспитательного процесса профессиональной деятельности педагога.

Список литературы

1. Бондаревская Р.С. Педагогическое проектирование в контексте инновационной образовательной деятельности // Человек и образование. – 2009. – № 4. – С. 94–96.

2. Возьмитель А.А. Образ жизни: Концепция, сущность, динамика: автореф. дис. ... д-ра социол. наук. – М., 2000. – 24 с.
3. Дюков В.М. Педагог – руководитель проектов: модуль «Системный подход к проектной деятельности педагога» // Успехи современного естествознания. – 2010. – № 9. – С. 57–58.
4. Костюков Н.Н., Семенов И.Н. Междисциплинарное обеспечение модернизации профессионального образования: проектно-рефлексивный и развивающий подходы // Мат-лы Межд. научно-практ. конф., часть I. (г. Пермь, 1–2 июня 2009 г.). – Пермь, 2009. – С. 243–247.
5. Масленникова В.Ш. Формирование социально-ориентированной личности специалиста в процессе профессиональной подготовки // Масленникова В.Ш. – Казань: Изд-во «Печать – Сервис – XXI век», 2010. – 430 с.
6. Неврология: национальное руководство / под ред. Е.И. Гусева, А.Н. Коновалова, В.И. Скворцовой, А.Б. Гехт]. – М.: ГЭОТАР-Медиа. – 2010. – 1040 с.
7. Шухатович В.Р. Здоровый образ жизни // Энциклопедия социологии. – Минск: Книжный Дом, 2003. – С. 79.
8. Фещенко Е.М. Проектный подход и его роль в формировании профессиональной компетентности педагога-психолога // Образование и общество. – 2010. – № 5. – С. 34–42.
9. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
3. Dukov V.M. The teacher the project manager: «System Approach to Design Activity of the Teacher» module // Achievements of modern natural sciences. 2010. no. 9. pp. 57–58.
4. Kostyukov N.N., Semenov I.N. Interdisciplinary ensuring modernization of professional education: design and reflexive and developing approaches // Materials of the International scientific and practical conference, part I (Perm, on June 1–2, 2009). Perm, 2009. pp. 243–247.
5. Maslennikova V.Sh. Formation of the socially oriented identity of the expert in the course of vocational training. Kazan: Publishing house «The press Service XXI century». 2010. 430 p.
6. Neurology: the national management [under the editorship of E.I. Gusev, A.N. Kononov, V.I. Skvortsova, A.B. Gekht]. M.: GEOTAR-media. 2010. 1040 p.
7. Shukhatovich V.R. Healthy lifestyle //sociology Encyclopedia. Book House. 2003. pp. 79.
8. Feshchenko E.M. Design approach and its role in formation of professional competence of the educational psychologist // Education and society. 2010. no. 5. pp. 34–42.
9. The federal law of December 29, 2012 no. 273-FZ «About education in the Russian Federation».

Рецензенты:

Трегубова Т.М., д.п.н., профессор кафедры социальной работы, ЧОУ ВПО «Академия социального образования», г. Казань;

Ибрагимов Я.Х., д.м.н., профессор кафедры травматологии и ортопедии, ГБОУ ДПО «Казанская государственная медицинская академия» Минздравсоцразвития РФ, г. Казань.

Работа поступила в редакцию 02.06.2014.

References

1. Bondarevskaya R.S. Pedagogical design in a context of innovative educational activity // the Person and education. 2009. no. 4. pp. 94–96.
2. Vozmitel A.A. The way of life: Concept, essence, dynamics: Abstract of the thesis of the doctor of sociological sciences. Moscow. 2000. 24 p.