

Культура физическая и здоровье. 2023. № 3 (87). С. 91-95.
Physical Culture and Health. 2023, 3 (87), 91-95.

Научная статья
УДК 141.201; 796.011.1
DOI: 1047438-1999-3455_2023_3_91

РОЛЬ SOFT SKILLS В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ЛИЧНОСТИ ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ



Наталья Николаевна Уварова¹, Галина Борисовна Глазкова², Алексей Александрович Дубров³

*Российский экономический университет им. Г. В. Плеханова^{1, 2, 3}
Москва, Россия*

¹ Кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры физического воспитания
тел.: +7(499)237-84-89, e-mail: n.n.uvarova@mail.ru
ORCID 0000-0003-3166-4849

² Кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры физического воспитания
тел.: +7(495)800-12-00 (доб. 11-58), e-mail: glazkova.gb@rea.ru

³ Преподаватель кафедры физического воспитания
тел.: +7 (499) 237-84-89, e-mail: Dubrov.AA@rea.ru
ORCID 009-008-4573-6392

Аннотация. В статье проведен сравнительный анализ soft skills, наиболее востребованных в современном обществе. Дано теоретическое обоснование включения здоровьесберегающих «гибких» навыков в состав общепринятых soft skills. Цель исследования: научно-теоретическое и экспериментальное обоснование дополнительного общеразвивающего проекта «Калейдоскоп» на базе вуза для формирования soft skills у школьников 7–9 классов города Москвы. Методы и организация исследования: проведен анализ и синтез специальной литературы; разработан и реализован на базе Российского экономического университета имени Г.В. Плеханова проект дополнительного образования «Калейдоскоп» в рамках мероприятия «Сопровождение научной и научно-исследовательской деятельности обучающихся», включающий 5 программ по формированию универсальных компетенций у обучающихся («Генерация коммуникации», «Я – лидер», «Как научиться учиться с удовольствием», «Секреты личной эффективности», «Повелитель времени. Секреты тайм-менеджмента»). Сформулированы выводы и рекомендации по дальнейшему формированию «гибких» навыков у современных школьников. По итогам проведения проекта «Калейдоскоп» у обучающихся были сформированы следующие гибкие навыки: навыки коммуникативной и исследовательской деятельности, критического мышления и управления; навыки осознанного здоровьесберегающего отношения к своему здоровью, режиму дня, питанию, учебной деятельности, активному отдыху.

Ключевые слова: школьники, soft skills, проект «Калейдоскоп», здоровьесберегающие «гибкие» навыки, здоровый образ жизни, режим дня, активный отдых.

Для цитирования: Уварова Н. Н., Глазкова Г. Б., Дубров А. А. Роль soft skills в формировании здорового образа жизни и физической культуры личности подрастающего поколения // Культура физическая и здоровье. 2023. № 3. С. 91-95. DOI: 1047438-1999-3455_2023_3_91.

Введение

В условиях современных вызовов (социально-экономические, политические, культурные, образовательные) рынок труда и общество предъявляют новые требования

к подготовке выпускников образовательных организаций и ВУЗов: развитие у будущих специалистов навыков, необходимых для успешной жизнедеятельности в ситуации неопределенности, нестабильности и быстрых

перемен, как в профессиональной, так и в общественной деятельности [4; 6; 7].

По мнению экспертов, в современном обществе наиболее востребованы следующие навыки (компетенции): коммуникативные, активная жизненная позиция, аналитическое мышление, выносливость, умение работать в команде, стремление достигать запланированных целей, навык решения конфликтов, креативность [1].

Выше перечисленные умения и навыки будущего гражданина общества и специалиста профессиональной деятельности принято обозначать как soft skills (набор «надпрофессиональных» навыков или универсальных компетенций), необходимых индивиду для саморазвития и эффективной самореализации [2].

В настоящее время в педагогическом сообществе не существует единой классификации soft skills (гибкие навыки), которые необходимо формировать у обучающихся.

При этом, немногие специалисты отмечают, что эффективность и успешность будущего выпускника зависит не только от формирования у него жестких и гибких навыков, но и от его психофизического здоровья и здорового образа жизни [9].

Проблема исследования: какие гибкие здоровьесберегающие навыки необходимо формировать у современных школьников и студентов для успешной профессиональной, общественной и личной жизнедеятельности.

Цель исследования: научно-теоретическое и экспериментальное обоснование дополнительного общеразвивающего проекта «Калейдоскоп» на базе ВУЗа для формирования soft skills у школьников 7-9 классов города Москвы.

Материалы и методы

В исследовании проведены:

- анализ нормативно-правовой и научно-методической источников;
- разработан проект дополнительного образования «Калейдоскоп» в рамках мероприятия «Сопровождение научной и научно-исследовательской деятельности обучающихся», включающий пять программ по формированию универсальных компетенций у обучающихся;
- реализация на базе РЭУ им. Г.В. Плеханова проекта «Калейдоскоп» (проведение научно-познавательных дополнительных общеразвивающих программ) для обучающихся;
- сформулированы выводы и рекомендации по дальнейшему формированию гибких навыков у современных школьников.

Результаты и их обсуждение

На первом этапе проведен сравнительный анализ специальных источников по теме исследования. Выявлены, наиболее востребованные у экспертов рынка труда и педагогического сообщества, гибкие навыки (универсальные компетенции), которые необходимо формировать у обучающихся:

- критическое мышление, умение взаимодействовать с собой и другими [1];
- коммуникативность, эмоциональный интеллект, управление собственной деятельностью и продуктивное взаимодействие с другими индивидами [2];
- лидерство, принятие решений, ведение переговоров, управление [3];

– социальные, коммуникативные и исследовательские навыки, управление и самоуправление [5].

Стоит отметить, что на Мировом экономическом форуме (Давос, Швейцария, 2016) были обозначены общепринятые soft skills, навыки необходимые индивиду XXI века для эффективной профессиональной и повседневной жизни [2]:

- эмоциональный интеллект и креативность;
- критическое мышление, комплексное решение проблем и принятие решений;
- сотрудничество, «клиентоориентированность» и управление;
- self-management и когнитивная гибкость;
- умение вести переговоры и эффективный поиск работы.

Тем не менее, для успешной профессиональной деятельности в условиях современных вызовов каждому индивиду необходимы навыки (soft skills) здоровье сбережения, укрепления и повышения уровня психофизического здоровья с учетом профессии и личного состояния здоровья [8].

На втором этапе исследования был разработан проект дополнительного образования «Калейдоскоп» в рамках мероприятия «Сопровождение научной и научно-исследовательской деятельности обучающихся», включающий пять научно-познавательных программ по формированию универсальных компетенций у обучающихся:

- «Гений коммуникации». Результаты освоения программы: мотивация самопознания и саморазвития обучающихся, формирование их коммуникативных компетенций в различных ситуациях межличностного взаимодействия; разработка и защита проектов по темам программы.
- «Я-лидер». Результаты освоения программы: выявление и развитие лидерских качеств, стилей лидерства, развитие навыков молодежного лидера, готовности к продуктивной командной работе, разработка и защита проектов по темам программы.
- «Повелитель времени. Секреты тайм-менеджмента». Результаты освоения программы: мотивация саморазвития обучающихся, формирование навыков осознанного управления временем, постановки целей, эффективного распределения своих сил на учебу и отдых; разработка и защита проектов по темам программы.
- «Как научиться учиться с удовольствием». Результаты освоения программы: развитие познавательной мотивации обучающихся, методы тренировки памяти, внимания, критического мышления, формирование навыков осознанной учебной деятельности, разработка и защита проектов по темам программы.
- «Секреты личной эффективности». Результаты освоения программы: мотивация самопознания обучающихся, формирование навыков эффективного поведения в различных ситуациях жизнедеятельности, разработка и защита проектов по темам программы.

Определены цели и задачи каждой программы, сквозные (здоровье сберегающие) soft skills, которые необходимо формировать у школьников в процессе каждой программ по темам: «Коммуникативные навыки – ключ к эмоциональному здоровью», «Время и здоровье человека. Навыки личной здоровьесберегающей эффективности» «Здоровье формирующие технологии в становлении молодежного лидера», «Здоровье сберегающие эмоции в обучении», «Здоровье – основа личной эффективности». Характеристики и признаки здорового образа жизни», «Основы правильного питания», «Полезные и вредные привычки поведения» и т.д.

На третьем этапе исследования, на базе РЭУ имени Г.В. Плеханова, был проведен проект дополнительного образования «Калейдоскоп» в рамках мероприятия «Сопровождение научной и научно-исследовательской деятельности обучающихся» (с 04 марта по 06 мая 2023 года каждую субботу в очном формате).

Всего в мероприятиях проекта «Калейдоскоп» приняли участие 382 школьника из 60 школ города Москвы (11 административных округа) (рис. 1).

Школьники с большим интересом проходили обучение и записывались на 2 и более научно-познавательные (дополнительные общеразвивающие) программы.

Результаты формирования универсальных компетенций проявлялись у школьников в процессе обучения. Школьники из разных школ знакомились, объединялись для посещения программ, разработки и защиты проектов.



Рис. 1 – Количество школ по административным округам г. Москвы

Самыми активными участниками проекта стали обучающиеся следующих образовательных организаций: «Школа № 1501» – 65 человек; «Школа № 843» – 54 человека; «Школа № 709» – 46 учащихся; «Школа № 2001» – 46 человек; «Школа № 851» – 29 школьников; «Школа № 1571» – 16 человек; «Школа № 2094» – 14 человек;

«Школа № 1155» – 10 человек; «Школа № 1944» – 7 человек; «Школа № 64» – 7.

Для анонсирования мероприятий был разработан информационный баннер, новости размещались на официальном портале ФГБОУ ВО «РЭУ им. Г.В. Плеханова». Информация о проведении каждого мероприятия размещалась на странице Проекта (<http://калейдоскопрэу.рф/>).

В рамках проекта «Калейдоскоп» был организован и проведен конкурс «Будущее науки и технологий 2022» для обучающихся образовательных организаций города Москвы в очном формате.

Целью проведения конкурса является развитие у школьников интереса к изучению науки, создание условий для интеллектуального развития обучающихся.

Задачи конкурса:

- повышение уровня исследовательской активности учащихся;
- развитие творческих способностей школьников, повышение уровня знаний и стремления к достижению высоких результатов;
- содействие в становлении исследовательских качеств личности современного школьника, их поддержка и поощрение;

– обмен опытом работы и установление научно-исследовательских контактов между обучающимися и педагогами образовательных учреждений города Москва.

– формирование интереса и потребности к физической активности и здоровому образу жизни, как основных ресурсов успешной продуктивности.

13 мая 2023 года был проведен полуфинал конкурса (конкурсный отбор проектов по результатам научной и научно-исследовательской деятельности обучающихся города Москвы). В полуфинал вышли 93 ученика из 21 московских школы, которые защищали 72 научно-исследовательских проекта. Некоторые ребята были авторами нескольких проектов.

20 мая 2023 года – финал конкурса научно-исследовательских проектов среди школьников города Москвы. В финал Конкурса вышло 24 научно-исследовательских проекта (37 обучающихся) из 15 школ.

Темы проектов затрагивали актуальные вопросы формирования универсальных компетенций (Soft skills), готовности к продуктивной командной работе, воспитания мотивации самопознания и саморазвития, технологий здоровья сбережения, укрепления здоровья, организации активного отдыха.

На мероприятиях (полуфинал и финал) присутствовали родители, учителя и директора школ, друзья участников. Важным результатом проведенной работы можно отметить подготовку совместных научно-исследовательских проектов обучающимися из разных школ.

03 июня на базе РЭУ им. Г.В. Плеханова была проведена рефлексивная встреча детей и родителей по результатам обучения. Участники проекта, родители и специалисты поделились своими впечатлениями по обучению. Выявили совместное желание продолжить данный проект в том же составе и пригласить своих друзей.

Выводы

По итогам проведения проекта дополнительного образования «Калейдоскоп» были сформулированы следующие выводы по формированию у обучающихся следующих гибких навыков:

- формирование навыков коммуникативной, учебно-исследовательской деятельности, критического мышления;
- развитие способности к инновационной, аналитической, творческой, интеллектуальной деятельности;
- формирование навыков проектной деятельности, а также самостоятельного применения приобретённых знаний и способов действий при решении различных задач, используя знания одного или нескольких программ;
- развитие способности постановки цели и формулирования гипотезы исследования, планирования ра-

боты, отбора и интерпретации необходимой информации, структурирования аргументации результатов исследования на основе собранных данных, презентации результатов;

– формирование навыков осознанного здоровьесберегающего отношения к своему здоровью, режиму дня, питанию, учебной деятельности, активному отдыху.

Проведённые в ФГБОУ ВО «РЭУ им. Г.В. Плеханова» научно-познавательные (дополнительные общеразвивающие) программы для обучающихся вызвали значительный интерес, как участников, так и их родителей, учителей и администрации школ. Данный педагогический опыт представляет возможность транслировать проведённые успешные практики формирования универсальных компетенций, в том числе и здоровьесберегающих, в другие субъекты Российской Федерации для повышения универсальной готовности подрастающего поколения к современным жизненным вызовам.

Конфликт интересов

Авторы декларируют отсутствие явных и потенциальных конфликтов интересов, связанных с публикацией настоящей статьи.

Библиографический список

1. Абашкина О. Soft skills: ключ к карьере. URL: <https://www.pro-personal.ru/article/7811-softskills-klyuch-k-karere> (дата обращения: 20.06.2023).
2. Гизатуллина, А. В. Надпрофессиональные навыки учителей: содержание и востребованность / А.В. Гизатуллина, О.В. Шатунова // Высшее образование сегодня, 2019. – № 5. – С. 14-20.
3. Мамаева, С. Предпринимательство как особый вид деятельности [Электронный ресурс]. – URL: <https://studfile.net/preview/1841919/> (Дата обращения: 13.06.2023).
4. Позина, М. Б. Исследование представлений российских школьников о личностных качествах предпринимателя и успешной предпринимательской деятельности / М.Б. Позина, Н.Н. Уварова // Проблемы современного педагогического образования, 2022. – № 75-4. – С. 386-389.
5. Раицкая, Л. К. Soft skills в представлении преподавателей и студентов российских университетов в контексте мирового опыта / Л.К. Раицкая, Е.В. Тихонова // Вестник РУДН. Серия «Психология и педагогика», 2018. – Т.15. – № 3. – С. 350-363.
6. Уварова, Н. Н. Методологические подходы формирования основ искусственного интеллекта обучаемых / Н.Н. Уварова, Н.У. Ярычев, Г.Б. Глазкова // Мир науки, культуры, образования, 2023. – № 2 (99). – С. 318-320.
7. Хачатурьянц, В. Е. Развитие навыков soft skills у школьников на уроках биологии при изучении раздела «Человек и его здоровье» / В.Е. Хачатурьянц, А.В. Теремов // Наука и школа, 2021. – № 4. – С. 149-160.
8. Черенчиков, А. Г. Профессионально-прикладная подготовка в физическом воспитании студентов : материалы Всероссийской научно-практической конференции «Доминанты психолого-педагогического мастерства в сфере физической культуры и спорта» / А.Г. Черенчиков, Г.Б. Глазкова, А.А. Дубров // Казань, 2022. – С. 520-523.
9. Чуланова, О. Л. Формирование soft-skills (мягких компетенций): подходы к интеграции российского и зарубежного опыта, классификация, операционализация / О.Л. Чуланова, А.И. Ивонина // Управление персоналом и интеллектуальными ресурсами в России, 2017. – №1 (28). – С. 53-58.

References

1. Abashkina, O. Soft skills: the key to a career. URL: <https://www.pro-personal.ru/article/7811-softskills-klyuch-k-karere> (date of application: 06/20/2023).
2. Gizatullina, A.V. Overprofessional skills of teachers: content and relevance / A.V. Gizatullina, O.V. Shatunova // Higher education today, 2019. – No. 5. – pp. 14-20.
3. Mamaeva, S. Entrepreneurship as a special type of activity [Electronic resource]. – URL: <https://studfile.net/preview/1841919/> (Accessed: 13.06.2023).
4. Pozina, M. B. The study of the ideas of Russian schoolchildren about the personal qualities of an entrepreneur and successful entrepreneurial activity / M.B. Pozina, N.N. Uvarova // Problems of modern pedagogical education, 2022. – No. 75-4. – pp. 386-389.
5. Raitskaya, L. K. Soft skills in the representation of teachers and students of Russian universities in the context of world experience / L.K. Raitskaya, E.V. Tikhonova // Bulletin of the RUDN. Series "Psychology and Pedagogy", 2018. – Vol.15. – No. 3. – pp. 350-363.
6. Uvarova, N. N. Methodological approaches to the formation of the foundations of artificial intelligence of trainees / N.N. Uvarova, N.U. Yarychev, G.B. Glazkova // World of Science, culture, education, 2023. – № 2 (99). – Pp. 318-320.

7. Khachatryan, V. E. Development soft skills of schoolchildren at biology lessons when studying the section "Man and his health" / V.E. Khachatryan, A.V. Teremov // Science and School, 2021. – No. 4. – pp. 149-160.

8. Cherenshchikov, A. G. Professionally applied training in physical education of students: materials of the All-Russian scientific and practical conference "Dominants of psychological and pedagogical mastery in the field of physical culture and sports" / A.G. Cherenshchikov, G.B. Glazkova, A.A. Dubrov // Kazan, 2022. – pp. 520-523.

9. Chulanova, O. L. Formation of soft-skills (soft competencies): approaches to the integration of Russian and foreign experience, classification, operationalization / O.L. Chulanova, A.I. Ivonina // Personnel and intellectual resources management in Russia, 2017. – №1 (28). – Pp. 53-58.

Поступила в редакцию 31.07.2023

Подписана в печать 28.09.2023

Original article

UDC 796

DOI: 1047438-1999-3455_2023_3_91

THE ROLE OF SOFT SKILLS IN THE FORMATION OF A HEALTHY LIFESTYLE AND PHYSICAL CULTURE OF THE YOUNGER GENERATION

Natalya N. Uvarova ¹, Galina B. Glazkova ², Alexey A. Dubrov ³

*Plekhanov Russian Economic University ^{1, 2, 3}
Moscow, Russia*

¹ PhD of Pedagogy, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Physical Education
ph.: +7(499)237-84-89, e-mail: n.n.uvarova@mail.ru
ORCID 0000-0003-3166-4849

² PhD of Pedagogy, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Physical Education
ph.: +7(495)800-12-00 (ext. 11-58), e-mail: glazkova.gb@rea.ru

³ Teacher of the Department of Physical Education
ph.: +7 (499) 237-84-89, e-mail: Dubrov.AA@rea.ru
ORCID 009-008-4573-6392

Abstract. The article provides a comparative analysis of soft skills, which are most in demand in modern society. The theoretical justification for the inclusion of health-saving flexible skills in the generally accepted soft skills is given. The purpose of the study: scientific, theoretical and experimental substantiation of the additional general development project "Kaleidoscope" on the basis of the university for the formation of soft skills among schoolchildren of grades 7-9 in Moscow. Methods and organization of the research: analysis and synthesis of specialized literature was carried out; developed and implemented on the basis of the Plekhanov Russian University of Economics. Plekhanov's project of additional education "Kaleidoscope" within the framework of the event "Support of scientific and research activities of students", which includes five programs for the formation of universal competencies among students ("Communication Genius", "I am a leader", "How to learn to learn with pleasure", "Secrets of personal effectiveness", "Time Lord. Secrets of time management"). Conclusions and recommendations on further formation of flexible skills in modern schoolchildren are formulated. As a result of the Kaleidoscope project, the following flexible skills were formed among the students: skills of communicative and research activities, critical thinking and management; skills of a conscious health-saving attitude to their health, daily routine, nutrition, educational activities, active recreation.

Keywords: schoolchildren, soft skills, Kaleidoscope project, health-saving flexible skills, healthy lifestyle, daily routine, active recreation.

Cite as: Uvarova, N. N., Glazkova, G. B., Dubrov, A. A. (2023) The role of soft skills in the formation of a healthy lifestyle and physical culture of the younger generation. *Physical Culture and Health*. (3), 91-95. (In Russ., abstract in Eng.). doi: 10.47438/1999-3455_2023_3_91.

Received 31.07.2023

Accepted 28.09.2023