

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В УСЛОВИЯХ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В РАМКАХ ПРАКТИКО- ОРИЕНТИРОВАННОЙ ПЕРСОНИФИЦИРОВАННОЙ ПРОГРАММЫ ОБУЧЕНИЯ СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Бирюкова Н.В.¹, Аношкина Е.В.¹

¹ МЗ РФ Первый Московский государственный медицинский университет имени И.М. Сеченова, Москва, e-mail: N.V.Birukova@mail.ru, eanoshkina68@gmail.com

В статье представлена концепция здоровьесбережения, реализуемая в рамках инновационно-интегративной модели образования учащихся медико-биологических классов Ресурсного центра «Медицинский Сеченовский Предуниверсарий». Она основана на подходах гуманизации образовательного и воспитательного процесса и здоровьесберегающих технологиях. Авторами показаны значение подобных технологий, цели и задачи, ожидаемые результаты и пути их решения. Рассматривается необходимость построения психолого-педагогического сопровождения и поддержки обучающихся, подчеркивается важность сохранения влияющих друг на друга составляющих здоровья – физической, психологической, духовной и социальной. Решение проблемы здоровьесбережения обучающихся тесно связано с внедрением в режим труда и отдыха оздоровительных мероприятий, которые позволяют улучшить физическое самочувствие, способствуют устойчивости эмоциональной сферы подростка. Значимым элементом реализации концепции является изучение медицинских аспектов молекулярной биологии, цитологии, генетики, ботаники, зоологии. В статье раскрыта роль разделов биологии в понимании ценностного отношения к личному и чужому здоровью, показаны темы и здоровьесберегающие компоненты, используемые педагогами на уроках гигиены человека. Рациональная организация учебного и воспитательного процесса, использование методик, способствующих приросту учебных достижений, повышению жизненного тонуса, будут способствовать созданию здоровьесберегающей среды и формировать культуру здоровья.

Ключевые слова: принципы гуманизации и здоровьесбережения, психолого-педагогическое сопровождение и поддержка, культура здоровья, профилактика вредных привычек, динамические паузы, зрительная, слуховая, двигательная память, здоровьесберегающая среда.

HEALTH-SAVING TECHNOLOGIES IN THE CONDITIONS OF PRE-PROFESSIONAL EDUCATION IN THE FRAMEWORK OF A PRACTICE-ORIENTED PERSONALIZED SECONDARY EDUCATION PROGRAM

Biryukova N.V.¹, Anoshkina E.V.¹

¹I.M. Sechenov First Moscow State Medical University, Moscow, e-mail: N.V. Birukova@mail.ru, eanoshkina68@gmail.com

The article presents the concept of health preservation, which is implemented within the framework of an innovative and integrative model of education for students in biomedical classes of the Resource Centre «Medical Sechenov Pre-University». It is based on approaches to humanizing the educational and upbringing process and health-preserving technologies. The authors show the value of such technologies, goals and objectives, expected results and ways to solve them. The article considers the need to build psychological and pedagogical support and support for students. Moreover, it emphasises the importance of preserving the mutually influencing components of health – physical, psychological, spiritual and social. The article reveals the role of biology sections in understanding the value attitude towards one's personal and other people's health, as well as it shows the topics and health-preserving components used by teachers in human hygiene lessons. The rational organization of the educational and upbringing process, the use of methods that promote enhancing educational achievements and vitality increase, will contribute to the creation of a health-saving environment and forming a culture of health.

Keywords: principles of humanization and health preservation, psychological and pedagogical support and support, health culture, prevention of bad habits, dynamic pauses, visual, auditory, motor memory, health-preserving environment.

Современный мир заинтересован в высококвалифицированных специалистах, обладающих широкими возможностями творческого потенциала, интеллектуальным багажом и практическими навыками, позволяющими выдержать достаточно жесткие требования и конкуренцию на рынке труда. При этом личность должна обладать как персональным набором профессиональных компетенций, креативным мышлением, так и устойчивыми духовно-нравственными ориентирами, способствующими полноценной реализации персонализированного профессионального маршрута, возможности занять достойную бытийную нишу и утверждать социально значимые идеи государства.

Социальный заказ в любой деятельности направлен на «выборку» высокомотивированных, мобильных, незаурядно мыслящих специалистов, умеющих «видеть и выстраивать свои перспективы» [1, 2]. Для выполнения такого заказа необходима актуализация инновационных моделей образования и процессов, раскрывающих личные перспективы, расширяющих зоны развития, способствующих проявлению самостоятельности и ответственности в принятии решений.

Наибольшую остроту и актуальность осознанного выбора профессии и подготовки высококвалифицированных кадров ощущает медицинская отрасль. Сеченовский Университет занимает прочную позицию интеллектуального лидерства в направлении развития модернизационных подходов в российской системе медицинского образования благодаря внедрению стратегических методов управления, фундаментальной интеграции образовательной, научной, медицинской, инновационной и международной деятельности. Инновационно-интегративная модель предпрофессионального образования, реализуемая в Ресурсном центре Медицинского Сеченовского Предуниверсария (далее РЦ МСП) МГМУ им. И.М. Сеченова, нацелена на приобретение учащимися устойчивого интеллектуального капитала, накопление пропедевтического запаса, обогащенного знаниями, умениями, навыками, и развитие духовно-нравственной сферы личности. При таком подходе становятся возможными преимущество в системе пространства «школа – университет – клиника», расширение границ диверсификации образования [3].

Необходимо отметить, что компетенции, приобретаемые в рамках общей образовательной программы, нацелены преимущественно на сдачу экзаменов в формате ЕГЭ и недостаточны для успешной учебы в университете, где требуются умения и навыки на порядок выше. Уровень предпрофессиональной подготовки школьников не позволяет решать проблему адаптации студентов в университете. Первокурсники испытывают большое психологическое и физическое напряжение в силу высокой динамичности процесса обучения, строгих требований со стороны преподавательского состава, смены социальной среды и изменения статуса, что, как следствие, приводит к снижению качества образования

[1]. Состояние здоровья российских школьников при этом вызывает серьезную тревогу. Здоровый образ жизни, правильный режим труда и отдыха – условия, необходимые и способствующие сохранению и укреплению здоровья учащихся [4]. Эффективность усвоения знаний в процессе становления будущего врача, обладающего необходимыми личностными и профессиональными компетенциями, невозможна без правильного, грамотного и щадящего отношения к своему здоровью.

В связи с этим основанная на принципах процесса бенчмаркинга инновационно-интегративная модель предпрофессионального образования, обеспечивающая интеграцию образовательных программ, нивелирование разноуровневой школьной подготовки, должна сочетать принципы гуманизации и здоровьесбережения, согласно которым каждому учащемуся создаются условия для максимального развития своих возможностей, получения качественного образования в благоприятной социально-психологической среде. Психолого-педагогическое сопровождение в течение двухлетнего обучения нацелено на активное взаимодействие, установление доброжелательных межличностных отношений «педагог – учащийся», оказание помощи в преодолении трудностей, что улучшает динамику обучения, способствует интеллектуальному и духовному развитию ученика.

Таким образом, система психолого-педагогического сопровождения и поддержки, направленная на активизацию технологий здоровьесбережения, является стратегией и фактором, работающим на модернизацию предпрофессионального образовательного процесса.

Цель разрабатываемой концепции здоровьесбережения РЦ «Медицинский Сеченовский Предуниверсарий» состоит в создании рациональных технологий, направленных на улучшение психологического, физического и духовного оздоровления учащихся.

Материалы и методы исследования

Идеи здоровьесбережения были высказаны еще в V в. до н.э. греческими учеными, которые описали возможности закаливания, физических упражнений и необходимость ведения здорового образа жизни.

Впервые идею здоровьесбережения выдвинул Платон. В дальнейшем она была трансформирована в идею природосообразности (Аристотель), принцип природосообразности (Я.А. Коменский), идею «педагогизации среды» как возможность свободного физического и умственного развития (П.П. Блонский, С.Т. Шацкий, М.М. Пистарк, П.Ф. Лесгафт). Проблема здоровьесбережения учащегося волновала всегда [5]. Школа как фактор риска здоровью рассматривалась еще с 1774 г. Комплексно проблему сохранения и укрепления здоровья учащихся пытались решить в начале XX в., что отражено

в Указе 1904 г. «Каким должно быть образование, чтобы не навредить здоровью школьника». Зарубежные и отечественные педагоги и психологи (Д.Н. Унадзе, Л.С. Выготский, Ш.А. Амонашвили, В.А. Сухомлинский, А. Маслоу, М. Монтесори, Б. Спок и др.) в своих трудах подчеркивают необходимость создания отношений сотрудничества, условий для индивидуального творческого развития, ситуаций, при которых учащийся должен иметь собственный духовный мир, что, в свою очередь, способствовало бы оптимизации и активизации процессов саморазвития, самоопределения, самосовершенствования и сохранения как физического, так и душевно-духовного здоровья.

По определению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе – это комплекс методов, приемов и условий, максимально способствующих сохранению и укреплению физического, духовного и нравственного здоровья субъектов образовательного процесса. Наряду с получением профессиональных компетенций такие технологии развивают адаптивные возможности, способствуют самореализации, личной безопасности, расширению навыков коммуникаций, успешности в достижении целей. Все это необходимо для полноценного и плодотворного вступления в профессиональную жизнь.

С.Г. Палий характеризует здоровьесберегающий процесс как «специально организуемый и управляемый процесс, охватывающий ... весь школьный коллектив, выполняющий разнообразные функции в условиях разных структурных подразделений» [6]. В программе Российской Федерации «Развитие образования» на 2013–2020 гг. сформулированы следующие положения:

- обеспечение высокого качества российского образования в соответствии с меняющимися запросами населения и перспективными задачами развития российского общества и экономики;
- повышение эффективности реализации молодежной политики в интересах инновационного социально ориентированного развития страны (Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования на 2013–2020 годы») [7].

В современной системе образования реализация поставленных задач становится возможной при условии:

- создания и организации здоровьесберегающей среды в учебных заведениях, мотивирующей школьников к здоровому образу жизни;
- разработки и апробации гибких социально педагогических технологий здоровьесберегающего обучения и воспитания;

- внедрения сквозного психолого-педагогического сопровождения от дошкольного до среднего (полного) общего, в том числе предпрофессионального образования.

Понятие «здоровьесбережение» в науке определяется как ценность, система, процесс и результат [5, 8]. Проблеме здоровьесбережения посвящен ряд исследований таких ученых, как Л.Е. Борисова, В.Н. Касаткин, И.В. Круглов, В.И. Харитонов. В этих работах определены четыре составляющие здоровья – психологическая, физическая, социальная и духовная. Гармонически развитый, здоровый школьник имеет серьезные шансы успешно пройти личный продуктивный образовательный путь, быть готовым к будущему профессиональному росту. Сократ писал: «Здоровье – не все, но без здоровья – ничто». Поэтому априори охрана здоровья школьников – одно из приоритетных направлений обучения.

Этим определяются основные задачи педагога в плане здоровьесбережения:

- обеспечение школьнику возможности сохранения здоровья на период обучения в школе;
- снижение уровня заболеваемости учащихся;
- формирование у обучающихся знаний, умений и навыков в соблюдении здорового образа жизни;
- сохранение работоспособности на уроках;
- создание спортивно-оздоровительной системы [9].

Таким образом, цель здоровьесберегающих технологий – обеспечение учащимся возможности сохранения и укрепления здоровья, нацеливание детей на соблюдение здорового образа жизни и, наконец, использование усвоенных знаний, умений и навыков в дальнейшей жизни. В связи с этим психолого-педагогическое сопровождение реализуется посредством коммуникативных взаимодействий между педагогом и учащимся, которые выражаются во взаимопомощи, доброжелательных отношениях, устранении психологических барьеров в отношениях «ученик – учитель». Такая атмосфера деятельного и созидательного сотрудничества сложилась между педагогами Сеченовского Университета, студентами-менторами и школьниками РЦ МПУ на базе научно-исследовательской и образовательной площадки «Пироговский лекторий» студенческого научного общества (СНО) им. Н.И. Пирогова. При этом учащиеся активно занимаются наукой и обсуждают проблемы современной медицины, а также осуществляется преемственность в системе непрерывного медицинского образования, появляется возможность личного развития в рамках практико-ориентированной персонифицированной программы обучения.

В достижении целей здоровьесбережения решающую роль играет предмет

«Биология», который в медицинских классах представлен теоретическими основами молекулярной биологии, цитологии, общей и медицинской генетики, селекции, экологии, эволюционного учения, зоологии и ботаники. Школьники медико-биологических классов имеют в своем резерве разнообразный практический и фундаментальный запас знаний, умений и первичных навыков в области анатомии и физиологии, гигиены человека. Эти науки тесно связаны между собой и составляют основу современной медицины. Совершенно очевидно, что практически каждый раздел биологии, каждая тема занятия содержат возможность приобретения как теоретических сведений, так и практических навыков, позволяющих оценить степень личного психологического, генетического и физиологического здоровья. Этот важный и необходимый подход широко используется педагогами Ресурсного центра. Так, в РЦ МПУ школьники 10–11-х классов получают пропедевтический арсенал знаний и умений по гигиене человека. Гигиена человека исследует влияние условий жизни и труда на здоровье человека и разрабатывает меры по предупреждению заболеваний и созданию благоприятных условий существования, сохранения и продления жизни. В рамках программы по гигиене человека можно органично внедрить здоровьесберегающие технологии в тематику уроков, в различные теоретические и практические задания (табл.). Таким образом, знание этого предмета формирует у человека научную основу здорового образа жизни и дает возможность получать элементарные знания о человеческом организме и здоровье, навыки в отношении собственного режима труда и отдыха. К тому же здоровьесберегающие технологии на уроках биологии могут быть использованы как средство повышения мотивации к учебно-познавательной деятельности [9].

Тематика основ гигиены с компонентами здоровьесбережения

№ урока	Тема урока	Здоровьесберегающие компоненты
1	Науки о человеке. Здоровье и его охрана	Раскрытие значения знаний о человеке в современной жизни. Методы анатомии, физиологии, психологии и гигиены и их использование для решения возникающих проблем
2	Опорно-двигательный аппарат. Нарушения опорно-двигательной системы	Определение гармоничности физического развития. Первая доврачебная помощь при повреждениях скелета. Условия формирования правильной осанки и предупреждение плоскостопия
3	Внутренняя среда организма. Кровь. Лимфа. Тканевая жидкость. Иммуитет, иммунодефицит	Борьба организма с инфекцией. Виды иммунитета. Профилактика инфекционных заболеваний. Виды вакцин и значение вакцинации. Аллергия: причины, виды, возможности организма противостоять аллергенам. СПИД: пути передачи, антигенная изменчивость ВИЧ. Здоровый образ жизни как гарантия безопасности СПИД и других опасных инфекций
4	Гигиена сердечно-сосудистой системы.	Правила тренировки сердечно-сосудистой системы. Первая помощь при кровотечениях. Факторы, приводящие к болезням

	Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний	кровеносной системы: курение, алкоголь, избыточное питание, гиподинамия. Последствия гиподинамии. Предупреждение и профилактика заболеваний сердечно-сосудистой системы
5	Функциональные возможности дыхательной системы как показатель здоровья. Профилактика болезней дыхательной системы. Дыхание при повышенном и пониженном атмосферном давлении	Первая помощь при остановке дыхания, отравлении угарным газом и удушении. Искусственное дыхание. Воздушная среда и ее охрана, борьба с пылью. Влияние курения на дыхательную систему
6	Гигиена органов пищеварения. Обмен белков, жиров и углеводов, воды и минеральных солей. Витамины	Режим питания. Правила приема пищи. Предупреждение кишечных инфекций. Энергозатраты человека и пищевой рацион, нормы и режим питания. Значение витаминов для организма. Симптомы гиповитаминозов и меры по восполнению витаминов
7	Покровные органы. Терморегуляция организма. Выделение	Уход за кожей. Гигиена одежды и обуви. Профилактика болезней кожи. Первая помощь при опасных для здоровья воздействиях метеорологических факторов. Обморожения, ожоги, тепловой удар. Закаливание организма. Предупреждение почечных заболеваний
8	Анализаторы. Зрительный анализатор. Слуховой анализатор	Гигиена зрения: предупреждение глазных инфекций, близорукости и дальнозоркости. Психологические основы запоминания и забывания. Методики, направленные на увеличение объема запоминаемой информации с учетом включения зрительного, слухового и моторного анализаторов. Гигиена органов слуха
9	Нервная система. Высшая нервная деятельность. Поведение. Психика человека	Нарушения высшей нервной деятельности и их профилактика. Нарушения сна и их профилактика. Биологические ритмы и режим труда и отдыха. Познавательные процессы. Ощущения и восприятия, воображение, память и мышление, интуиция и ум – роль в процессах познания, обогащения интеллекта и расширения сознания
10	Индивидуальное развитие организма	Предупреждение венерических болезней. Пропаганда здорового образа жизни

Необходимо на каждом занятии использовать разнообразные методы и приемы, которые способствуют вовлечению ребят в различные виды деятельности: чтение, рассказ, работу с раздаточным материалом, опрос, тестирование, просмотр видеофильмов с последующим обсуждением. Материал должен быть интерактивно и качественно адаптирован благодаря наглядным иллюстрациям и опорным блок-схемам, облегчающим восприятие и изучение темы урока. Все эти приемы вызывают интерес, эмоционально окрашивают материал, облегчают его запоминание. Владея технологиями запоминания, педагог расширяет кругозор школьника, способствует переводу информации в реестры долговременной памяти и обогащает его интеллектуальный багаж. На организационном

этапе урока можно включать вопросы, связанные со здоровьем и самочувствием учащихся, что способствует формированию у них ценностей здоровья и потребности в нем. Объем и дозировка домашнего задания должны быть оптимально емкими, нацеленными на второе повторение и содержать элемент творческой, самостоятельной работы учащегося.

Существует ряд приемов, которые позволяют сохранить в долговременной памяти достаточно большие объемы информации. Это особенно актуально при изучении биологии – науки, которая связана с открытиями явлений, процессов и фактов, учеными, посвятившими себя естествознанию, теоретической и практической медицине, законами и теориями, ставшими результатами их исследований. Такой богатый и разнообразный материал разных областей биологии развивает эрудицию, логическое и образное мышление, поскольку биология включает как гуманитарные, так и точные знания. Методические приемы запоминания основаны на знании психологии забывания, описанной в работах Г. Эббингауза и других ученых. Они предполагают совместное действие трех анализаторов – зрительного, слухового и двигательного, центральная зона которого находится в передней центральной извилине коры больших полушарий рядом с лобной долей, отвечающей за мышление, которое тесным образом связано с памятью. Несмотря на высокий процент зрительного восприятия информации (90%), она практически не запоминается, если не подключать слуховую и моторную память. Именно поэтому технологии обучения должны умело сочетать все виды памяти (например, рекомендуется использование творческих тетрадей, в которых учащийся создает структурно-логические схемы, таблицы, рисунки в собственной интерпретации с использованием литературы и учебников). Такая творческая работа школьника облегчает запоминание, создает базу для развития письменной речи, лаконичности, емкости и грамотности изложения утверждений и выводов и, что немаловажно – эта деятельность и бережно сохраняет, и использует работу анализаторов, позволяет расширить вербальный и невербальный, образный компоненты мышления, решая проблему организации межполушарной асимметрии на качественно более высоком уровне. Очень важно, чтобы подобные методики позволяли опираться на ассоциативные связи, заложенные средней школой. Такой подход к обучению биологии позволяет не только готовить школьника к сдаче Единого государственного экзамена, но и расширять и углублять личное познание. Кроме того, запоминание требует как минимум трех-четыре повторения разной режимности, что значительно повышает процент усвоения материала.

В течение урока должно быть использовано не менее двух технологий преподавания, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения учащихся. Для увеличения работоспособности и подавления утомляемости нужно включать в урок физкультминутки, рационально определять их место, содержание и длительность. К тому же

огромную роль в укреплении здоровья играют проветривание класса, состояние окружающего пространства – температура, озеленение, освещение класса и доски [9]. В кабинете биологии можно разместить плакаты – тренажеры для глаз, которые используются для профилактики ухудшения и коррекции зрения. Эти простые упражнения можно выполнять во время физкультминуток [9, 10].

Следующей немаловажной составляющей здоровьесбережения является *соблюдение режима труда и отдыха*, который играет существенную роль в поддержании хорошего самочувствия, настроя на творческую ноту в получении знаний, определяет удовлетворенность от проделанной работы и мотивацию, а значит, повышает качество жизни и труда школьника в целом. В организации правильного режима труда и отдыха важное место занимает физкультурно-оздоровительная работа учащихся, которая должна включать проведение динамических (физкультурных) пауз общего и специального назначения в течение учебного дня, дней здоровья, спортивно-массовых мероприятий. Динамические паузы благоприятно влияют на организм человека, улучшают кровообращение, противодействуют явлениям гиподинамии, связанным с сидячим образом жизни, а значит, активизируют процесс усвоения материала урока. Активный кратковременный отдых, продолжительные перемены, отказ от стрессирующих звонков окончания урока, горячие обеды, несомненно, улучшают и оздоравливают процесс обучения школьников.

Строгое соблюдение санитарно-гигиенических норм и требований к процессу обучения, вся система мероприятий, направленных на целостное понимание здоровья, нацелены на пропаганду здорового образа жизни и будут способствовать созданию здоровьесберегающей среды как важнейшего фактора образования в старших классах медико-биологического профиля.

Результаты исследования и их обсуждение

Анализ современной литературы и опыта по внедрению в образовательное пространство «школа – вуз – клиника» практико-ориентированных персонифицированных программ обучения школьников медико-биологических классов показывает, что применение таких программ создает реальные возможности приобретения общекультурных, общепрофессиональных и личностных компетенций, практических навыков и умений, расширяющих вектор предпрофессиональных возможностей, эрудицию и интеллект школьников. Однако подобные программы обучения и воспитания значительно интенсифицируют учебный процесс и могут приводить к снижению двигательной активности, сокращению продолжительности отдыха и нежелательным изменениям в состоянии здоровья учащихся. В связи с этим здоровье школьника и здоровьесберегающие технологии, закладывающие основы здорового образа жизни, – важнейшие компоненты в

комплексе новой идеологии и парадигмы довузовского образования, реализуемой в Сеченовском Университете. Результативность и эффективность организации и деятельности РЦ МПУ во многом определяются гуманистическим подходом в системе психолого-педагогического сопровождения и поддержки, отношениях сотрудничества педагогов и учащихся, создающих условия для индивидуального творческого развития. Поэтому основными задачами, способствующими сохранности и укреплению здоровья школьника, являются:

- обеспечение учащимся возможностей сохранения физического, психического, социального и духовного здоровья на период обучения;
- снижение уровня заболеваемости;
- формирование у школьников знаний, умений и навыков в соблюдении здорового образа жизни;
- обеспечение работоспособности на уроках;
- организация условий формирования физической культуры на базе спортивно-оздоровительной системы учебного заведения.

Школьники РЦ МСП не только нацелены на предметные результаты в рамках ЕГЭ и исключительно на поступление в Университет, но и ориентированы на личную, горизонтальную диверсификацию в системе преемственного непрерывного медицинского образования. Успешная реализация образовательных, проектно-исследовательских и предпрофессиональных программ в рамках инновационно-интегративной модели, воплощение идеи «научить учиться» возможны только в условиях создания здоровьесберегающей среды.

Социологический мониторинг уровня удовлетворенности учащихся качеством обучения позволяет судить об эффективности и оптимизации образовательного процесса в медико-биологических классах. Так, 85,2% учащихся считают, что способны выдержать трудности, связанные с учебой в медицинском вузе. При этом такие факторы, как страх и тревога, нивелируются у обучающихся уверенностью, интересом и мотивацией продолжать качественное образование и быть востребованными на рынке труда.

Единый государственный экзамен играет роль контроля качества общенациональной системы образования. Так, средний балл по химии выпускников Сеченовского Предуниверсария в 2018 и 2019 гг. составил 72 и 75 баллов соответственно, в Российской Федерации в 2018 г. – 54,6 балла, в 2019 г. – 56,3 балла, в г. Москве в 2019 г. – 61,94 балла. Средний балл по биологии у выпускников Сеченовского Предуниверсария в 2018 и 2019 гг. составил 71 и 73 балла соответственно, в Российской Федерации в 2019 г. средний балл сопоставим с аналогичным показателем 2018 г. и составил 52, в г. Москве в 2019 г. – 57,8

балла. Школьники, завершающие обучение в РЦ МСП, более адаптивны и мобильны на первом курсе Университета.

Кроме того, по итогам обучения учащихся по программе дополнительного образования ранней профессиональной ориентации и профильной медицинской подготовки «Шаг в медицину» проводится аттестация качества знаний по сформированным предпрофессиональным умениям в формате объективного структурированного клинического экзамена (ОСКЭ). Таким образом, предпрофессиональный экзамен является эффективным практико-ориентированным инструментом преемственности и непрерывности выстраивания образовательной траектории на всех этапах медицинского образования. Возможность построить свой индивидуальный маршрут образования в медицинском университете является сильным мотивационным фактором получить хороший результат по итогам сдачи экзамена. Об этом свидетельствуют следующие цифры: в 2018 г. средний балл у выпускников Сеченовского Предуниверсария по итогам сдачи предпрофессионального экзамена составил 51, а уже в 2019 г. – 77 баллов. Очень важно, что среди выпускников отсутствуют учащиеся, получившие за сдачу практической части экзамена минимальный балл (нижний порог баллов, полученных в 2018 г., составил 19, в 2019 г. – 36 баллов). Все поступившие в Сеченовский Университет выпускники Сеченовского Предуниверсария (в 2018 г. – 69 человек, в 2019 г. – 130 человек) получили на первом курсе зачет по практике по наличию первичных профессиональных умений и навыков «Уход за больными».

Неформальное применение здоровьесберегающих технологий в образовательной деятельности РЦ МСП определит новое качество образования, здоровья, жизни, а также понимание того, что здоровьесбережение не должно ограничиваться только сферой знания, а активно внедряться и в сферу деятельности школы. И вполне логично, что в Указе Президента РФ «Российская национальная стратегия в интересах детей» инструментом практического решения многих вопросов в сфере детства определяются приоритетные национальные проекты «Здоровье» и «Образование». И, тем не менее, «проблемы, связанные с созданием комфортной и доброжелательной для жизни детей среды, – обращает внимание В.В. Путин, – сохраняют свою остроту и далеки от окончательного решения» [11].

Программы по здоровьесбережению и формированию культуры здорового образа жизни должны носить комплексный характер, проводиться системно, и основными принципами их реализации должны быть: обучение школьников правилам здорового и безопасного образа жизни, рациональная организация урочной и внеурочной деятельности, забота о здоровье учителей.

Заключение

Ресурсный центр Медицинского Сеченовского Предуниверсария осуществляет

интеграцию образовательной, предпрофессиональной и научно-исследовательской деятельности в рамках новой фундаментальной парадигмы, позволяющей осуществить интеллектуальный, предпрофессиональный и духовно-нравственный рост личности. При этом весьма актуально сочетание инновационных образовательных технологий и программ с принципами гуманизации и здоровьесбережения. Современный школьник должен осознанно стремиться к здоровому образу жизни. Для этого в Предуниверсарии создана благоприятная и созидательная почва, основанная на принципах гуманного отношения между педагогами и учащимися. Человеческий фактор остается ведущим в утверждении доброжелательного, открытого, искреннего сотрудничества, которое, несомненно, является залогом и успешной учебы ребят и развития в них эмпатии и благородства – неотъемлемых и главных качеств будущего врача.

Кроме того, образовательная политика Предуниверсария направлена на осознание школьником ценности собственного здоровья как важнейшего критерия качества жизни. Поэтому решение проблемы здоровьесбережения обучающихся тесно связано с внедрением в режим труда и отдыха оздоровительных мероприятий, которые позволяют улучшить физическое самочувствие, способствуют устойчивости эмоциональной сферы подростка. Несомненно, изучение биологии, которая представлена в образовательных программах медико-биологического направления основами молекулярной биологии, цитологии, медицинской генетики, анатомии и физиологии человека, ботаники и зоологии, эволюции и экологии, создает предпосылки для понимания важности поддержания не только личного, но и чужого здоровья. Любой урок биологии должен содержать методические решения, позволяющие подчеркнуть необходимость укрепления генетического, физического, психического и социального здоровья личности. Особая роль в осознании этого факта и получении навыков ранней профилактики и предупреждения заболеваний принадлежит гигиене человека. Педагогами РЦ МСП разработана программа с перечнем тем и здоровьесберегающих компонентов, которые помогут обучающимся не только понять причинно-следственные связи нарушений здоровья, но и получить умения и навыки в отношении их предупреждения.

Творческий характер процесса обучения, позволяющий увеличить резервы памяти и развить образное и логическое мышление, психологический комфорт, динамические паузы, разумная дозировка домашнего задания помогут формировать навыки здорового образа жизни. Рациональная организация учебного процесса, соответствие учебной нагрузки возрастным возможностям школьника, необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим и соблюдение санитарно-гигиенических норм позволят обеспечить опережающее обучение при разноуровневой подготовке учащихся,

воспитать культуру здоровья, а также личностные качества, способствующие сохранению и укреплению здоровья, формированию представления о здоровье как ценности, развить мотивацию на ведение здорового образа жизни.

Список литературы

1. Бирюкова Н.В., Литвинова Т.М., Нестерова О.В. Интегративная модель довузовского образования, реализуемого в Сеченовском Университете // Проблемы формирования образования. 2018. № 6. С. 159–178. [Электронный ресурс] <http://www.pmedu.ru/images/2018-6/17.pdf> (дата обращения: 05.10.2020).
2. Бирюкова Н.В., Афолина М.А., Демура Т.А. Формирование модели взаимодействия обучающихся разноуровневого образования в Сеченовском Университете // Электронный научно-образовательный вестник «Здоровье и образование в XXI веке». 2019. Т. 21 (5). С. 11-18. [Электронный ресурс] <http://dx.doi.org/10.26787/nydha-2226-7417-2019-21-5-11-18> (дата обращения: 01.10.2020).
3. Горовая В.И., Петрова Н.Ф. Индивидуально ориентированное обучение как современная образовательная технология // Международный журнал экспериментального образования. 2010. № 7. С. 75–76.
4. Курбатова А.С., Ягин В.В. Проблемы здоровьесбережения в современной российской школе. // Современные проблемы науки и образования. 2016. № 4. [Электронный ресурс]. URL: <http://science-education.ru/ru/article/view?id=24977> (дата обращения: 27.10.2020).
5. Ваторопина С.В. Здоровьесбережение в современном образовательном пространстве // Концепт. 2017. № S9. С. 6–12.
6. Палий С.Г. Организационно-педагогические условия валеологизации педагогического процесса в общеобразовательной школе: дис. ...канд. пед. наук. Калининград, 1999. 82 с.
7. Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования на 2013-2020 годы». [Электронный ресурс]. URL: <https://base.garant.ru/70643472/> (дата обращения: 01.10.2020).
8. Гаврилюк А.А. Здоровьесберегающие технологии – обязательное условие при обучении школьников при внедрении ФГОС // Инновационная наука. 2016. № 10 (10-2). С. 154-157.
9. Абызова А.Ж., Демина Л.Л. Здоровьесберегающие технологии на уроках биологии // Современный урок в условиях внедрения ФГОС: опыт, проблемы, перспективы. 2017. С. 4–6.
10. Андреева Г.В. Применение здоровьесберегающих технологий на уроках биологии // Инновации в современной науке: сб. статей. М., 2015. С. 179-182.

11. Национальная стратегия действий в интересах детей на 2012–2017 годы (Указ Президента Российской Федерации от 01.06.12 № 761). [Электронный ресурс]. URL: <https://base.garant.ru/70183566/> (дата обращения: 01.10.2020).