

Культура физическая и здоровье. 2023. № 4 (88). С. 137-142.
Physical Culture and Health. 2023, 4 (88), 137-142.

Научная статья
УДК 613.955
DOI: 10.47438/1999-3455_2023_4_137

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕГО ПОТЕНЦИАЛА СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЁЖИ ПОСРЕДСТВОМ УЧАСТИЯ В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНЧЕСКИХ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ОТРЯДОВ



Наталья Валерьевна Соколова¹, Ярослав Викторович Зубашенко²,
Анастасия Игоревна Соколова³, Ирина Владимировна Столярова⁴

Воронежский государственный педагогический университет^{1, 3, 4}
Воронеж, Россия
Правительство Воронежской области²
Воронеж, Россия

¹ Доктор биологических наук, доцент, проректор по учебной работе, профессор кафедры анатомии и физиологии
тел.: +7(903)651-17-29, e-mail: Ya-ntares@yandex.ru
ORCID 0000-0002-5303-850X

² Кандидат философских наук, заместитель руководителя Управления молодёжной политики
тел.: +7(903)025-40-10, e-mail: y.zubashchenko@gmail.com
ORCID 0009-0000-4294-4745

³ Магистрант
тел.: +7(905)049-15-11, e-mail: aisokolova@inbox.ru
ORCID 0009-0005-5146-7027

⁴ Магистрант
тел.: +7(950)757-98-20, e-mail: irina.safonovairin@yandex.ru
ORCID 0009-0006-6049-5764

Аннотация. Материалы статьи посвящены отдельным вопросам формирования здоровьесберегающего потенциала современной молодёжи посредством участия в деятельности студенческих педагогических отрядов, которые в настоящее время играют существенную роль в обеспечении педагогическими кадрами детских оздоровительных лагерей в летний период.

В исследовании приняло участие 84 студента в возрасте от 18 до 23 лет – обучающиеся вузов г. Воронежа, бойцы студенческих педагогических отрядов. Основной метод – анкетирование, которое проводили без ограничения по времени, анонимно. Анкета состояла из 5 тематических блоков, всего 45 вопросов.

В процессе исследования установлено, что здоровьесбережение является одним из направлений деятельности Воронежского регионального отделения Российских студенческих отрядов. Так, более 80 % опрошенных респондентов дают высокую оценку состоянию своего здоровья, выполняют ряд профилактических мероприятий, направленных на его сохранение, и обладают соответствующими знаниями. Наиболее популярными способами поддержания здорового образа жизни являются утренняя гимнастика и занятия спортом, причём юноши спортом занимаются более активно, чем девушки, которые при этом уделяют больше внимания рациону питания и режиму дня. Несомненно, что бойцы педагогических студенческих отрядов обладают достаточными компетенциями в вопросах формирования здоровьесберегающего пространства, мотивированы на ведение здорового образа жизни, готовы вести активную профилактическую работу среди молодёжи, что необходимо использовать при формировании здоровьесберегающего пространства региона.

Ключевые слова: здоровье, студенческие педагогические отряды, здоровьесберегающий потенциал, здоровый образ жизни, спортивные занятия, общественно-педагогическая деятельность молодёжи, студенты вуза.

Для цитирования: Формирование здоровьесберегающего потенциала современной молодёжи посредством участия в деятельности студенческих педагогических отрядов / Н. В. Соколова, Я. В. Зубащенко, А. И. Соколова [и др.] // Культура физическая и здоровье. 2023. № 4. С. 137-142. DOI: 10.47438/1999-3455_2023_4_137.

Введение

В XXI веке одной из важнейших ценностей социально-экономического развития Российской Федерации является деятельность молодежных объединений, которые представляют не только возможность удовлетворения личностных потребностей молодежи, но и способствуют формированию ценностных ориентаций, социальной позиции молодежи в обществе, и, что несомненно очень важно, формированию здоровьесберегающего потенциала подрастающего поколения россиян.

В соответствии со Стратегией государственной молодежной политики в Российской Федерации до 2025 года для достижения задач молодежной политики реализуются следующие мероприятия: вовлечение молодежи в активную работу студенческих отрядов и молодежных объединений, а также активное развитие моделей молодежных студенческих отрядов и объединений. Одной из эффективных форм общественно-педагогической деятельности молодежи, а также важным фактором не только личностного, но и профессионального развития будущего педагога являются студенческие педагогические отряды [1, 6].

Если мы говорим о необходимости изучения деятельности студенческих педагогических отрядов, как основы формирования здоровьесберегающего потенциала современной молодёжи, то здесь необходимо упомянуть и то, что это может непосредственно повлиять на состояние здоровья детей и отношение последних к собственному здоровью, соблюдению личной гигиены; развитию здоровьесберегающего поведения, культуры здоровья, повышению мотивации к его сохранению, что особенно важно в студенческой среде [5, 10].

Материалы и методы

В исследовании, направленном на выявление уровня здоровьесберегающего потенциала современной молодёжи – бойцов Воронежского регионального отделения Российских студенческих отрядов, приняло участие 84 студента в возрасте от 18 до 23 лет (60 % – девушки, 40 % – юноши), обучающихся в вузах города Воронеж и являющихся членами студенческих педагогических отрядов. Исследование проводилось методом анкетирования с использованием дистанционных технологий по 45 вопросам, разделённым на 5 блоков. Для получения репрезентативных ответов анкетирование проводили в условиях, исключающих возможность обсуждения, без ограничения во времени.

Целью исследования стала оценка возможностей использования потенциала студенческих педагогических отрядов в формировании представлений современных

школьников и студентов о преимуществах ведения здорового образа жизни, занятий физической культурой и спортом.

Статистическую обработку данных проводили с использованием пакета прикладных программ Statistica 13.0. Предварительно оценивали соответствие полученных значений закону нормального распределения вариационного ряда. В связи с тем, что количественные данные имели распределение, не отличавшееся от нормального, применялись методы параметрической статистики.

Исследование не ущемляло права человека, не подвергало опасности респондентов, соответствовало требованиям биомедицинской этики.

Результаты

Современные авторы рассматривают образ жизни как систему наиболее типичных характеристик способа деятельности и тех отношений к себе и обществу, которые возникают в процессе этой деятельности [2, 3, 7, 8, 9].

Взаимосвязь образа жизни и здоровья отражается в понятии «здоровый образ жизни». Академик Ю. П. Лисицын дает следующее определение: «здоровый образ жизни – это способ жизнедеятельности, направленный на сохранение и улучшение здоровья людей, как условия и предпосылки существования и развития других сторон образа жизни» [4]. Это система осознанной деятельности и мотивированного поведения, которые соответствуют биологическим и социальным потребностям растущего организма, способствуют физическому, психическому и социальному благополучию, т.е. оптимальному состоянию здоровья.

Педагогический отряд создает благоприятную среду для формирования представлений о здоровом образе жизни и формировании здоровьесберегающего образовательного пространства через развитие знаний, умений и навыков членов педотряда. От того, насколько осознанную здоровьесберегающую позицию будут занимать бойцы отряда, как они оценивают состояние своего собственного здоровья и образа жизни, настолько определяющим и успешным будет данное направление работы в их деятельности.

В рамках проводимого нами исследования, мы в первую очередь решили выяснить как респонденты оценивают состояние своего здоровья и образ жизни. Анализируя результаты, представленные на диаграмме 1, можно констатировать то, что большинство опрошенных бойцов педагогических отрядов – 88 % оценивают состояние своего здоровья, как «отличное» или «хорошее»; причем более 70 % из них это девушки ($p < 0,05$).

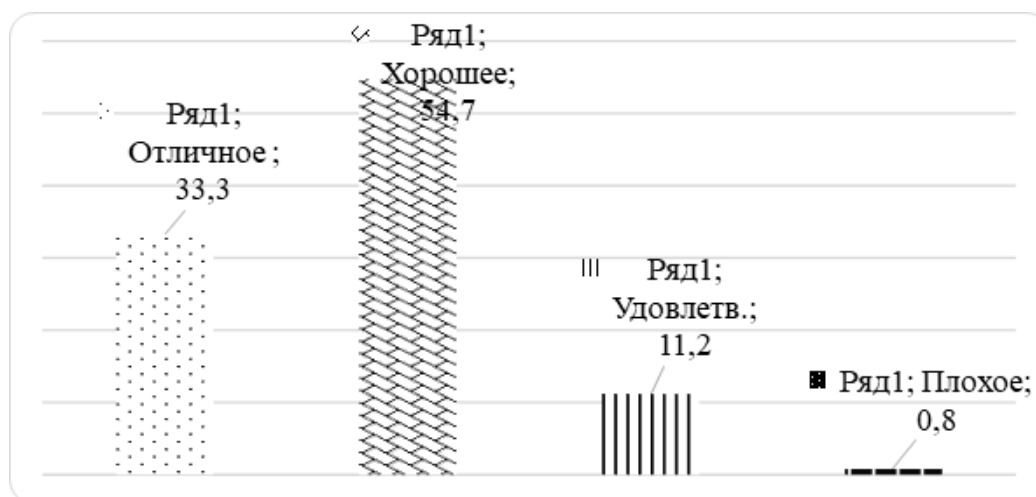


Диаграмма 1 – Анализ ответов респондентов на вопрос «Как Вы оцениваете состояние своего здоровья?» (% положительных ответов)

Большая часть опрошенных нами респондентов склоняется к мнению, что их образ жизни можно оценить, как «слишком подвижный» (13,1 %) или «подвижный» (60,7 %). При этом такую оценку своему образу жизни дают 75,8 % девушек и 24,2 % юношей ($p < 0,05$). Еще 21 человек (25 %) считают, что ведут «обычный» образ жизни, но при этом не считают свою двигательную активность низкой.

Формирование здорового образа жизни и ценностного отношения к здоровью представляет собой многогранный системный процесс, включающий в себя различные компоненты современного общества, начинающийся с младенческого возраста и продолжающийся на протяжении всей жизни. Наиболее активным периодом

формирования серьёзного отношения к своему здоровью и профилактике болезней являются школьные и студенческие годы.

Для того, чтобы оценить, каким именно образом бойцы студенческих педагогических отрядов стараются поддерживать здоровый образ жизни, мы задали им следующие вопросы «Делаете ли Вы утреннюю гимнастику?», «Занимаетесь ли Вы спортом?», «Придерживаетесь ли Вы здорового рациона и режима питания?», «Посещаете ли Вы спортивные секции, спортзалы, бассейны и т.п.?». Результаты, полученные в ходе опроса, представлены на диаграмме 2.

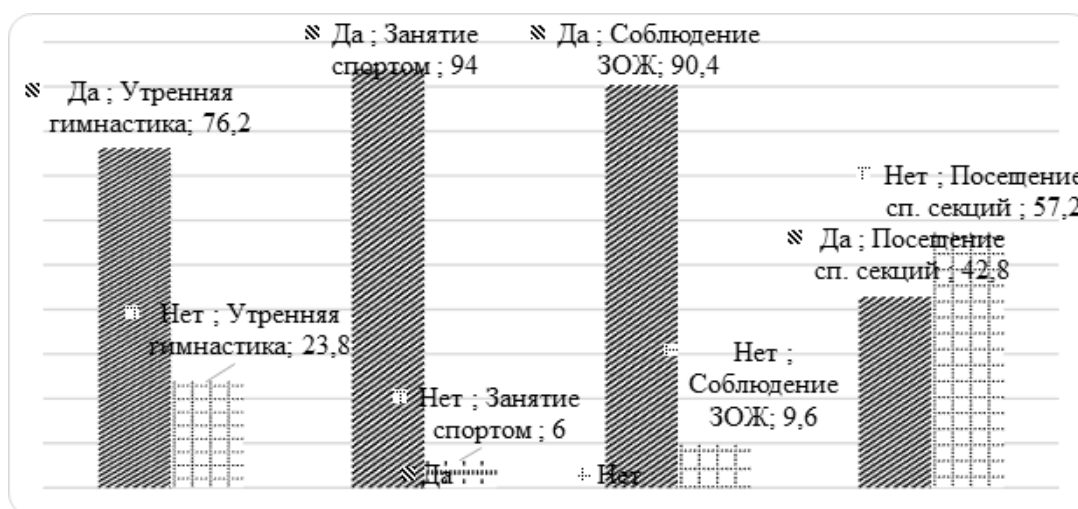


Диаграмма 2 – Способы поддержания бойцами педагогических отрядов здорового образа жизни (% положительных ответов)

Исходя из данных, представленных на диаграмме 2, наиболее популярными способами поддержания здорового образа жизни у опрошенных нами респондентов являются занятия спортом, соблюдение ЗОЖ и утренняя

гимнастика. При этом посещение спортивных секций или тренажерных залов реже используются бойцами студенческих педагогических отрядов для поддержания здорового образа жизни, что, по всей вероятности,

можно объяснить отсутствием свободного времени или нехваткой денежных средств.

Отдельно, на наш взгляд, стоит рассмотреть, как именно статистика ответов на данные вопросы распределилась среди девушек и юношей. Анализируя полученные результаты, мы можем сделать вывод, что процент юношей, выполняющих утренние гимнастические упражнения больше одного раза в неделю, составляет 43 %, в то время как девушек – 37 %; регулярно спортом занимаются 50 % юношей и 40 % девушек. В вопросах здорового питания девушки оказались более внимательными, нежели юноши. 30 % девушек регулярно соблюдают здоровый режим питания и следят за своим рационом, а 63 % из них стараются это делать хотя бы иногда. Однако, в целом, можно сказать, что бойцы студенческих педагогических отрядов (и юноши, и девушки) обладают соответствующими знаниями в вопросах здорового питания и стремятся следовать его основным принципам.

Далее мы поставили перед собой задачу дать анализ того, как студенты – бойцы студенческих педагогических отрядов оценивают необходимость ведения здорового образа жизни. В рамках определения данной позиции были заданы следующие вопросы: «Считаете ли Вы необходимым придерживаться принципов здорового образа жизни?», «Из каких источников Вы получаете информацию о здоровом образе жизни?», «Как Вы считаете, способствует ли здоровый образ жизни успеху в различных сферах жизнедеятельности человека?», «Получаете ли Вы знания о здоровом образе жизни в рамках своей деятельности в студенческих отрядах?». Анализ полученных результатов показал, что 100 % опрошенных респондентов считают необходимым придерживаться принципов здорового образа жизни, при чем 47 % бойцов считает, что здоровый образ жизни – это залог успеха во всех сферах жизнедеятельности. Более половины опрошенных студентов, как мужского, так и женского пола получают информацию о здоровом образе жизни в рамках своей деятельности в студенческих отрядах, что говорит нам о том, что студенческие отряды стремятся популяризовать здоровьесберегающие поведение среди студентов.

Конечной целью нашего опроса было определить, формирует ли деятельность студенческих педагогических отрядов здоровьесберегающее поведение у детей. Для этого в опрос были включены следующие вопросы: «Планируете ли Вы использовать свои знания о здоровом образе жизни в профессиональной деятельности?», «Считаете ли Вы, что вожатый в своей профессиональной деятельности должен формировать у детей и подростков представления о здоровом образе жизни?», «На Ваш взгляд, смогли ли Вы за период смены сформировать у детей мотивацию к ведению здорового образа жизни?».

Полученные в ходе опроса данные позволяют говорить о том, что более 80% опрошенных убеждены, что здоровьесбережение является одним из направлений деятельности студенческого педагогического отряда. 99,6% студентов считают, что вожатый в своей профессиональной деятельности должен формировать у детей и подростков представления о здоровом образе жизни, а 52,8% респондентов также уверены, что смогли во время своей работы в детском оздоровительном лагере в летний период сформировать у школьников мотивацию к ведению здорового образа жизни.

Выводы. Таким образом, подводя итоги нашего исследования, мы можем говорить о значительной роли студенческих педагогических отрядов в процессе воспитания подрастающего поколения, организации детского отдыха, формировании здоровьесберегающего поведения современной молодежи. Полученные результаты позволяют говорить о том, что бойцы педагогических отрядов Воронежского регионального отделения Российских студенческих отрядов мотивированы на ведение здорового образа жизни, активно занимаются спортом и обладают достаточным уровнем знаний, умений и навыков, позволяющим им формировать здоровьесберегающее пространство в процессе работы в детском оздоровительном лагере в должности вожатого.

Конфликт интересов

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

Библиографический список

1. Дмитриева, Е. Ю. Формирование профессионально значимых качеств будущего педагога в условиях студенческого педагогического отряда: автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидат педагогических наук / Дмитриева Елена Юрьевна; – ЮУрГГПУ. – Челябинск, 2007. – 159 с.
2. Есауленко И. Э., Попов В. И., Зуйкова А. А., Петрова Т. Н. Концептуальные основы охраны здоровья и повышения качества жизни учащейся молодежи региона. Воронеж : Научная книга, 2013. – 340 с.
3. Коломин В.В., Кудряшева И.А., Девришов Р.Д., Хорошева И.В., Гололобов М.И., Хабчиев Р.К. и др. Гигиенические аспекты инновационных процессов в современном обществе. Российский вестник гигиены. – 2021. – № 2. – С. 20-24.
4. Лисицын Ю. П. Социальная гигиена и организация здравоохранения. – М. : Медицина, 1992. – 512 с.
5. Никифорова Э. А. История студенческих отрядов: к постановке вопроса // Вестник Томского государственного университета. 2016. – № 406. – С. 127-130.
6. Российская Федерация. Распоряжения. Об утверждении Основ государственной молодежной политики Российской Федерации на период до 2025 года: Распоряжение Правительства РФ № 2403 от 29 ноября 2014 г. // Основные принципы реализации государственной молодежной политики. – 2014. – 14 с.
7. Сухарев, А. Г., Игнатова Л. Ф., Стан В. В. Методика оценки образа жизни школьников. Вопросы школьной и университетской медицины и здоровья. – 2015. – № 3. – С. 13-16.
8. Сухарев, А. Г., Стан В. В., Игнатова Л. Ф. Роль образовательной организации в формировании у учащихся мотивации к здоровью и здоровому образу жизни. Вопросы школьной и университетской медицины и здоровья. – 2016. – № 2. – С. 32-35.
9. Сухарев, А. Г., Игнатова Л. Ф., Стан В. В. Роль школы в формировании здорового образа жизни обучающихся. Вопросы школьной и университетской медицины и здоровья. – 2015. – № 4. – С. 56-57.

10. Шаповалов С. Н. Деятельность студенческих отрядов в современной России / С. Н. Шаповалов // Общество: политика, экономика, право. 2013. – № 2. – С. 11-15.

References

1. Dmitrieva, E. Y. Formirovanie professional'no znachimykh kachestv budushchego pedagoga v usloviyakh studencheskogo pedagogicheskogo otryada: avtoreferat dissertatsii na soiskanie uchenoi stepeni kandidat pedagogicheskikh nauk [Formation of professionally significant qualities of a future teacher in the conditions of a student pedagogical detachment: abstract of a dissertation for the degree of Candidate of Pedagogical Sciences]. Chelyabinsk, 2007. 159 p.
2. Esaulenko I. E., Popov V. I., Zuikova A. A., Petrova T. N. Kontseptual'nye osnovy okhrany zdorov'ya i povysheniya kachestva zhizni uchashcheisya molodezhi regiona [Conceptual foundations of health protection and improving the quality of life of students in the region]. Voronezh, Nauchnaya kniga publ., 2013. 340 p.
3. Kolomin V.V., Kudryasheva I.A., Devrishov R.D., Khorosheva I.V., Gololobov M.I., Khabchiev R.K., etc. Gigenicheskie aspekty innovatsionnykh protsessov v sovremennom obshchestve [Hygienic aspects of innovation processes in modern society]. Russian Bulletin of Hygiene. 2021. No. 2, pp. 20-24.
4. Lisitsyn Yu. P. Sotsial'naya gigiena i organizatsiya zdravookhraneniya [Social hygiene and health organization]. Moscow, Medicina publ., 1992. 512 p.
5. Nikiforova E. A. Istoriya studencheskikh otryadov: k postanovke voprosa [The history of student groups: to raise the question]. Bulletin of Tomsk State University. 2016. No. 406, pp. 127-130.
6. Rossiiskaya Federatsiya. Rasporyazheniya. Ob utverzhdenii Osnov gosudarstvennoi molodezhnoi politiki Rossiiskoi Federatsii na period do 2025 goda: Rasporyazhenie Pravitel'stva RF № 2403 ot 29 noyabrya 2014 g. [The Russian Federation. Orders. On the approval of the Fundamentals of the State Youth Policy of the Russian Federation for the period up to 2025: Decree of the Government of the Russian Federation No. 2403 of November 29, 2014]. Basic principles of the implementation of the state youth policy. 2014. 14 p.
7. Sukharev, A. G., Ignatova L. F., Stan V. V. Metodika otsenki obraza zhizni shkol'nikov [Methods of assessing the lifestyle of schoolchildren]. Questions of school and university medicine and health. 2015. No. 3. pp. 13-16.
8. Sukharev, A. G., Stan V. V., Ignatova L. F. Rol' obrazovatel'noi organizatsii v formirovanii u uchashchikhsya motivatsii k zdorov'yu i zdorovomu obrazu zhizni [The role of an educational organization in the formation of students' motivation for health and a healthy lifestyle]. Questions of school and university medicine and health. 2016. No. 2, pp. 32-35.
9. Sukharev, A. G., Ignatova L. F., Stan V. V. Rol' shkoly v formirovanii zdorovogo obraza zhizni obuchayushchikhsya [The role of school in the formation of a healthy lifestyle of students]. Questions of school and university medicine and health. 2015. No. 4, pp. 56-57.
10. Shapovalov S. N. Deyatel'nost' studencheskikh otryadov v sovremennoi Rossii [Activity of student groups in modern Russia]. Society: politics, economics, law. 2013. No. 2, pp. 11-15.

Поступила в редакцию 06.11.2023

Подписана в печать 28.12.2023

Original article
UDC 613.955
DOI: 10.47438/1999-3455_2023_4_137

FORMATION OF THE HEALTH-SAVING POTENTIAL OF MODERN YOUTH THROUGH PARTICIPATION IN THE ACTIVITIES OF STUDENT TEACHING TEAMS

Natalya V. Sokolova ¹, Yaroslav V. Zubaschenko ², Anastasia I. Sokolova ³,
Irina V. Stolyarova ⁴

*Voronezh State Pedagogical University ^{1, 3, 4}
Voronezh, Russia
Government of the Voronezh region ²
Voronezh, Russia*

¹ *Grand PhD of Biology, Associate Professor, Vice-Rector for Academic Affairs,
Professor of the Department of Anatomy and Physiology
ph.: +7(903)651-17-29, e-mail: Ya-ntares@yandex.ru
ORCID 0000-0002-5303-850X*

² *PhD of Philosophy, Deputy Head of the Youth Policy Department
ph.: +7(903)025-40-10, e-mail: y.zubashchenko@gmail.com
ORCID 0009-0000-4294-4745*

³ *Master's student
ph.: +7(905)049-15-11, e-mail: aisokolova@inbox.ru
ORCID 0009-0005-5146-7027*

⁴ *Master's student
ph.: +7(950)757-98-20, irina.safonovairin@yandex.ru
ORCID 0009-0006-6049-5764*

Abstract. The materials of the article are devoted to certain issues of the formation of the health-saving potential of modern youth through participation in the activities of student teaching teams, which currently play a significant role in providing pedagogical personnel for children's health camps in the summer.

The study involved 84 students aged 18 to 23 years – students of Voronezh universities, fighters of student teaching teams. The main method is a questionnaire, which was conducted without a time limit, anonymously. The questionnaire consisted of 5 thematic blocks, a total of 45 questions.

In the course of the study, it was established that health care is one of the activities of the Voronezh regional branch of Russian Student detachments. Thus, more than 80% of respondents give a high assessment of their state of health, perform a number of preventive measures aimed at its preservation and have relevant knowledge. The most popular ways to maintain a healthy lifestyle are morning gymnastics and sports, and young men are more active in sports than girls, who at the same time pay more attention to their diet and daily routine. There is no doubt that the fighters of pedagogical student groups have sufficient competencies in the formation of a health-saving space, are motivated to lead a healthy lifestyle, are ready to conduct active preventive work among young people, which should be used in the formation of a health-saving space in the region.

Keywords: health, student teaching teams, health-saving potential, healthy lifestyle, sports, social and pedagogical activities of youth, university students.

Cite as: Sokolova, N. V., Zubaschenko, Ya. V., Sokolova, A. I., Stolyarova, I. V. (2023) Formation of the health-saving potential of modern youth through participation in the activities of student teaching teams. *Physical Culture and Health*. (4), 137-142. (In Russ., abstract in Eng.). doi: 10.47438/1999-3455_2023_4_137.

Received 06.11.2023

Accepted 28.12.2023