

Тьюторское сопровождение сохранения и укрепления здоровья обучающихся

Тюмасева З. И., Орехова И. Л., Артёмов Б. А.

*Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет
454080, г. Челябинск, пр-т. Ленина, д. 69, Российская Федерация*

Аннотация

Цель. Выявить, обосновать и апробировать педагогические условия тьюторского сопровождения сохранения и укрепления здоровья обучающихся.

Методы исследования. Системный анализ теоретических и прикладных исследований в области здоровьесбережения, педагогики и тьюторства, сравнение и аналогия, документарная экспертиза, обобщение, синтез.

Результаты. Определены методологические подходы к решению проблемы исследования: *системный, аксиологический, лично-ориентированный*. Обоснованы этапы педагогического эксперимента тьюторского сопровождения сохранения и укрепления здоровья обучающихся. Выявлен комплекс медико-биологических дисциплин, направленных на формирование компетенций по охране здоровья и здоровому образу жизни.

Теоретическая и/или практическая значимость. Научная новизна работы состоит в том, что в ней выявлены и эмпирически верифицированы педагогические условия, способствующие успешному тьюторскому сопровождению сохранения и укрепления здоровья обучающихся, которые включают: создание открытой образовательной среды (в социальном, культурно-предметном, антропологическом аспектах); практико-ориентированная деятельность студента; организация совместной деятельности тьютора (преподавателя) и психолога, обеспечивающей системность, последовательность в тьюторском сопровождении. Теоретическая значимость исследования заключается в том, что дана характеристика этапов тьюторского сопровождения тьюторантов по сохранению и укреплению их здоровья: *диагностико-мотивационный, проектировочный, реализационный и аналитический*, показана совместная деятельность студента, тьютора и психолога. Практическая значимость исследования состоит в том, что разработан комплексный критериально-диагностический инструментальный по формированию потребности быть здоровым, включающий следующие критерии: *когнитивный, ценностно-эмоциональный и поведенческий*; показатели, уровни и методики диагностики. Материалы исследования могут быть использованы педагогами общеобразовательных организаций при планировании оздоровительной деятельности с обучающимися.

Выводы. Авторы делают вывод, что тьюторское сопровождение сохранения и укрепления здоровья обучающихся при реализации профессиональной подготовки в условиях педагогического вуза способствует формированию потребности быть здоровым, готовности к оздоровительной работе с субъектами образовательного процесса.

Ключевые слова: тьютор, тьюторское сопровождение, сохранение, укрепление, здоровье, оздоровительная деятельность, обучающиеся, здоровый образ жизни.

TUTOR SUPPORT FOR PRESERVING AND STRENGTHENING STUDENTS' HEALTH

Z. Tyumaseva, I. Orekhova, B. Artemenko

*South-Ural State Humanitarian Pedagogical University
pr-t Lenina, 69, 454080, Chelyabinsk, Russian Federation*

Abstract

Aim. To identify, justify and test the pedagogical conditions for tutor support for preserving and strengthening the health of students.

Research methods. The study is based on systematic analysis of theoretical and applied research in the field of health care, pedagogy and tutoring, comparison and analogy, documentary examination, generalization, synthesis.

Results. Methodological approaches to solving the research problem have been identified: systemic, axiological, learner-oriented. The stages of a pedagogical experiment in tutor support for preserving and strengthening the health of students are substantiated. A complex of medical and biological disciplines aimed at developing competencies in health care and healthy lifestyle has been identified.

Theoretical and/or practical significance. The scientific novelty of the work lies in the fact that it identifies and empirically verifies pedagogical conditions that contribute to successful tutor support for preserving and strengthening the health of students which include: creation of an open educational environment (in social, cultural-subject, anthropological aspects); practice-oriented student activity; organization of joint activities of a tutor (teacher) and a psychologist, ensuring systematic nature and consistency in tutor support. The theoretical significance of the study lies in the fact that the stages of tutor support for tutors in preserving and strengthening their health are defined: diagnostic and motivational, design, implementation and analytical, the joint activities of the student, tutor and psychologist are shown. The practical significance of the study is that a set of criteria-diagnostic tools has been formed to develop the need to be healthy, including the following criteria: cognitive, value-emotional and behavioral, as well as indicators, levels and diagnostic methods. The research materials can be used by teachers of general education organizations when planning health-improving activities with students.

Conclusions. The authors conclude that tutor support for preserving and strengthening the health of students during the implementation of professional training in a pedagogical university contributes to the formation of the need to be healthy and readiness for health-improving work with subjects of the educational process.

Keywords: tutor, tutor support, preservation, strengthening, health, recreational activities, students, healthy lifestyle

ВВЕДЕНИЕ

Глубокие социально-экономические перемены в обществе определённым образом влияют на образование в России. Одним из приоритетных и стратегических направлений остаётся состояние здоровья подростков и студенческой молодёжи, их образ жизни. Для большинства населения нашей страны забота о своём здоровье не является важнейшей ценностью. Поэто-

му образование берёт на себя решение этих вопросов. Педагогические вузы обязаны готовить высококвалифицированные кадры, способные решать задачи по сохранению и укреплению здоровья участников образовательного процесса.

Актуализируется проблема по обеспечению качества подготовки будущих учителей, компетентных в вопросах оздоровительной деятельности.

Проблема здоровья детей и подростков остаётся наиболее актуальной в практике общественного и семейного воспитания. В Конвенции о правах ребёнка (одобрена генеральной Ассамблеей ООН в 1989 г., вступила в силу в России в 1990 г.), в статье 17 говорится о том, что государство содействует духовному и моральному благополучию, а также здоровому физическому и психическому развитию ребёнка.

В ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г., №273-ФЗ; с изм. и доп., вступает в силу с 28.02.2023 г.) в статье 41 «Охрана здоровья обучающихся» отмечается, что необходимо вести пропаганду и обучение навыкам здорового образа жизни; организовывать работу и создавать все условия для профилактики заболеваний и оздоровления обучающихся.

Многочисленные исследования ряда учёных (Р. И. Айзман, И. В. Аристова, О. В. Беляева, Г. В. Валева, М. М. Гаирбеков, Н. С. Гаркуша, О. Л. Карпова, А. В. Качалова, Н. Н. Малярчук, Д. В. Натарова, А. Н. Савчук, А. В. Самарин, И. Л. Орехова, Т. Ф. Орехова, Н. В. Третьякова, З. И. Тюмасева, Е. А. Югова и др.) показывают, что за последние годы в нашей стране наметилась тенденция ухудшения здоровья детей, подростков и студенческой молодёжи. З. И. Тюмасева, И. Л. Орехова свидетельствуют о том, что данная тенденция в настоящее время приняла устойчивый характер, наблюдаются серьёзные проблемы с физическим и психическим здоровьем обучающихся. Только 2,9 % студентов Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета можно отнести к категории практически здоровых [16, с. 6].

Значимость обозначенной проблемы обусловлена необходимостью сохранения и укрепления здоровья обучающихся с помощью тьюторского сопровождения. От того, насколько успешно удаётся сформировать потребность в

ведении здорового образа жизни, желание овладеть навыками оздоровления себя и своих учеников, зависит реальный здоровый образ жизни человека (Н. М. Амосов [1], М. И. Андросова [2], У. Г. Егорова [7] В. Н. Ирхин [8], В. П. Казначеев [9], С. А. Купцова [10], В. К. Макарова [12], Н. Н. Малярчук [13], Т. Ф. Орехова [14], З. И. Тюмасева [17] и др.).

В отечественной и зарубежной литературе вопросам по сохранению и укреплению здоровья студенческой молодёжи уделяется большое внимание. Однако до сих пор эта проблема остаётся приоритетной в государственной политике, направленной на здоровье нации.

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

Цель и задачи исследования

Перед настоящим исследованием поставлена *цель* – выявить, теоретически обосновать и апробировать педагогические условия тьюторского сопровождения сохранения и укрепления здоровья обучающихся.

Поставленная цель определила следующие *задачи*:

- определить наиболее эффективные методологические подходы и принципы тьюторского сопровождения;
- выявить педагогические условия тьюторского сопровождения сохранения и укрепления здоровья обучающихся, формирования потребности быть здоровым;
- определить критериально-диагностический инструментарий для оценки сформированности потребности быть здоровым.

Методология и методы исследования

Наше исследование опиралось на идеи и положения системного, аксиологического и личностно-ориентированного методологических подходов.

Системный подход является общенаучным подходом. В его основе лежит исследование объектов как систем, когда они изучаются с точки зрения внутренних и внешних системных свойств и связей, таким образом представляющих целостность объекта, его внутреннюю организацию и функционирование.

Системный подход привлекает внимание многих исследователей (С. Н. Архангельский, И. В. Блауберг, Б. С. Гершунский, А. И. Субетто, Ю.А. Конаржевский, М. И. Махмутов и др.), которые рассматривают его особенности в педагогике.

С педагогической позиции определение системному подходу даёт Н.М. Яковлева, которая представляет его как общенаучный метод анализа всех факторов, влияющих на изучаемое педагогическое явление [19].

Таким образом, системный подход в решении проблемы тьюторского сопровождения сохранения и укрепления здоровья обучающихся ориентирует на то, чтобы спроектировать целостную систему формирования готовности студентов к оздоровительной деятельности, чтобы заботиться о своём здоровье, и определить наиболее эффективные пути решения этой проблемы.

Аксиологический подход (А. В. Кирьякова, Т. С. Комарова, В. В. Кураевский, Н. В. Максимов, Е. Ю. Никитина, В. А. Слостенин, Е. И. Шиянов и др.).

Идеи аксиологического подхода помогают в ориентации иерархии ценностей. Он выполняет важнейшую роль в гуманистической педагогике, раскрывает направленность в готовности студентов воспринимать понятия «здоровье», «жизнь», «человек», «природа» как наивысшие ценности.

Аксиологический подход имеет древние «корни», так как ещё Платон в своём диалоге «Законы» заметил, что понятие «здоровое состояние души» в иерархии человеческих и божественных благ занимает важное место.

Сохранение и укрепление здоровья своего и окружающих тебя людей является основой социальной деятельности, которая обеспечивает передачу и присвоение ценностей как фактора устойчивости личного существования [3; 6].

Задачами аксиологического подхода в процессе тьюторского сопровождения сохранения и укрепления здоровья обучающихся являются:

- проявление необходимости в ведении здорового образа жизни;
- усиление желания обучиться системам и способам оздоровления себя и окружающих людей;
- расширение кругозора и овладение навыками и умениями использования здоровьесберегающих технологий;
- мировосприятие здоровья как общечеловеческой ценности.

Личностно-ориентированный подход (В. И. Загвязинский, Е. В. Бондаревская, О. С. Газман, Е. С. Полат, Л. В. Трубайчук, Н. Н. Тулькибаева, И. С. Якиманская и др.). Личностно-ориентированный подход необходим в нашем исследовании, так как он позволил нам осуществить отбор содержания образования, определиться с активными формами и методами обучения.

Он неразрывно связан с личностью как субъектом деятельности. Личностно-ориентированный подход в нашем исследовании обеспечивает здоровье личности, формирует у неё потребность в ведении здорового и безопасного образа жизни, а также выстраивание субъект-субъектных взаимоотношений в процессе образовательной деятельности.

Тьюторское сопровождение в этом случае имеет важное значение, так как разнообразные виды деятельности студента (учебная, научно-исследовательская, проективная, творческая, воспитательная) являются важнейшими факторами становления субъективности его культуры здоровья и безопасности [16].

Организация исследования и результаты

В данном подразделе представлены этапы организации исследования.

На *первом этапе* были выявлены педагогические условия тьюторского сопровождения сохранения и укрепления здоровья студентов, обучающихся по профилю «Физическая культура. Безопасность жизнедеятельности» Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета.

На *втором этапе* определён критерийно-диагностический аппарат для проведения опытно-экспериментальной работы тьюторского сопровождения сохранения и укрепления здоровья обучающихся. Проведена диагностика на предмет сформированности готовности обучающихся к сохранению и укреплению здоровья, обобщены её результаты.

В нашем исследовании мы опирались на определение Е.В. Яковлева и Н.О. Яковлевой, которые отмечают, что *педагогические условия – это совокупность мер педагогического процесса, направленная на повышение его эффективности. Условия – это всегда внешние по отношению к предмету факторы* [20]. В ходе исследования определены следующие педагогические условия тьюторского сопровождения сохранения и укрепления здоровья обучающихся.

Первое педагогическое условие – создание открытой образовательной среды.

Прежде всего охарактеризуем понятие «среда». Оно исходит из науки «Экология». Среда определяется как совокупность факторов, явлений, которые влияют на организм или организмы прямо или косвенно.

Затем следуют родовидовые понятия: семейная среда, школьная среда, природная среда, образовательная среда и т. д. В нашем исследовании мы имеем дело с образовательной средой, а точнее с открытой образовательной средой.

Понятие «образовательная среда» имеет много трактовок. Оно до сих пор остаётся не установленным понятием в педагогике, несмотря на многочисленные исследования в этой области. Анализ психолого-педагогической, эколого-валеологической литературы показал, что ряд учёных (З. И. Тюмасева, И. Л. Орехова, Л. И. Пономарева, Е. Г. Кушникова, Н. Н. Щелчкова, Д. В. Натарева, Э. А. Мулявина и др.) образовательную среду определяют как совокупность образовательных факторов, созданных администрацией образовательных организаций (школ, колледжей, вузов и т. д.) и коллективом преподавателей (учителей, педагогов, тьюторов), с целью формирования у обучающихся потребности быть здоровым, успешным, целеустремлённым, мобильным, коммуникабельным. Образовательная среда в этой связи должна быть открытой, а это значит, что студенту (в нашем случае) предоставляется выбор образа себя и своего пути. Следует заметить, что пространство (большая среда) работы тьютора (преподавателя) нужно рассматривать в трёх аспектах: *социальном, культурно-предметном и антропологическом.*

В *социальном аспекте* тьюторство понимается как усиление позитивной социальной позиции в студенческой группе, расширение социальных связей. У студентов появляется возможность вести активный образ жизни, участвовать во всех воспитательных мероприятиях университета, таким образом проявлять свои личностные качества: доброжелательность, умение выслушать собеседника, оказать помощь товарищу, воспринимать критику, выстраивать диалог, обсуждать вопросы, связанные со здоровьем и здоровым, безопасным образом жизни. Такая деятельность, конечно же, является общественной, поэтому она просто необходима, значима для студента. Тьютор в своей работе активно применяет такие методы как дебаты, ролевые игры, мини-соревнования, участие в проектах

экологического марафона «Здоровье Земли – здоровье человека», которые безусловно позволяют воссоздать институты гражданского общества.

В культурно-предметном аспекте деятельность преподавателя (тьютора) заключается в том, что у него проявляется активная творческая позиция в проведении студентами (тьюторантами) проектной деятельности в области сохранения и укрепления здоровья.

Относительно учебной деятельности студенты проявляют интерес к изучению курса «Культура здоровья и безопасности», который имеет межпредметные связи с дисциплинами «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья», «Основы медицинских знаний», «Анатомия человека», «Экологическая безопасность», «Основы экологической культуры». В этой связи необходимо тьюторское сопровождение, чтобы научить студентов самообразованию, поиску необходимой информации из разных источников, например, в Интернете.

Также тьюторанты – активные участники всех воспитательно-оздоровительных мероприятий, которые проводит кафедра безопасности жизнедеятельности и медико-биологических дисциплин (БЖ и МБД) ЮУрГГПУ в области оздоровления и воспитания.

Многие номинации воспитательно-оздоровительного мероприятия «Дары осени – нашему здоровью» привлекают внимание студентов, например: проекты социального характера; проект «Гармония природы», «Урал – гордость России» и другие.

Мероприятия «Дары осени – нашему здоровью» имеют разные направления. Особый интерес у студентов вызывает значение овощей и фруктов в рациональном питании. На основании опыта многих поколений учёные разработали множество рекомендаций для рационального питания: малоедение, спокойное едение, свежеедение, сыроедение, простоедение, сезоноедение (региональ-

ность), продолжительность трапезы, разгрузочные дни и т. д. Однако проблема здорового питания остаётся актуальной и до сих пор. Следует отметить, что в наше время традиции питания по сравнению с началом XX века значительно изменились. Рацион питания перенасыщен рафинированными жирами, сладостями, деликатесными блюдами, главным образом в ущерб таким необходимым для здоровья продуктами, как свежие овощи и фрукты. Они отличаются наиболее высоким содержанием витаминов и микроэлементов. Поэтому воспитательно-оздоровительное мероприятие «Дары осени – нашему здоровью» является системообразующим фактором в формировании у студентов культуры питания.

Студенты готовят сценарий праздника, в котором раскрывают широкий ассортимент овощей и фруктов своего региона в осенний период и рецепты приготовления блюд из них. Накрывают стол красочными, ароматными и очень вкусными блюдами. Затем подробно описывают овощи и фрукты, их свойства и чем они богаты. Овощи и фрукты более всего богаты витамином С (аскорбиновая кислота), Р (рутин), А (ретинол).

В овощах и фруктах, имеющих красный, оранжевый и жёлтые цвета, содержится каротин. В организме каротин переходит в витамин А, который важен для обеспечения нормального состояния кожи и слизистых оболочек. При его недостатке легко возникают катары верхних дыхательных путей. Гиповитаминоз А отражается на зрении. Возникает состояние, называемое в народе «куриная слепота». Наибольшее количество каротина содержится в моркови (9 мг на 100 г продукта). Таким образом, студенты готовят презентации, где на слайдах показывают разные овощи и фрукты своего региона, дают интересное описание и показывают пользу для здоровья. Стихи, загадки, викторины являются обязательным сопровождением.

Кроме того, тьюторы готовят информационные листовки, например, «Лекарственные растения, используемые при оздоровлении кровеносной и сердечно-сосудистой систем человека». В них характеризуют некоторые лекарственные растения и описывают методику их применения.

Самым продолжительным воспитательно-оздоровительным мероприятием является экологический марафон «Здоровье Земли – здоровье человека», который начинается с 21 марта и завершается праздником 5 июня (Всемирный день окружающей среды). Программа марафона обширная, имеет несколько модулей: экологический, здоровьесберегающий и безопасная жизнедеятельность.

С 3 по 8 апреля идут мероприятия по здоровьесбережению, т. к. 7 апреля отмечается Всемирный день здоровья.

Тьюторы представляют в форме презентации свой дневник «На пути к здоровью», и идёт его активное обсуждение в кругу группы студентов. Такая практика позволила нам определить тактику тьюторского сопровождения, которое способствует коррекции деятельности тьюторов. Важно заметить, что при этом никто не навязывает своего мнения тьютору, а он сам приходит к определённому решению вопроса. В задачу тьютора входит лишь рефлексивная оценка деятельности тьютора и её объективный анализ, что позволяет избежать неудачи, напрасной потери времени и усилий.

В ходе воспитательного процесса проводились индивидуальные консультации студентов, организованные в дни занятий по культуре здоровья и безопасности (в конце занятий). На консультациях тьюторы получали помощь в ситуациях, в которых сами не могли самостоятельно получить ответ.

Например, один тьютор занимается фитнесом, чтобы скорректировать фигуру, регулярно посещает занятия, а ожидаемого результата нет. В ходе беседы со студентом выяснилось, что он

раньше занимался другим видом спорта (тяжёлой атлетикой) и выбрал неверную методику. Затем с тренером студент скорректировал график занятий, выстроил определённый алгоритм для достижения позитивного результата.

Студенты совместно с преподавателями организуют и проводят интеллектуальный экологический марафон «Особо охраняемые территории России», который подчеркивает проблему оздоровления региона. Тьюторы овладевают знаниями и навыками в организации и проведении оздоровительной работы в общеобразовательной организации в период прохождения ими педагогической практики [5].

В антропологическом аспекте открытость образовательной среды – это пространство всех возможных ресурсов для собственного образовательного движения тьютора. Студенты с помощью тьютора приобретают навыки проектирования своей индивидуальной образовательной траектории. Они выступают в роли заказчика своего собственного образования, проявляя интерес, творчество и находчивость. Студенты выполняют проекты, связанные со здоровьем. Наиболее распространёнными являются проекты: «Зелёная аптека», «Вода и здоровье», «Влияние нитратов на организм человека» и другие. У них развивается мотивация к саморазвитию и реализации своего потенциала.

Доминирующими технологиями в антропологическом аспекте являются метод портфолио, проектирования, создания ситуаций заинтересованности и опоры на жизненный опыт.

Второе педагогическое условие – практико-ориентированная деятельность студента.

Понятие «деятельность» в педагогической науке понимается по-разному. Деятельность – это целесообразное преобразование людьми окружающей действительности [11]. А. Н. Леонтьев деятельность считает единицей жизни,

опосредованной психическим отражением [11].

Практико-ориентированная деятельность является частью педагогической деятельности, которая осуществляется в условиях образовательного процесса, направленного на обеспечение его успешного функционирования и развития. В нашем исследовании такая деятельность направлена на сохранение и укреплении здоровья студентов и на сформированность компетенций по охране здоровья и здоровому образу жизни [15].

Практико-ориентированная деятельность включает активные формы (лекции с деятельностной направленностью, мультимедиа-уроки, дебаты, экскурсии в научную энтомологическую лабораторию и др.), направленные на закрепление материала и на формирование умений и навыков по оздоровлению.

Большой интерес студенты проявляют к практическим занятиям, на которых осуществляется необходимый поиск информации и происходит её творческое усвоение. Например, нужно ознакомиться с лекарственными растениями и методами их применения. Студенты используют гербарный материал, раздаточные дидактические карточки, изучают правила фитотерапии, выбирают приемлемые для человека рецепты фитооздоровления.

Для того чтобы творчески подходить к изучению своего организма, предлагается следующая практико-ориентированная форма: используя тест на цветовое поведение человека, студенты оценивают свой тип цветового поведения, чтобы потом правильно использовать цвет в жизни, т. к. он способен укрепить, исцелить нервную систему и внутренние органы, ускорить процессы деления клеток, а значит, повысить защитные реакции организма [5].

Способами активизации практико-ориентированной деятельности студентов считаем следующие:

- подготовку и защиту презентаций проектов с обязательным обсуждением;
- организацию и проведение экскурсий;
- подготовку портфолио;
- участие в воспитательно-оздоровительных мероприятиях, социальных акциях и т. п.

Третье педагогическое условие – организация совместной деятельности тьютора (преподавателя), психолога, обеспечивающей системность, последовательность в тьюторском сопровождении.

При реализации и проверки эффективности третьего педагогического условия осуществлена следующая работа: проведён сбор информации о десяти студентах, обучающихся в Высшей школе физической культуры и спорта по профилю «Физическая культура. Безопасность жизнедеятельности». Проведён анализ полученной информации, выявлены проблемы, связанные с сохранением и укреплением здоровья, умением использовать системы и средства оздоровления, и определены приоритетные для них виды деятельности.

Полученные результаты были доведены до сведения этих студентов, которые стали тьюторантами. Далее началась работа по улучшению эффективности образовательно-воспитательного процесса с учётом индивидуальных особенностей и запросов обучающихся. В основном эта работа была направлена на изучение дисциплин, позволяющих студентам сформировать компетенции в области сохранения и укрепления здоровья.

Тьютор совместно с психологом выполняет консультативную деятельность по вопросам субъективной составляющей здоровья. Психологическая помощь, которую оказывала психолог кафедры БЖ и МБД, направлена на сохранение и укрепление здоровья.

Психолог проводил беседы со студентами (с каждым в отдельности), на-

правленные на осознание и разрешение человеком переживаний, вызванных дисбалансом динамического равновесия между адаптационными возможностями и постоянно имеющимися условиями природно-социальной среды [5].

На втором этапе опытно-экспериментальной работы нами сформирован комплексный критериально-диагностический инструментарий.

Начинается этот этап со стартовой диагностики, затем осуществляется повторная диагностика субъективной составляющей здоровья студента, его потребности в ведении здорового образа жизни; умения пользоваться здоровьесберегающими технологиями, системами и средствами оздоровления.

Учёные (Р. И. Айзман, Б. Г. Ананьева, Е. Ю. Никитина, И. Л. Орехова, З. И. Тюмасева, и др.) отмечают, что важное значение имеет самооценка, так как она принимает непосредственное участие в регуляции поведения человека и деятельности. Данное условие было учтено при создании комплексного критериально-диагностического инструментария.

Нами выявлены критерии формирования потребности быть здоровым для его сохранения и укрепления: *когнитивный, ценностно-эмоциональный и поведенческий*, а также показатели и уровни. Определены три уровня: *низкий, средний и высокий*, оценивая тьюторское сопровождение сохранения и укрепления здоровья обучающихся (студентов). Охарактеризуем каждый уровень.

Низкий уровень имеют студенты, которые затрудняются в определении понятий «здоровье», «пирамида здоровья», «здоровьесбережение», «качество жизни» и других. Здоровье ими воспринимается как отсутствие физических болей. Студенты недостаточно разбираются в построении индивидуальных образовательных технологий. Не проявляют готовность к оздоровительной деятельности и недостаточно усвоили здоровьесберегающие технологии. Испытывают затрудне-

ния в проведении диагностики субъективной составляющей здоровья.

Средний уровень показывают тьюторы, которые не могут выстроить иерархию ценностей; у них нет чёткого понимания в определении здорового образа жизни. Однако у студентов есть интерес к изучению систем, средств оздоровления как себя, так и своих учеников. Они проявляют интерес к здоровьесберегающим технологиям; к выстраиванию индивидуальной образовательной траектории. С большим удовольствием диагностируют себя на предмет определения психосоматического типа, который передается по наследству и позволяет на его основе сформировать свой образ жизни, правильную диету, физические упражнения, режим дня и принять другие меры для профилактики оздоровления.

Высокий уровень. Студенты хорошо разбираются в иерархии ценностей, принимая здоровье как наивысшую человеческую ценность. Готовы проводить оздоровительную работу среди школьников с использованием разнообразных систем и средств, а также методик. У них достаточно знаний для осуществления диагностической деятельности по определению психосоматического типа; субъективной составляющей здоровья. Умеют проектировать индивидуальную образовательную траекторию. Ярко выражена рефлексия.

Таким образом, описанные нами уровни и представленные критерии тьюторского сопровождения сохранения и укрепления здоровья обучающихся будут применены в опытно-экспериментальной работе.

На *констатирующем этапе опытно-экспериментальной работы* была проведена стартовая диагностика, чтобы оценить готовность обучающихся к оздоровлению себя и других людей, а также использованию ими здоровьесберегающих средств и приёмов.

Тьюторы (10 человек) прошли компьютерное тестирование с помо-

щью программы «Гармония» (авторы: З. И. Тюмасева, И. Л. Орехова, Г. В. Валева и др.) [16]. Вначале нами была определена субъективная составляющая здоровья, психосоматический тип, который передаётся человеку по наследству; зная его, можно выстроить свою программу здорового образа жизни. Диагностика позволила определить физическое состояние тьюторантов, выяснить их самооценку, ценностные ориентации (с этой целью использовали методику «Ценностные ориентации» М. Рокича).

Представление студентов об оздоровительной деятельности выясняли, используя анкету «Потребностное напряжение в отношении оздоровления» (З. И. Тюмасева, А. А. Цыганков, И. Л. Орехова) [16].

Для определения уровня готовности студентов к оздоровительной деятельности мы выбрали трёхуровневую шкалу: 1 балл – низкий уровень, 2 балла – средний уровень, 3 балла – высокий уровень.

Результаты диагностики показали, что по когнитивному критерию низкий уровень показали 93 % студентов; средний уровень выявлен у 7 % респондентов, а высокий уровень не отмечен ни у кого. Аналогичные результаты показали обучающиеся и по ценностно-эмоциональному и поведенческому критериям. Данная ситуация убедила нас в необходимости применения целенаправленных действий по тьюторскому сопровождению сохранения и укрепления здоровья обучающихся.

Анализ диагностических материалов показал, что группа тьюторантов, от которых поступил запрос на тьюторское сопровождение, нуждается в знаниях, умениях и навыках о здоровье, оздоровительной работе и ведении здорового образа жизни.

В опытно-экспериментальной работе принимала участие группа студентов из 10 человек, от которых поступил запрос на тьюторское сопровождение. Комплексные срезы проведены в течение

2022–2024 гг. Первый (нулевой) срез провели в сентябре 2022 г., когда студенты только что поступили в университет. На первом курсе студенты изучали следующие курсы: «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья», «Основы медицинских знаний», «Культура здоровья и безопасности», «Основы экологической культуры», которые содержат материал, способствующий формированию компетенций по охране здоровья и здоровому образу жизни.

Системообразующей дисциплиной является курс «Культура здоровья и безопасности», так как он позволяет сформировать у тьюторантов глубокое убеждение в том, что благополучие, здоровье и безопасность человека обуславливается благополучием, здоровьем окружающей среды. Последующие срезы осуществлялись с учётом выявленных педагогических условий и методологических подходов: системного, аксиологического и личностно-ориентированного.

Оценивание успешности тьюторского сопровождения сохранения и укрепления здоровья обучающихся производилось по трём выявленным нами критериям: *когнитивному, ценностно-эмоциональному, поведенческому*. За каждый показатель тьюторант может получить от 1 до 3 баллов.

Анализ данных, полученных в педагогическом эксперименте, показал, что максимальное количество баллов по критериям составило:

- когнитивный – 15 баллов;
- ценностно-эмоциональный – 13 баллов;
- поведенческий – 12 баллов.

На основе полученных баллов определены три уровня успешности тьюторского сопровождения сохранения и укрепления здоровья обучающихся и умение проводить оздоровительную деятельность (табл. 1).

При организации тьюторского сопровождения сохранения и укрепления здоровья обучающихся, формирования

Таблица 1 / Table 1

Уровни тьюторского сопровождения сохранения и укрепления здоровья обучающихся / Levels of tutor support for maintaining and strengthening the health of students

Уровень	Сумма баллов
Высокий уровень	26–35 баллов
Средний уровень	18–25 баллов
Низкий уровень	10–17 баллов

у них потребности быть здоровым принцип индивидуализации позволил нам учитывать индивидуальные особенности студентов и право их на выстраивание собственного содержания образовательной деятельности.

Тьюторское сопровождение тьюторов осуществлялось в течение трёх лет целенаправленно по следующим этапам: диагностико-мотивационному, проектировочному, реализационному и аналитическому.

Диагностико-мотивационный этап тьюторского сопровождения. Тьютор и психолог проводят беседы с тьюторантами, на которых они рассказывают о себе, а также отвечают на вопросы: «Почему появился запрос на тьюторское сопровождение сохранения и укрепления здоровья? Какие есть причины?» Студенты охотно делятся информацией о собственном здоровье, о планах на будущее. Психолог старается создать атмосферу доверия, принятия для раскрытия интересов, склонностей и мотивов тьюторантов. Тьютор узнает начальный объём знаний о здоровье, методах его сохранения и укрепления. Вопросы, которые задают тьютор и психолог, должны быть такими, чтобы они соответствовали критериям (когнитивному, ценностно-эмоциональному, поведенческому).

У студентов выявились проблемы со здоровьем, питанием, трудности во взаимоотношениях со сверстниками. Семь

тьюторантов приехали из других стран (Туркменистан и Казахстан), им было сложно адаптироваться в другой городской среде. Тестирование показало, что у них такие психические состояния, как «фрустрация» и «тревожность», оказались выше нормы. После диагностики студенты совсем по-другому стали относиться к сохранению и укреплению своего здоровья. Они регулярно посещали консультации психолога, шла целенаправленная работа с тьютором (задействовано третье педагогическое условие). Тьюторанты постепенно стали осваивать основные понятия по проблеме исследования с помощью метода развития критического мышления через чтение и письмо (контент-анализ интернет-среды).

Чтобы успешнее проходило понимание, что здоровье является категорией эколого-педагогической, нами использовался метод картирования. Эти методы студенты усвоили в процессе работы с тьютором.

Таким образом, на первом этапе опытно-экспериментальной работы уровень понимания проблемы сохранения и укрепления здоровья оставался низким (табл. 2).

Диагностико-мотивационная работа тьютора завершается вторым консультированием и собеседованием с тьюторантами. С ними обсуждаются различные понятия по теме исследования, системы, средства оздоровления, наиболее действенные приёмы и методы здоровьесбережения. После такого собеседования выявилась новая *актуальная потребность студентов* – научиться выстраивать индивидуальную образовательную траекторию по теме сохранения и укрепления здоровья.

Студенты начинают создавать «Паспорт здоровья», вести дневник «На пути к здоровью». Каждый тьюторант стал оформлять «Портфолио».

Проектировочный этап тьюторского сопровождения включает сбор информации по разным вопросам, свя-

Таблица 2 / Table 2

Начальный уровень тьюторского сопровождения сохранения и укрепления здоровья студентов / Initial level of tutor support for maintaining and strengthening the health of students

№ п/п	Критерии	Сумма баллов	%
1	Когнитивный	5	41,7
2	Ценностно-эмоциональный	4	33,3
3	Поведенческий	3	25
	Всего	12	100

занным со здоровьем, оздоровлением, здоровьесбережением, безопасностью личности, образовательной средой и т. д., чтобы пополнять портфолио «Моё здоровье». В портфолио входят материалы: исторический аспект развития понятий «здоровье», «тьюторство»; фотографии; иллюстрации; грамоты; сертификаты участия в конференциях разного уровня; дипломы, отображающие достижения студентов; интересные заметки по оздоровлению; эмблема своего здоровья; материалы, отражающие участие студентов в оздоровительно-воспитательных мероприятиях, которые проводит кафедра безопасности жизнедеятельности и медико-биологических дисциплин ЮУрГПУ на протяжении 25 лет.

Тьютору необходимо было сделать глубокий анализ всех материалов «Портфолио», чтобы принять верное решение о сужении или расширении темы. Затем он проводит консультацию и советуется со студентами о необходимости использовать открытое образовательное пространство вуза или обратиться к другим специалистам-профессионалам.

Из вышесказанного следует сделать вывод, что главным результатом проективного этапа является совместная работа тьютора, психолога и тьюторанта, направленная на проектирование индивидуального образовательного маршрута с учётом запроса студента, его психофизиологических особенностей, интересов и познавательных возможностей. Вы-

явленные нами педагогические условия способствуют решению выявленной проблемы.

Реализационный этап тьюторского сопровождения. Тьюторанты, у которых уже составлены индивидуальные образовательные маршруты, занимаются самообразованием в области сохранения и укрепления здоровья. При необходимости тьютор подключает психолога для консультаций. Г. В. Валеева – психолог, доцент кафедры безопасности жизнедеятельности и медико-биологических дисциплин ВШ ФК и спорта – проводит с тьюторантами психологический тренинг для укрепления психического здоровья путём выработки у них навыков самопознания и самореализации в оздоровительной и профессиональной сферах жизнедеятельности. Психолог использует разные методы, направленные на сохранение и укрепление здоровья. Студенты с большим интересом изучали, например, метод фрактального рисунка для решения психологических проблем.

При реализации индивидуального маршрута каждому тьюторанту содействовали такие педагогические условия, как *практико-ориентированная деятельность студента и организация совместной деятельности преподавателя (тьютора) и психолога, обеспечивающей системность и последовательность в тьюторском сопровождении.* Тьютор со студентами организовывали дискуссии, дебаты по вопросам сохранения и

укрепления здоровья. Студенты стали активными участниками конференции «Экологическая безопасность, здоровье и образование», которая ежегодно организуется и проводится кафедрой безопасности жизнедеятельности и медико-биологических дисциплин. Собранная информация из разных источников пополняла портфолио каждого студента.

Аналитический этап тьюторского сопровождения. На этом этапе подводятся итоги совместной работы тьютора и тьюторантов и всех участников процесса тьюторского сопровождения. Студенты готовы представить свои завершённые портфолио, рассказать о своих достижениях: проекты по проблеме здоровьесбережению; отзывы преподавателей, психолога; чек-листы, которые показывают сформированность компетенций; материалы социальных проектов; сертификаты участия в научно-практических конференциях, в оздоровительно-воспитательных мероприятиях «Дары осени – нашему здоровью», «экологического марафона «Здоровье человека – здоровье Земли», а также их участие в олимпиадах разного уровня.

На данном этапе проводится завершающее тестирование субъективной составляющей здоровья по комплексной программе «Гармония», которая показала, что тьюторанты улучшили свои показатели. У студентов снизился уровень тревожности, фрустрации, стрессонапряжённости. У них значительно повысилась потребность быть здоровым, вести

здоровый и безопасный образ жизни; улучшились навыки по использованию здоровьесберегающих приёмов и средств. Тьюторанты изменили своё отношение к системам и средствам оздоровления в лучшую сторону и смотивированы на благополучие социально-природной среды. Студенты записались в спортивные секции, стали больше быть на природе, заинтересовались походами и экскурсиями.

Формирующий этап опытно-экспериментальной работы включал обработку полученных результатов; анализ и обобщение материалов и их оформление в виде выводов.

На *контрольном этапе* была проведена проверка уровня успешности тьюторского сопровождения сохранения и укрепления здоровья обучающихся. С этой целью тьюторанты прошли диагностику на предмет их здоровья и умение проводить оздоровительную работу. После статистической обработки полученных материалов, выявили высокий уровень готовности студентов к сохранению и укреплению своего здоровья, что свидетельствует об успешности тьюторского сопровождения (табл. 3).

Из таблицы 3 видно, что по трём критериям: когнитивному, ценностно-эмоциональному и поведенческому – у тьюторантов наблюдается увеличение показателей, характеризующих их готовность к оздоровительной деятельности: значение когнитивного критерия увеличилось на 6 баллов по сравнению со зна-

Таблица 3 / Table 3

Итоговый уровень готовности студентов к сохранению и укреплению здоровья с помощью тьюторского сопровождения / The final level of students' readiness to maintain and improve health with the help of tutor support

№ п/п	Критерии	Сумма баллов	%
1	Когнитивный	11 баллов	34,4
2	Ценностно-эмоциональный	12 баллов	37,5
3	Поведенческий	9 баллов	28,1
4	Всего	32 балла	100

чением, полученном при диагностике на контрольном этапе опытно-экспериментальной работе, ценностно-мотивационного – 8 баллов и поведенческого – на 6 баллов.

Тьюторанты в беседах и обсуждениях подтвердили, что тьюторское сопровождение в их жизни сыграло большую роль. Благодаря целенаправленной работе тьютора и психолога студенты освоили методики оздоровительной работы. У них изменились ценности и мотивы действий относительно их здоровья, здорового и безопасного образа жизни.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Вначале нашего исследования у студентов, которые пожелали участвовать в опытно-экспериментальной работе, было поверхностное представление в вопросах о здоровье и оздоровлении. Они ошибочно считали, что всё зависит от наследственности и мало что можно сделать, используя здоровьесберегающие технологии. В процессе нашей работы студенты изучили такие методики, как точечный массаж, фитотерапию, анималотерапию, фрактальный рисунок, музыкальное оздоровление и другие методики.

Для них наиболее полезными оказались лекции и практические занятия по дисциплинам «Культура здоровья и безопасности», «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья», на которых использовались дискуссии, дебаты, мультимедиауроки, познавательные игры, ролевые игры и др.

Тьюторанты получали большой опыт, участвуя в оздоровительно-воспитательных мероприятиях, которые организовывала и проводила кафедра безопасности жизнедеятельности и медико-биологических дисциплин.

Данное участие раскрыло у студентов «скрытые» таланты по написанию проектов, эссе о природе, сценариев внеклассных мероприятий по здоровью и т. д.

Диагностика студентов и анализ, полученных результатов по диагностике показали, что у них наблюдается позитивная динамика субъективного здоровья. Снижился уровень тревожности, фрустрации, стрессонапряжённости у тьюторантов. Повысилась удовлетворённость своим самочувствием, и у студентов появилось желание заниматься оздоровительной работой, чтобы научить и других использовать здоровьесберегающие средства и методики ради сохранения и укрепления здоровья.

Таким образом, можно с уверенностью отметить, что выстроенная исследовательская работа оказалась успешной. Тьюторанты приобрели навыки и умеют владеть системами оздоровления. Тьютор, как наставник, совместно с психологом оказал заметную роль в адаптации студентов (особенно, приезжих из других стран) в культурно-социальную среду вуза.

Дата поступления в редакцию 26.02.2024

ЛИТЕРАТУРА

1. Амосов Н. М. Раздумья о здоровье. М.: Физкультура и спорт, 1987. 64 с.
2. Андросова М. И., Петрова С. Ф., Иванова С. Н. Здоровый образ жизни в понимании студентов вуза // Проблемы современного педагогического образования. 2021. №70 (4). С. 15–17.
3. Аристова И. В., Комарова Э. П. Модель формирования здоровьесберегающей позиции студента в вузе // Проблемы современного педагогического образования. 2020. №69-1. С. 248–251.
4. Блауберг И. В. Проблема целостности и системный подход. М.: Едиториал УРСС, 1997. 448 с.
5. Валеева Г. В., Тюмасева З. И. Технология консультирования в области субъективного здоровья. Челябинск: Южно-Уральский научный центр РАО, 2022. 238 с.
6. Декина Е. В., Кулакова Т. И. Модель формирования готовности студентов педагогического вуза к сохранению и укреплению здоровья // Вестник Московского государственного областного университета. Серия «Психологические науки». 2020. №2. С. 101–111.

7. Егорова У. Г. Формирование культуры здорового образа жизни у студентов в период пандемии // Вестник Самарского университета. 2021. Т. 27. №1. С. 62–67.
8. Ирхин В. Н. Формирование культуры здоровья на уроках физики. М.: Чистые пруды, 2008. 29 с.
9. Казначеев В. П. Здоровье нации. Просвещение. Образование. М.: Исследовательский центр проблем качества подготовки специалистов, 1996. 246 с.
10. Купцова С. А. Дисциплины здоровьесберегающей направленности как средство формирования культуры здорового образа жизни студентов в педагогическом университете // Современная наука: актуальные проблемы теории и практики. Серия «Гуманитарные науки». 2021. №1. С. 78–82.
11. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. М.: Политиздат, 1997. 307 с.
12. Макарова В. К. Пропаганда здорового образа жизни в образовательной среде // Таврический научный обозреватель. 2016. №5-1 (10). С. 49–54.
13. Малярчук Н. Н. Роль педагога как профессионала в сохранении здоровья обучающихся // Вестник развития науки и образования. 2008. №6. С. 86–88.
14. Орехова Т. Ф. Организация здоровьесберегающего образования в современной школе. Магнитогорск: Магнитогорский государственный университет, 2003. 355 с.
15. Пономарев И. Е. Барсуков С. В. Формирование здоровьесберегающих компетенций у студентов вуза на занятиях по физической культуре // Государственное и муниципальное управление. Учёные записки. 2021. №1. С. 243–247.
16. Тюмасева З. И., Орехова И. Л., Валеева Г. В. Проектирование безопасного и здоровьесберегающего пространства «вуз-школа» как условие профессионального становления студентов. Челябинск: Издательство Челябинского государственного педагогического университета, 2015. 228 с.
17. Тюмасева З. И., Кваша Б. Ф. Валеология и образование. СПб.: Международная академия наук экологии, безопасности, 2002. 380 с.
18. Хоптинская А. А. Модель здоровьесберегающей среды современного педагогического вуза // Школа будущего. 2020. №2. С. 152–165.
19. Яковлева Н. М. Теория и практика педагогического творчества. Челябинск: Челябинский государственный педагогический институт, 1987. 68 с.
20. Яковлев Е. В., Яковлева Н. О. Педагогическая концепция: методологические аспекты построения. М.: Владос, 2006. 239 с.

REFERENCES

1. Amosov N. M. Razdum'ya o zdorov'e [Thoughts about health]. Moscow, Fizkul'tura i sport Publ., 1987. 64 p.
2. Androsova M. I., Petrova S. E., Ivanova S. N. [Healthy lifestyle in understanding of university students]. In: Problemy sovremennogo pedagogicheskogo obrazovaniya [Problems of modern pedagogical education], 2021, no. 70 (4), pp. 15–17.
3. Aristova I. V., Komarova E. P. [Model of formation of a student's health-preserving position at a university]. In: Problemy sovremennogo pedagogicheskogo obrazovaniya [Problems of modern pedagogical education], 2020, no. 69-1, pp. 248–251.
4. Blauberger I. V. Problema celostnosti i sistemnyj podhod [The problem of integrity and a systematic approach]. Moscow, Editorial URSS Publ., 1997. 448 p.
5. Valeeva G. V., Tyumaseva Z. I. Tekhnologiya konsul'tirovaniya v oblasti sub'ektivnogo zdorov'ya [Technology of consultation in the field of subjective health]. Chelyabinsk, South Ural Scientific Center RAO, 2022. 238 p.
6. Dekina Ye. V., Kulakova T. I. [Model of forming pedagogical university students' readiness to preserving and strengthening health]. In: Vestnik Moskovskogo gosudarstvennogo oblastnogo universiteta. Seriya «Psihologicheskie nauki» [Bulletin of the Moscow Region State University. Series: Psychology], 2020, no. 2, pp. 101–111.
7. Egorova U. G. [Formation of a culture of a healthy lifestyle in students during the pandemic period]. In: Vestnik Samarskogo universiteta [Vestnik of Samara University], 2021, vol. 27, no. 1, pp. 62–67.
8. Irhin V. N. Formirovanie kul'tury zdorov'ya na urokah fiziki [Formation of a culture of health in physics lessons]. Moscow, Chistye prudy Publ., 2008. 29 p.

9. Kaznacheev V. P. Zdorov'e nacji. Prosveshchenie. Obrazovanie [Health of the Nation. Education. Education]. Moscow, Research Center for Problems of Quality of Training of Specialists, 1996. 246 p.
10. Kuptsova S. A. [Health saving disciplines as a means of creating a culture of healthy living for students at the pedagogical university]. In: Sovremennaya nauka: aktual'nye problemy teorii i praktiki. Seriya «Gumanitarnye nauki» [Modern science: actual problems of theory and practice. Series "Humanities"], 2021, no. 1, pp. 78–82.
11. Leont'ev A. N. Deyatel'nost'. Soznanie. Lichnost' [Activity. Consciousness. Personality]. Moscow, Politizdat Publ., 1997. 307 p.
12. Makarova V. K. [Promotion of a healthy lifestyle in the educational environment]. In: Tavricheskij nauchnyj obozrevatel' [Tauride Scientific Observer], 2016, no. 5-1 (10), pp. 49–54.
13. Malyarchuk N. N. [The role of the teacher as a professional in preserving the health of students]. In: Vestnik razvitiya nauki i obrazovaniya [Bulletin of the development of science and education], 2008, no. 6, pp. 86–88.
14. Orekhova T. F. Organizaciya zdorov'esberegayushchego obrazovaniya v sovremennoj shkole [Organization of health-preserving education in a modern school]. Magnitogorsk, Magnitogorsk State University, 2003. 355 p.
15. Ponomarev I. E., Barsukov S. V. [Formation of health-saving competences of university students in physical education classes]. In: Gosudarstvennoe i municipal'noe upravlenie. Uchyonye zapiski [State and municipal management. Scientific notes], 2021, no. 1, pp. 243–247.
16. Tyumaseva Z. I., Orekhova I. L., Valeeva G. V. Proektirovanie bezopasnogo i zdorov'esberegayushchego prostranstva «vuz-shkola» kak uslovie professional'nogo stanovleniya studentov [Design of a safe and health-saving space "university-school" as a condition for the professional development of students]. Chelyabinsk, Publishing house of Chelyabinsk State Pedagogical University, 2015. 228 p.
17. Tyumaseva Z. I., Kvasha B. F. Valeologiya i obrazovanie [Valeology and education]. St. Petersburg: International Academy of Ecology and Safety Sciences, 2002. 380 p.
18. Khoptinskaya A. A. [Model of a health-saving environment of a modern pedagogical university]. In: Shkola budushchego [School of the Future], 2020, no. 2, pp. 152–165.
19. Yakovleva N. M. Teoriya i praktika pedagogicheskogo tvorchestva [Theory and practice of pedagogical creativity]. Chelyabinsk, Chelyabinsk State Pedagogical Institute, 1987. 68 p.
20. Yakovlev E. V., Yakovleva N. O. Pedagogicheskaya koncepciya: metodologicheskie aspekty postroeniya [Pedagogical concept: methodological aspects of construction]. Moscow, Vldos Publ., 2006. 239 p.

ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРАХ

Тюмaseва Зоя Ивановна – доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой безопасности жизнедеятельности и медико-биологических дисциплин Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета;
e-mail: zit@cspu.ru

Орехова Ирина Леонидовна – кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры безопасности жизнедеятельности и медико-биологических дисциплин Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета;
e-mail: orehovail@cspu.ru

Артёмченко Борис Александрович – кандидат биологических наук, доцент, заведующий кафедрой теории, методики и менеджмента дошкольного образования Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета;
e-mail: artemenkoba@cspu.ru

INFORMATION ABOUT THE AUTHORS

Zoya I. Tyumaseva – Dr. Sci. (Pedagogy), Prof., Head of the Department of Life Safety and Biomedical Disciplines of South-Ural State Humanitarian Pedagogical University;
e-mail: zit@cspu.ru

Irina L. Orekhova – Cand. Sci. (Pedagogy), Assoc. Prof. of the Department of Life Safety and Biomedical Disciplines of South-Ural State Humanitarian Pedagogical University;
e-mail: orehovail@cspu.ru

Boris A. Artemenko – Cand. Sci. (Biology), Assoc. Prof., Head of the Department of Theory, Methodology and Management of Preschool Education of South-Ural State Humanitarian Pedagogical University;
e-mail: artemenkoba@cspu.ru

ПРАВИЛЬНАЯ ССЫЛКА НА СТАТЬЮ

Тюмaseва З. И., Орехова И. Л., Артёмeнко Б. А. Тьюторское сопровождение сохранения и укрепления здоровья обучающихся // Московский педагогический журнал. 2024. №2. С. 32–48
DOI: 10.18384/2949-4974-2024-2-32-48

FOR CITATION

Tyumaseva Z. I., Orekhova I. L., Artemenko B. A. Tutor support for preserving and strengthening students' health. In: Moscow Pedagogical Journal. 2024, no. 2, pp. 32–48
DOI: 10.18384/2949-4974-2024-2-32-48