

УДК 371.72

DOI 10.5930/1994-4683-2025-217-222

**Состояние и проблемы формирования здоровьесберегающей среды  
в организации среднего профессионального образования**

**Меликов Дмитрий Александрович**

*Новгородский государственный университет имени Ярослава Мудрого, Великий Новгород*

**Аннотация**

**Цель исследования** – определить уровень знаний о здоровьесбережении у студентов, понимание тем, которые затрагивают здоровье и благополучие образовательной среды.

**Методы исследования:** педагогическое наблюдение, анкетирование, методы математической статистики.

**Результаты исследования и выводы.** В результате проведенного комплекса мероприятий произошло увеличение уровня физической подготовленности студентов, а создание благоприятной атмосферы стимулировало студентов к правильному отношению к своему здоровью.

**Ключевые слова:** здоровьесберегающая среда, здоровье студентов, физическая культура, физическая подготовленность, учебно-воспитательный процесс, здоровый образ жизни.

**The state and issues of creating a health-preserving environment  
in the organization of secondary vocational education**

**Melikov Dmitry Alexandrovich**

*Yaroslav-the-Wise Novgorod State University, Veliky Novgorod*

**Abstract**

**The purpose of the study** is to determine the level of knowledge regarding health preservation among students and their understanding of issues that impact the health and well-being of the educational environment.

**Research methods:** pedagogical observation, surveys, methods of mathematical statistics.

**Research results and conclusions.** As a result of the implemented set of activities, there was an increase in the physical fitness levels of the students, and the creation of a favorable atmosphere encouraged students to adopt a proper attitude towards their health.

**Keywords:** health-preserving environment, student health, physical culture, physical fitness, educational and upbringing process, healthy lifestyle.

**ВВЕДЕНИЕ.** Проблема формирования здоровьесберегающей среды в организации среднего профессионального образования в настоящее время заслуживает пристального внимания как со стороны государства, так и со стороны преподавателей и непосредственно самих студентов [1, 2].

Исходя из Национальной доктрины образования в РФ, можно сделать вывод, что государство должно всесторонне заботиться не только о здоровье и благополучии студентов, а также их моральном облике, но и на постоянной основе заниматься воспитанием бережного отношения не только к собственному здоровью, но и к здоровью окружающих [3].

Студенты, поступающие в колледжи, уже приходят на данный уровень образования с различными отклонениями в состоянии здоровья. За время обучения в школе дети приобретают различные заболевания: начиная от нарушений в состоянии опорно-двигательного аппарата и заканчивая отклонениями в работе нервной системы [4].

Начиная обучение в системе среднего профессионального образования, студенты сталкиваются с различными факторами, негативно влияющими на состояние здоровья студенческой молодежи. Это и высокая интенсивность образовательного процесса, и непривычная форма организации учебно-воспитательного процесса (особенно для студентов первого курса), и т.д. [5].

Таким образом, если не предпринять мер по изменению форм и методов организации образовательного процесса в системе СПО, будет наблюдаться и дальше возрастающее число заболеваний среди студенческой молодежи.

Для создания здоровьесберегающей среды в организации среднего профессионального образования необходимо решить следующие задачи:

1. Определить реальный уровень отношения студентов к своему здоровью и понятиям о здоровьесбережении;
2. Экспериментально проверить влияние предложенных нами мероприятий по формированию здоровьесберегающей среды в организации среднего профессионального образования.

Решая поставленные задачи, следует способствовать формированию у студентов потребности вести здоровый образ жизни, повышать уровень физической подготовленности, стремиться получать новые знания о здоровьесбережении и об окружающей среде.

**ЦЕЛЬ ИССЛЕДОВАНИЯ** – определить уровень знаний о здоровьесбережении у студентов, понимание тем, которые затрагивают здоровье и благополучие образовательной среды.

**МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ.** Методы, используемые для проведения педагогического исследования: педагогическое наблюдение, анкетирование, методы математической статистики.

Экспериментальная работа по выявлению состояния и проблем формирования здоровьесберегающей среды в организации среднего профессионального образования осуществлялась на базе медицинского колледжа Новгородского государственного университета имени Ярослава Мудрого. В исследовании принимали участие студенты 1 курса медицинского колледжа НовГУ направления подготовки 31.02.01 Лечебное дело: экспериментальная группа – 20 человек и контрольная группа – 20 человек, а также 3 преподавателя, работающие на базе МК НовГУ.

Исследование проводилось в течение одного учебного года, с сентября 2023 года по июнь 2024 года.

Диагностика студентов колледжа контрольной и экспериментальной групп по здоровьесбережению включала в себя следующие шаги: опрос студентов о наличии вредных привычек (курение, употребление алкоголя, наркотиков), а также о здоровом образе жизни (занятия физической культурой и спортом, правильное питание, достаточный отдых, отсутствие стрессов и адекватная реакция на стрессовые ситуации).

Оценка уровня физической подготовленности студентов контрольной и экспериментальной групп проводилась с помощью выполнения следующих физических упражнений: бег на 1000 метров, сгибание и разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места толчком двумя ногами.

Диагностика по здоровьесбережению и оценка уровня физической подготовленности студентов колледжа проводилась в контрольной и экспериментальной группах в начале и в конце педагогического эксперимента.

Для воспитания у студентов потребности в ведении здорового образа жизни и увеличения двигательной активности была разработана система спортивно-оздоровительных мероприятий, включающая физкультурно-оздоровительную работу со

студентами и обучение способам самоконтроля при самостоятельных занятиях физической культурой и спортом.

В экспериментальной группе преподаватели внедряли здоровьесберегающие технологии на занятиях, используя личностно-ориентированный подход и учитывая группу здоровья и индивидуальные особенности каждого студента.

В рамках воспитательной работы по формированию ценности здоровья и навыков здорового образа жизни в МК НовГУ проводились занятия и тренинги, направленные на осознание положительного влияния соблюдения правил личной и общественной гигиены, овладение прикладными знаниями и навыками в области охраны и укрепления физического здоровья, профилактику заболеваний органов зрения, слуха, опорно-двигательного аппарата и др., а также на выработку навыков и привычек безопасной жизнедеятельности.

В рамках факультативного курса «Я и мое здоровье» проводились тренинги на темы: «Мы и наши привычки», «Правила личной гигиены», «Здоровое питание», «Режим дня» и т.п.

Кураторы групп проводили беседы на классных часах на темы: «Профилактика гриппа», «Как сохранить зубы здоровыми?», «Сколиоз и его предупреждение», «Наркотики: зависимость и последствия».

Также в течение учебного года студенты экспериментальной группы участвовали в спортивных мероприятиях, проводимых со студентами медицинского колледжа. Мероприятия были посвящены Дню здоровья, зимнему дню здоровья – «Зима для сильных и ловких!», мини-турнирам среди студентов по игровым видам спорта – мини-футбол, волейбол, баскетбол и др., сдаче норм «Готов к Трудю и Обороне», муниципальным соревнованиям среди студентов колледжей Великого Новгорода «Богатыри НовГУ».

В контрольной группе, кроме практических занятий по расписанию в спортивном зале согласно рабочей программе, проводились также и аудиторные (лекционные) занятия согласно рабочей программе специальности. Были проведены три лекции о здоровом образе жизни, в данных лекциях раскрывались подробности правильного и здорового питания, профилактика вирусных заболеваний, основные правила проведения закаливающих процедур. Особое внимание обращалось на особенности самостоятельных занятий физической культурой и спортом, рассматривались отличительные особенности спорта и физической культуры, а также основные правила самоконтроля при самостоятельных занятиях физической культурой и спортом. Кроме того, если уровень физического развития и уровень физической подготовленности позволял студенту участвовать в соревнованиях в каком-либо виде спорта, то для таких студентов предлагалась такая возможность.

Для проведения анкетирования студентов контрольной и экспериментальной групп использовалась анкета для учащихся «Что вы знаете о здоровом образе жизни». Она позволила оценить уровень знаний студентов по вопросам здоровья и их самооценку в этой области.

Данная методика предложена методистами Центра методического обеспечения воспитательной работы УО РИПО Радоман Г.А. и Долбешкиной Н.А. [6]. Анкета включает в себя 10 вопросов:

1. Устраивает ли Вас состояние вашего здоровья?

2. Укрепляете ли Вы свое здоровье?
3. Заботятся ли о Вашем здоровье в медицинском колледже?
4. Получаете ли Вы необходимые знания о здоровьесбережении в медицинском колледже?
5. Созданы ли в медицинском колледже условия для занятия физической активностью?
6. Хотели бы вы получить больше информации о том, как сохранить и укрепить здоровье?
7. Часто ли проводятся в медицинском колледже мероприятия по укреплению и сохранению здоровья?
8. Хотели бы Вы принимать участие в семинарах, лекциях и олимпиадах по теме здоровьесбережения?
9. Хотели бы вы заниматься физической культурой не только на занятиях в медицинском колледже?
10. Хотели бы вы в дальнейшем заниматься улучшением здоровьесберегающей среды в вашем учебном заведении? [6]

При ответе на вопросы студенты выбирали варианты: «да», «нет», «не знаю».

**РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ.** Результаты констатирующего эксперимента позволяют выделить несколько проблем, связанных с реализацией здоровьесберегающих технологий в медицинском колледже НовГУ.

Первая проблема состоит в низком уровне здоровья студентов. По результатам диагностики было выявлено, что физические показатели по результатам диагностики показали, что лишь 67% детей относятся к основной группе здоровья, в то время как 33% относятся к подготовительной группе, характеризующейся различными проблемами, такими как ожирение, нарушение осанки, сколиоз и сутулость. Это свидетельствует о необходимости принятия мер по повышению здоровья детей. Вторая проблема связана с недостаточным уровнем знаний и подготовки педагогов по теме здоровьесбережения.

Для успешной реализации здоровьесберегающих технологий в медицинском колледже требуется компетентный преподавательский состав, способный обеспечить качественное обучение студентов по здоровьесбережению. Оценка уровня знаний, компетентности педагогов является важной задачей, которая может поддерживать высокий уровень профессиональной подготовки педагогов.

Третья проблема заключается в недостаточном количестве проводимых мероприятий по здоровьесбережению для студентов медицинского колледжа. Также важно обеспечить мотивацию студентов по сохранению своего здоровья.

Для решения этих проблем была реализована система организационно-педагогических условий реализации здоровьесберегающих технологий в медицинском колледже.

После анализа данных методики «Что вы знаете о здоровом образе жизни» в контрольной группе на первом этапе нашего исследования выяснили, что: к «высокому уровню» относятся 2 обучающихся, что составляет 10% от общего числа студентов в контрольной группе, к «среднему уровню» относятся 14 обучающихся,

что составляет 70%, к «низкому уровню» относятся 4 обучающихся, что составляет 20% от общего числа студентов в контрольной группе.

Исходя из полученных данных, можно сделать заключение, что уровень знаний обучающихся находится на достаточно невысоком уровне.

После проведения тренинговых занятий и классных часов по темам здорового образа жизни, а также спортивно-массовых мероприятий для студентов экспериментальной группы медицинского колледжа было проведено повторное анкетирование по методике «Что вы знаете о здоровом образе жизни». Результаты повторной диагностики показали, что к «высокому уровню» относятся 8 студентов, что составляет 40% от общего числа студентов в экспериментальной группе. Это количество увеличилось на 30%. Количество студентов, относящихся к «среднему уровню», составило 12 человек, что составляет 60% от общего числа экспериментальной группы, и эта категория выросла на 10%. Количество студентов, относящихся к «низкому уровню», уменьшилось на 40%, то есть студентов с низким уровнем не обнаружено.

Первичная диагностика уровня физической подготовленности в контрольной и экспериментальной группах показала, что данные группы имеют практически одинаковый уровень. Данные представлены в таблицах 1 и 2.

В конце педагогического эксперимента была проведена повторная диагностика уровня физической подготовленности контрольной группы, в результате чего были получены следующие результаты, представленные в таблице 1.

Таблица 1 – Результаты уровня физической подготовленности контрольной группы до и после эксперимента

Вид тестирования	До эксперимента	После эксперимента
Бег 1000 метров	5 мин, 36 с	5 мин, 15 с
Прыжок в длину с места	174 см	179,8 см
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	11,2 раза	12,3 раза

Полученные данные свидетельствуют о том, что физические показатели в результате тестирования физической подготовленности в контрольной группе улучшились за счет естественного роста и естественной двигательной активности.

Таблица 2 – Результаты уровня физической подготовленности экспериментальной группы до и после эксперимента

Вид тестирования	До эксперимента	После эксперимента
Бег 1000 метров	5 мин, 31 с	5 мин, 01 с
Прыжок в длину с места	175,3 см	192,8 см
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	11,7 раза	17,9 раза

По результатам формирующего эксперимента проведена итоговая диагностика уровня физической подготовленности студентов экспериментальной группы, которая показала положительные изменения в развитии физических качеств. Результаты показали значительное улучшение по сравнению с входным тестированием. Полученные данные представлены в таблице 2.

Сравнительный анализ результатов экспериментальной и контрольной групп по уровню физической подготовленности после педагогического эксперимента позволяет утверждать, что в экспериментальной группе произошли более значительные улучшения. Сравнительные данные представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Результаты уровня физической подготовленности экспериментальной и контрольной групп после эксперимента

Вид тестирования	ЭГ	КГ
Бег 1000 метров	5 мин, 15 с	5 мин, 01 с
Прыжок в длину с места	179,8 см	192,8 см
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	12,3 раза	17,9 раза

**ВЫВОДЫ.** В результате педагогического эксперимента отмечено углубление понимания пройденных тем, касающихся здоровья и благополучия образовательной среды. Уровень знаний студентов о здоровьесбережении значительно улучшился. Тренинги, круглые столы и конференции для студентов способствовали улучшению их взаимодействия по вопросам реализации здоровьесберегающих технологий. Комплекс мероприятий, проведенных в формирующем эксперименте, обеспечил не только создание благоприятной атмосферы, но и стимулировал студентов к формированию правильного отношения к своему здоровью.

После проведения эксперимента и прохождения тестов наблюдалось улучшение уровня физической подготовленности студентов и повышение уровня знаний по здоровьесбережению.

Обобщая результаты экспериментальной части исследования, можно констатировать положительную динамику по всем показателям в экспериментальной группе.

#### СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Агаджанян Н. А., Батоцыренова Т. Е., Сушкова Л. Т. Здоровье студентов: стресс, адаптация, спорт. Владимир : Владимирский гос. ун-т, 2004. 136 с. ISBN 5-89368-531-8.
2. Невзоров А. А. Научные подходы к совершенствованию организации профилактической работы среди учащейся молодежи : автореф. дис. ... канд. мед. наук. Москва, 2010. 25 с. EDN: QHAIPID.
3. Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 14 марта 2020 г. № 397 «Об организации образовательной деятельности в организациях, реализующих образовательные программы высшего образования и соответствующие дополнительные профессиональные программы, в условиях предупреждения распространения новой коронавирусной инфекции на территории Российской Федерации» от 16 марта 2020 г. № 635-р. URL: [https://minobnauki.gov.ru/documents/card/7id\\_4M064](https://minobnauki.gov.ru/documents/card/7id_4M064) (дата обращения: 30.03.2025).
4. Шамова Т. И., Давыденко Т. М. Управление образовательным процессом в адаптивной школе. Москва : Центр «Педагогический поиск», 2001. 384 с.
5. Тихомирова Л. Ф. Школа – территория здоровья : монография. Ярославль : Изд-во ЯГПУ, 2011. 144 с. EDN: SFTQRI.
6. Маркова А. Ф. Сформированность здоровьесберегающей компетенции у учащихся 7 «Б» класса МБОУ СОШ № 30 г. Абакан // *Наукофера*. 2021. № 4 (2). С. 69–73. EDN: FIPGGR.

#### REFERENCES

1. Aghajanyan N. A., Batocynova T. E., Sushkova L. T. (2004), "Student health: stress, adaptation, sport", Vladimir, 136 p.
2. Nevzorov A. A. (2010), "Scientific approaches to improving the organization of preventive work among students", abstract of the dissertation. ... Candidate of Medical Sciences, Moscow, 25 p.
3. (2020), "Prikaz Ministerstva nauki i vysshego obrazovaniya Rossijskoj Federacii ot 14 marta 2020 g. № 397 «Ob organizacii obrazovatel'noj deyatel'nosti v organizacijah, realizuyushchih obrazovatel'nye programmy vysshego obrazovaniya i sootvetstvuyushchie dopolnitel'nye professional'nye programmy, v usloviyah preduprezhdeniya rasprostraneniya novoj koronavirusnoj infekcii na territorii Rossijskoj Federacii» ot 16 marta 2020 g. № 635-r", URL: [https://mmobnauki.gov.ru/documents/cardAid\\_4M064](https://mmobnauki.gov.ru/documents/cardAid_4M064).
4. Shamova T. I., Davydenko T. M. (2001), "Management of the educational process in an adaptive school", Moscow, Center "Pedagogical Search", 384 p.
5. Tikhomirova L. F. (2011), "School – the territory of health", monograph, Yaroslavl, 144 p.
6. Markova A. F. (2021), "Formation of health-preserving competence in students of grade 7 "B" of MBOU Secondary School No. 30, Abakan", *Naukosfera*, No. 4 (2), pp. 69–73.

#### Информация об авторе:

**Меликов Д.А.**, ассистент кафедры физической культуры, SPIN-код 6236-0047.

*Поступила в редакцию 23.04.2025.*

*Принята к публикации 16.06.2025.*