

11. Sharukhin A. P. Technologies for uniting the military personnel and developing a healthy psychological climate in it. *Interdisciplinary research in the field of integration of education and science*. Coll. of sci. works of the sci. and ped. staff of the St. Petersburg Military Institute of Internal Troops of the Ministry of Internal Affairs of Russia. St. Petersburg, 2014. Pp. 165—168. (In Russ.).

12. Sharukhin A. P. The pedagogical system of rallying a military unit. *Prospects for the development of scientific and educational activities in military educational institutions of higher education of the national guard of the Russian Federation*. Coll. of sci. articles of the sci. and ped. staff of the St. Petersburg Military Institute of Internal Troops of the Ministry of Internal Affairs of Russia, St. Petersburg, 2017. Pp. 272—274. (In Russ.).

13. Isaeva N. N. *The pedagogical support of the psychological compatibility of military personnel in the internal troops of the Ministry of Internal Affairs of Russia*. Dissertation of the candidate of pedagogy. Saint Petersburg, 2010. 209 p. (In Russ.).

**Как цитировать статью:** Исаева Н. Н. Методика подготовки офицеров курсантских подразделений к эффективной деятельности по формированию учебного коллектива // Бизнес. Образование. Право. 2020. № 1 (50). С. 409–413. DOI: 10.25683/VOLBI.2020.50.123.

**For citation:** Isaeva N. N. Method of training of officers of the cadet units to efficient activity of formation of the training team. *Business. Education. Law*, 2020, no. 1, pp. 409–413. DOI: 10.25683/VOLBI.2020.50.123.

УДК 376  
ББК 75.1

DOI: 10.25683/VOLBI.2020.50.126

**Kareva Galina Vyacheslavovna**,  
Candidate of Pedagogy, Associate Professor,  
Associate Professor of the Department  
of Physical Education and Sports,  
Bryansk State Technical University,  
Russian Federation, Bryansk,  
e-mail: kareva.galya@mail.ru

**Карева Галина Вячеславовна**,  
канд. пед. наук, доцент,  
доцент кафедры физического  
воспитания и спорта,  
Брянский государственный технический университет,  
Российская Федерация, Брянск,  
e-mail: kareva.galya@mail.ru

**Sbitniy Sergey Nikolaevich**,  
Candidate of Pedagogy, Associate Professor,  
Head of the Department of Physical Education,  
Bryansk State Engineering  
and Technological University,  
Bryansk, Russia,  
e-mail: sbitniy2010@yandex.ru

**Сбитный Сергей Николаевич**,  
канд. пед. наук, доцент,  
заведующий кафедрой физического воспитания,  
Брянский государственный  
инженерно-технологический университет,  
Российская Федерация, Брянск,  
e-mail: sbitniy2010@yandex.ru

## ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ У СТУДЕНТОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

### FORMATION OF CULTURE OF HEALTH IN STUDENTS WITH RESTRICTED HEALTH OPPORTUNITIES

13.00.04 — Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры

13.00.04 — Theory and methodology of physical education, sport training, health and adaptive physical culture

*В условиях обострения социально-экономических и политических отношений в российском обществе неизбежно появляются факторы, которые влияют на эмоциональное состояние и самочувствие подрастающего поколения. В результате педагоги и психологи вынуждены акцентировать свое внимание не только на воспитании общей культуры человека, но и на заботе о состоянии здоровья молодежи. В статье актуализируется проблема формирования культуры здоровья у студентов с ограниченными возможностями здоровья. Авторы рассматривают понятие культуры здоровья, а также студентов данной категории в рамках понятия культуры профессионала и путей ее достижения. В статье рассмотрены основные механизмы формирования культуры здоровья, а также регулятивы и предпосылки, обуславливающие ее формирование. Основным каналом приобщения к ценностям физической культуры инвалидов и лиц с ограниченными возможностями (инвалидов от рождения или получивших инвалидность в детстве) является адаптивное физическое воспитание, охватывающее*

*продолжительный период жизни (дошкольный, школьный, молодежный возраст).*

*От других видов воспитания физическое отличается тем, что в основе его лежит упорядоченное обучение двигательным действиям, развитие физических способностей и формирование связанных с ними знаний. Специфической особенностью адаптивного физического воспитания является то, что объектом педагогических воздействий является студент с сугубо индивидуальными свойствами, обусловленными патологическими нарушениями в развитии (сенсорными, двигательными, интеллектуальными, сочетанными формами), что всегда негативно отражается на двигательной функции, физическом развитии, физической подготовленности, способности к обучению движениям, разрешающей способности психомоторных проявлений и т. п., что, несомненно, требует индивидуальной коррекции педагогических воздействий.*

*Авторы также подходят к формированию культуры здоровья студентов с ограниченными возможностями*

здоровья через необходимость учета развития профессионально важных качеств и компетенций в рамках формирования культуры здоровья.

*In the conditions of aggravation of the problem of socio-economic and political relations in the Russian society inevitably there are factors that affect the emotional state and well-being of the younger generation. As a result, teachers and psychologists are forced to focus not only on the education of General human culture, but also on the care of the health of young people. The article actualizes the problem of formation of health culture in students with disabilities. The author considers the concept of health culture, as well as students of this category within the concept of professional culture and ways to achieve it. The article considers the main mechanisms of formation of health culture, as well as the regulations and prerequisites that determine its formation. The main channel of introduction to the values of physical culture of disabled people and persons with disabilities (disabled from birth or disabled in childhood) is adaptive physical education.*

*From other types of education physical differs in that it is based on an orderly training of motor actions, the development of physical abilities and the formation of related knowledge. A specific feature of adaptive physical education is that the object of pedagogical influences is a student with purely individual properties caused by pathological disorders in development (sensory, motor, intellectual, combined forms), which always negatively affects the motor function, physical development, physical fitness, ability to learn movements, resolving power of psychomotor manifestations, etc., which undoubtedly requires individual correction of pedagogical influences.*

*The author also approaches the formation of health culture of students with disabilities through the need to take into account the development of professionally important qualities and competencies in the formation of health culture.*

*Ключевые слова: студенты, ограниченные возможности здоровья, культура здоровья, культура профессионала, физическое воспитание, специфические функции, инклюзивные подходы, здоровьесберегающие технологии, адаптивная физическая культура, принципы и механизмы образовательной интеграции и инклюзии.*

*Keywords: students, limited health opportunities, health culture, professional culture, physical education, specific functions, inclusive approaches, health-saving technologies, adaptive physical culture, principles and mechanisms of educational integration and inclusion.*

### Введение

Проблема сохранения здоровья человека является одной из наиболее важных комплексных проблем на современном этапе. В связи с этим первостепенной задачей человеческого сообщества является охрана и укрепление здоровья.

В настоящее время специалисты разного профиля отмечают ухудшение состояния здоровья всех возрастных групп. Особенно тревожными являются показатели здоровья детей и молодежи.

Рост различных заболеваний и отклонений состояния здоровья людей наблюдается и в связи с неблагоприятным воздействием промышленного загрязнения и повышенной радиоактивности. Проблеме влияния экологической ситуации на физическое состояние человека посвящены исследовательские работы В. В. Бухтий, П. С. Данчук, А. С. Куц, С. И. Колесникова, А. В. Маринченко [1–2] и др. Эти авторы, а также

Л. Н. Волошина отмечают, что культура здоровья — это не только осведомленность в области здоровьесберегающих технологий, но и практическая потребность вести здоровый образ жизни, заботиться о собственном здоровье и здоровье окружающих [3, 4]. Культура здоровья — системный действенный подход к индивидуальному и общественному здоровью, складывающийся из отношения к своему здоровью и здоровью других людей, а также ведения здорового образа жизни [4]. О. Л. Трещева считает, что культура здоровья личности характеризуется: наличием позитивных целей и ценностей; грамотным и осмысленным отношением к своему здоровью, природе и обществу; организацией здорового образа жизни, позволяющего активно регулировать состояние человека с учетом индивидуальных особенностей организма, реализовывать программы самосохранения, самореализации, саморазвития, приводящих к гармоничному единству всех компонентов здоровья и целостному развитию личности [6]. Рассматривая культуру здоровья с социальных позиций, З. И. Колычева полагает, что она является составной частью общей культуры человека, определяющей социализацию и социальную успешность личности в процессе жизнедеятельности (Природа и человек. Электрон. журн. URL: <http://natuerlich.ru/art1/atmos1b.shtml>).

**Актуальность** темы указывает на необходимость специальных активных действий, направленных на популяризацию идей культуры здоровья.

**Целью** исследования является формирование культуры здоровья обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (далее — с ОВЗ) через интеграцию, складывающуюся из культуры отношения к собственному телу, к своему социальному окружению, семье, профессии, к миру и жизнедеятельности в целом. На современном этапе научной новизной является развитие интеграционных процессов в системе высшего образования, формирование культуры здоровья у студентов с ограниченными его возможностями. Оно должно строиться в соответствии с рядом задач и принципов. **Задачи** исследования: создать общепедагогические условия эффективного формирования культуры здоровья; организовать занятия оздоровительной направленности (адаптивной физической культурой); оказание помощи обучающимся в формировании культуры здоровья.

Учитывая принципы и подходы к формированию культуры здоровья данной категории студентов, необходимо, конечно, различать такие понятия, как «интеграция» и «инклюзия». В психолого-педагогической теории и практике они достаточно близки по сущности и содержанию, но различаются по глубине интеграционных процессов. Под интеграцией принято понимать выборочное включение индивида в образовательную среду или создание специальной образовательной среды, что подразумевает одновременное или частично одновременное обучение и воспитание среди обычных граждан. Инклюзия же предполагает глубокое погружение индивида в специальную адаптированную образовательную среду, на фоне функционирования всевозможных поддерживающих услуг. Главным отличием и **практической значимостью** инклюзивных подходов является особое специфическое качество воспитательно-образовательной и социально-педагогической среды при максимальной их готовности к личностным, а затем и профессиональным изменениям потребностно-мотивационной сферы студентов данной категории [7, 8].

### Основная часть

Психолого-педагогическая деятельность по формированию культуры здоровья у таких студентов также строится

по принципу интеграции, так как с самого начала коммуникативное поведение является процессом интегративного характера. Формирование коммуникативного поведения и формирование культуры здоровья тесно взаимосвязаны. Методология исследования способствовала определению содержательных основ педагогического процесса: воспитание ценностного отношения к здоровью; формирование знаний о здоровьесбережении; отработка практических оздоровительных умений и навыков; развитие творческого потенциала при помощи оздоровительных технологий.

Также в процессе формирования культуры здоровья студентов с ОВЗ необходимо учитывать не только знание такими студентами основных ступеней формирования здоровья, но также личностную и социально-психологическую готовность, куда входит и волевая готовность самого студента [9].

Говоря о механизмах формирования культуры здоровья у студентов с ОВЗ, необходимо отметить, что в основе самого процесса лежат ориентировочно-мотивационные, операционные, регуляторные компоненты, определяющие общий уровень, готовность и способность студентов с ОВЗ к формированию данного вида культуры [10].

Так, на этапе высшего профессионального образования формирование культуры здоровья у студентов с ОВЗ должно совпадать с этапами формирования общей культуры личности профессионала и характеризоваться специфическими функциями, среди которых образовательная, восстановительная, прикладная, профилактическая, рекреационная и функция гуманизации профессии.

Сформировать должный уровень культуры здоровья у студента с ОВЗ — задача достаточно непростая и предполагает предпосылки, которые в практике здоровьесберегающих технологий и адаптивной физической культуры принято называть ступенями формирования культуры здоровья и здорового поведения профессионала. К таким предпосылкам или ступеням относят следующие:

1) осознанность студентами с ОВЗ проблемы формирования культуры здоровья, что позволяет данным студентам сформировать объективное отношение к собственному уровню здоровья и возможным путям его сохранения и преумножения;

2) информированность, предполагающая наличие определенных знаний (например, о потенциале сохраненных анализаторов, средств и путей компенсации и пр.), обуславливающих последующее поведение студентов с ОВЗ в процессе формирования культуры здоровья;

3) мотивация, связанная с ценностными ориентациями студентов с ОВЗ, регулируемыми достижение необходимого уровня здоровья в рамках приобретаемой профессии;

4) приобретение необходимых умений и навыков, позволяющих путем формирования культуры здоровья добиться максимального уровня сформированности профессионально важных физических, психологических, психофизиологических и специальных качеств;

5) исполнение модели поведения, определяющего достижение необходимого уровня культуры здоровья, что предполагает также реализацию следующих подзадач: следовать за естественным ходом развития с опорой на диагностические результаты; индивидуализировать психолого-педагогическое сопровождение; формировать способность к самооценке собственных действий и собственной ответственности за здоровье; актуализировать потенциальные возможности; использовать всевозможные средства образовательной среды учреждения профессионального образования для формирования культуры здоровья;

6) поддержка, реализующаяся в тьюторской, ассистивной помощи и возможностях близкого окружения в оказании сопроводительной и посильной физической и нравственной помощи [10, 11, 12].

Для решения поставленных задач использовались методы исследования: анкетирование, устный опрос, наблюдение, тестирование, педагогический эксперимент и такие активные методы обучения, как дидактические игры, тренинги, дискуссии, тимбилдинг, творческие проекты.

С целью проверки уровня сформированности культуры здоровья нами были изучены: уровень здоровья студентов, уровень усвоения материала по дисциплине «Адаптивная физическая культура», диагностика усвоения оздоровительных знаний студентами, уровень готовности студентов к профессиональной деятельности, результаты освоения и выполнения двигательных комплексов.

Уровень знаний студентов с ОВЗ в контексте проблемы формирования культуры здоровья определялся с помощью опросника и тестирования и представлен в табл. 1.

В ходе исследования и результатов сформулированы выводы, что наиболее важными условиями в процессе обучения в вузе являются: включение обучающихся в деятельность, направленную на здоровьесбережение, использование новых видов физкультурно-спортивной деятельности в образовательном процессе, применение оздоровительных технологий, использование активных форм и методов обучения.

Опытно-исследовательская работа подтвердила критерии эффективности формирования культуры здоровья у обучающихся с ОВЗ, включающих в себя:

— уровень индивидуального здоровья (индивидуально-результативный критерий);

Таблица 1

Уровни сформированности культуры здоровья у студентов с ОВЗ (кол-во студентов / %)

Уровни культуры здоровья	Критерии				Общая культура здоровья
	Индивидуально-результативный	Когнитивный	Мотивационно-ценностный	Операционно-практический	
Высокий	19	—	4	13	9
	34,6		31	10	6,9
Средний	61	42	29	23	39
	46,9	32,3	22,3	17,7	30
Низкий	32	70	61	80	21
	24,6	53,9	46,9	61,5	16,2
Очень низкий	18	18	36	14	21
	13,9	13,8	27,7	10,8	16,2

— знание студентов о здоровье (когнитивный критерий);  
 — мотивы, желания, потребности в здоровьесберегающей деятельности (мотивационно-ценностный критерий);  
 — практическую деятельность, направленную на формирование профессионально важных качеств (операционно-практический критерий).

Формирование культуры здоровья у студентов с ОВЗ, включенных в образовательную среду учреждения профессионального образования, расширяет свои границы до понятия «культуры профессионала», в связи с чем обогащается таким структурами, как био-эко-социальное существование, экологические отношения с окружающей действительностью [12], профилактические и коррекционные знания, умения и навыки в образе жизнедеятельности, производственная здоровьезатратность и способы сохранения здоровья и т. п.

### БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Колесников С. И. Экология : учеб. пособие. М. : Академия, 2013.
2. Маринченко А. В. Экология : учеб. пособие. М. : Дашков и К, 2014.
3. Васютина И. В., Симонова А. А. Современное понимание феномена «культура здоровья дошкольника» // Теория и практика образования в современном мире: материалы X Международной науч. конф. (г. Чита, апрель 2018 г.). Чита : Молодой ученый, 2018. С. 15—22. URL <https://moluch.ru/conf/ped/archive/277/13957/>
4. Волошина Л. Н. Теория и практика развития здоровьесберегающего образовательного пространства в комплексе «дошкольное учреждение — педагогический колледж». Белгород : Изд-во БелГУ, 2015. 356 с.
5. Сопко Г. И., Пазыркина М. В. Культура здоровья — важнейший компонент народного образования // Здоровьесберегающее образование. 2013. № 1(29). С. 88—94.
6. Волошина Л. Н., Демидович О. В., Нагель О. П., Серых Л. В. Воспитание здорового человека : учеб. пособие // Международный журнал экспериментального образования. 2017. № 9. С. 21—22.
7. Адырхаев С. Г. К проблеме физического воспитания студентов с ограниченными возможностями здоровья // Молодой ученый. 2014. № 1. С. 459—465.
8. Карева Г. В. Оценка формирования гностических способностей у студентов с ограниченными возможностями здоровья на примере дисциплины «Физическая культура и спорт» // KANT. 2017. № 4(25). С. 54—57.
9. Dim R. Sport and physical activity: their important for woman's leisure. Lancaster Univerity, 2014.
10. Бильданова Р. И., Макусев О. Н. Формирование культуры здоровья у студентов. 2015. URL: <https://scienceforum.ru/2015/article/2015012359>.
11. Куделина О. В. Формирование культуры здоровья студентов в образовательном процессе среднего профессионального учебного заведения: автореф... канд. пед. наук. Смоленск, 2018. 18 с.
12. Любаев А. В. Проблема формирования культуры здоровья у студентов-первокурсников // Молодой ученый. 2015. № 24. С. 675—677.

### REFERENCES

1. Kolesnikov S. I. Ecology. Moscow, Akademiya Publ., 2013. (In Russ.).
2. Marinchenko A. V. Ecology. Moscow, Dashkov and Co, 2014. (In Russ.).
3. Vasyutina I. V., Simonova A. A. Modern understanding of the phenomenon of “culture of preschool children's health”. *Theory and practice of education in the modern world*. Materials of X int. sci. conf. (Chita, April 2018). Chita, Young Scientist Publ., 2018. Pp. 15—22. URL: <https://moluch.ru/conf/ped/archive/277/13957/>
4. Voloshina L. N. Theory and practice of development of health-saving educational space in the complex “preschool institution-pedagogical college”. Belgorod, BelSU Publishing house, 2015. 356 p. (In Russ.).
5. Sopko G. I., Pazyrkin M. V. Culture of health — the most important component of public education. *Health-Saving education*, 2013, no. 1, pp. 88—94. (In Russ.).
6. Voloshina L. N., Demidovich O. V., Nagel O. P., Serykh L. V. Education of a healthy person. *International journal of experimental education*, 2017, no. 9, pp. 21—22. (In Russ.).
7. Adyrkhaev S. G. To the problem of physical education of students with disabilities. *Young scientist*, 2014, no. 1, pp. 459—465. (In Russ.).
8. Kareva G. V. Assessment of the formation of Gnostic abilities in students with disabilities on the example of the discipline “Physical culture and sport”. *KANT*, 2017, no. 4, pp. 54—57. (In Russ.).
9. Dim R. *Sport and physical activity: their important for woman's leisure*. Lancaster Univerity, 2014.
10. Bil'danova R. I., Makusev O. N. *The Formation of health culture in students*, 2015. URL: <https://scienceforum.ru/2015/article/2015012359>.
11. Kudelina O. V. *Formation of health culture of students in the educational process of secondary vocational school*. Abstract of diss. of the cand. of pedagogy. Smolensk, 2018. 18 p. (In Russ.).
12. Lyubaev A. V. The Problem of health culture formation in first-year students. *Young scientist*, 2015, no. 24, pp. 675—677. (In Russ.).

**Как цитировать статью:** Карева Г. В., Сбитный С. Н. Формирование культуры здоровья у студентов с ограниченными возможностями здоровья // Бизнес. Образование. Право. 2020. № 1 (50). С. 413—416. DOI: 10.25683/VOLBI.2020.50.126.

**For citation:** Kareva G. V., Sbitniy S. N. Formation of culture of health in students with restricted health opportunities. *Business. Education. Law*, 2020, no. 1, pp. 413—416. DOI: 10.25683/VOLBI.2020.50.126.