

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ ИМ. В.П. АСТАФЬЕВА»
(КГПУ им. В. П. Астафьева)

Факультет биологии, географии и химии
Кафедра биологии, химии и методики обучения

БЕЛАЯ ЕКАТЕРИНА НИКОЛАЕВНА

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**ОРГАНИЗАЦИЯ ВАЛЕОЛОГИЧЕСКИХ ПРОЕКТОВ В УСЛОВИЯХ
ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ВОЛОНТЕРСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ОБУЧАЮЩИХСЯ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ**

Направление подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование
Направленность (профиль) образовательной программы Биология

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ:
Зав. кафедрой
Антипова Е.М., д.б.н., профессор
« » _____ 2025 г. _____

Руководитель:
Голикова Т.В., к.п.н., доцент
« » _____ 2025 г. _____

Дата защиты 16 июня 2025 г.

Обучающийся Белая Е.Н
« » _____ 2025 г. _____
(дата, подпись)

Оценка _____
(прописью)

Красноярск, 2025

Содержание

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ НЕОБХОДИМОСТИ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ВОЛОНТЕРСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ	7
1.1. Организация волонтерского движения в России	7
1.2. Особенности волонтерской деятельности обучающихся в условиях среднего профессионального образования	14
ГЛАВА II. МЕТОДИКА ОРГАНИЗАЦИИ ВАЛЕОЛОГИЧЕСКИХ ПРОЕКТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ В УЧРЕЖДЕНИЯХ СПО	23
2.1. Современное состояние исследуемой проблемы в учреждении СПО КГБПОУ «Ачинский торгово-экономический техникум»	23
2.2. Реализация валеологических проектов в условиях волонтерской деятельности обучающихся СПО	25
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	38
СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ	40

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования: Для устойчивой положительной мотивации к сохранению и укреплению собственного здоровья, профилактики вредных привычек и формирование валеологической культуры требуются усилия не только медицинских работников, но и органов власти, самой общественности, и в первую очередь, самой молодёжи, как наиболее динамичной и активной группы. Молодёжь подвержена влиянию средств массовой информации: телевидению, интернету и т.д. Необходимо демонстрировать и пропагандировать здоровый образ жизни, а также мотивировать молодое поколение, на дальнейшее нравственное, духовное и физическое развитие.

Употребление психоактивных веществ является одной из наиболее острых социальных проблем современного российского общества. Ежегодно в Ачинском торговом - экономическом техникуме проводится анонимное социально-психологическое тестирование обучающихся в целях раннего выявления немедицинского употребления наркотических средств и психоактивных веществ.

Так, в 2023 г. анкетирова 576 обучающихся первых, вторых и третьих курсов «Ачинского торгово–экономического техникума», было в целом выявлено негативное отношение подростков к наркомании и наркотикам. Но также существует группа высокого риска и группа высочайшего риска, у которых была выявлена склонность к употреблению наркотических и психотропных веществ. Таких студентов оказалось 171 и 29 человек соответственно, что составило 29,69% и 5,03% от общего количества первокурсников.

Чтобы изменить состояние в лучшую сторону, а именно снизить процент студентов склонных к употреблению запрещенных веществ, необходимо проводить систематическую работу среди обучающихся. Это могут быть просветительские лекции, тренинги, творческие мероприятия,

встречи со специалистами, а также, на наш взгляд, действенной формой профилактики является организация волонтерского движения валеологической, здоровьесберегающей направленности. Особенностью такой деятельности является включение в состав волонтеров студентов из разных групп риска.

Волонтерское движение в современной системе образования является одним из важнейших средств социализации всех категорий подростков и молодежи, это особый взгляд на жизнь, целое мировоззрение, впитавшее в себя все самое достойное из созданного в мировом педагогическом пространстве на протяжении многих лет. Добровольная помощь, оказываемая человеком или группой людей обществу в целом или отдельным людям, основана на идеях бескорыстного служения гуманным идеалам человечества и не преследует целей извлечения прибыли, получения оплаты или карьерного роста. Она может принимать различные формы: от традиционных видов взаимопомощи до совместных усилий тысяч людей.

Исходя из вышеизложенного, тема выпускной квалификационной работы «Организация валеологических проектов в условиях педагогической волонтерской деятельности обучающихся среднего профессионального образования» актуальна и не вызывает сомнения.

Объект исследования: процесс организации педагогического волонтерства в условиях среднего профессионального образования, включающий проведение валеологических мероприятий.

Предмет исследования: методические условия организации валеологических проектов педагогической направленности в учреждениях среднего профессионального образования.

Цель исследования: определение содержания и методики организации валеологических проектов в условиях педагогического волонтерства в учреждениях среднего профессионального образования.

Задачи исследования:

1. Изучить в психолого-педагогической литературе теоретическое

обоснование необходимости педагогической волонтерской деятельности обучающихся.

2. Изучить современное состояние исследуемой проблемы в организации «Ачинский торгово-экономический техникум».

3. Разработать и реализовать проекты валеологического содержания в условиях волонтерской деятельности обучающихся СПО.

Гипотеза: если в условиях педагогической волонтерской деятельности обучающихся применять валеологические проекты, то процент студентов СПО склонных к употреблению наркотических и психотропных веществ снизится, но как следствие повысится активность студентов такого рода деятельности, увеличится объем их знаний о здоровье и здоровом образе жизни.

Практическая значимость валеологических проектов, заключается в их использовании в педагогической волонтерской работе обучающихся среднего профессионального образования. Это поможет, в воспитание бережного отношения к своему здоровью, обучению нормам здорового образа жизни и профилактики заболеваний.

Научная новизна исследования состоит в том, что разработанные и реализованные проекты валеологического содержания в условиях педагогической волонтерской деятельности, поспособствуют снижению процента студентов склонных к употреблению наркотических и психотропных веществ. А также повлияют на повышение уровня знаний о здоровом образе жизни и его сбережению.

Личный вклад:

1. Проведение анонимного социально-психологического тестирования, направленного на выявление склонных подростков, к употреблению наркотических и психотропных веществ.

2. Разработка валеологических проектов в условиях педагогической волонтерской деятельности.

3. Организация и реализация валеологических проектов.

Для решения поставленных задач были использованы следующие *методы исследования*: теоретические: сравнительный анализ теории и ретроспективы философской, психолого-педагогической, методической литературы, в разрезе рассматриваемой проблемы; практические: обобщение опыта организации валеологических проектов в «Ачинского торгово-экономического техникума», метод единой методики социально-психологического тестирования (ЕМ СПТ) [Приказ РФ №239, 2020]

Исследование осуществлялось в три этапа. На первом этапе был проведен анализ психолого-педагогической, методической и учебной литературы, который позволил определить цель, задачи, предмет, объект исследования, а также определить актуальность темы.

На втором этапе был проведен анализ современного состояния исследуемой проблемы в организации «Ачинского торгово-экономический техникум».

На третьем этапе были разработаны и реализованы проекты валеологической направленности. Сформулированы выводы, оформлена выпускная квалификационная работа и представлена к защите.

Результаты исследования докладывалась и обсуждалась на педагогическом совете «Ачинского торгово-экономического техникума» 25.11.2024 г.

База исследования: 576 обучающихся первых, вторых и третьих курсов, принявшие участие в анкетировании КГБПОУ «Ачинский торгово-экономический техникум» г. Ачинска.

Структура выпускной квалификационной работы состоит из 44 страниц печатного текста, включает введение, две главы, заключение, библиографический список из 41 наименования.

ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ НЕОБХОДИМОСТИ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ВОЛОНТЕРСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

1.1. Организация волонтерского движения в России

Волонтерская деятельность как социальное явление имеет свой длительный исторический этап становления и реализации различных форм активности с соответствующей трансформацией с учётом различных факторов изменений в социальной и политической жизни страны. М.В. Певная в исследовании волонтерского движения и трансформации его видов и направлений указывает на то, что волонтерская деятельность существовала при различных государственных режимах, однако оценить масштабы деятельности, проследить ее становление, развитие и влияние на общество возможно только в гражданском обществе [Ляшенко, 2023].

Волонтерские практики можно связывать с периодом институализации 90-х годов и до середины 2000-х гг. когда волонтерская деятельность достигла своего апогея в распространении и поддержке на основе государственной политики.

Практика поддержки волонтерского движения с 2010 г. основана на анализе автором количества реализуемых волонтерами проектов, направленных на оказание помощи нуждающимся гражданам, открытых в это время волонтерских центров социальной помощи населения.

Созданная система волонтерского движения стимулировала, просвещала и вовлекала в волонтерскую деятельность молодёжь и объединяла не только центры поддержки волонтерства, но и созданные движением специальные фонды поддержки волонтерских инициатив [Горлова, 2019].

Современное состояние волонтерского движения в стране можно определить как динамично развивающуюся общественную активность граждан, с первоочередной задачей вовлечения как можно больше населения

разных возрастных групп и социального статуса к волонтерской деятельности и поддержке социальных проектов и программ на федеральном и региональном уровне. Решению этого вопроса может способствовать реализация проекта Постановления Правительства РФ «Об утверждении Концепции развития добровольчества (волонтерства) в Российской Федерации до 2025 года» [Постановление....., 2024].

Нравственное воспитание подрастающего поколения является актуальным вопросом в настоящее время, требующим, на основе советского позитивного опыта, развития волонтерского движения и вовлечения молодежи в решение социальных задач.

Общество во все времена испытывает необходимость в моральных образцах и социально-одобряемых моделях поведения, что определяет важность волонтерского движения, нацеленного на преобразование общественного бытия.

Историческое явление волонтерства основывается на бескорыстном характере деятельности, самостоятельного выбора направлений деятельности волонтером, общественной пользой и личностной самореализацией с учётом историко-культурного развития, социально-экономических и политических условий, идеологии государства [Горлова, 2021].

Юридически закреплённое толкование термина «добровольческая (волонтерская) деятельность определяет волонтерскую деятельность как добровольную деятельность в форме безвозмездного выполнения работ [Федеральный закон №15, 2024].

В РФ волонтерское движение активно поддерживается на федеральном и региональном уровне, что свидетельствует о перспективах развития волонтерского движения и его важном значении для эффективного проведения государственной молодежной политики.

Волонтер – это доброволец, человек, добровольно занимающийся безвозмездной общественной деятельностью, альтруист. Деятельность волонтеров анализируется отечественными исследователями в основном с

точки зрения педагогической науки, что оправдано направленностью целей волонтерства в нравственном воспитании подростков [Медведева, 2020].

Волонтерство – добровольческая деятельность, дающая простор созидательной инициативе и социальному творчеству широких слоёв населения, сфера, которая является важнейшим вкладом в достижение целей социальной политики страны и повышение качества жизни [Дьячкова, 2022].

Существуют особенности развития волонтёрского движения в современной России [Смирнова, 2018]. Выделим основные из них (Рисунок 1):

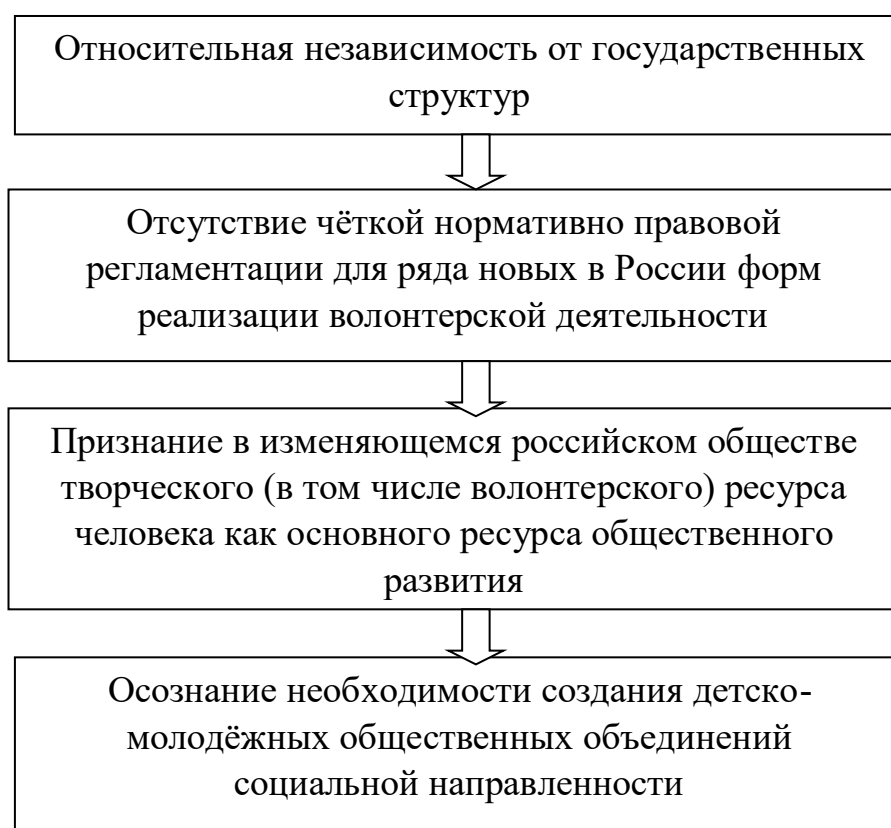


Рисунок 1 – Особенности развития волонтёрского движения в современной России

Анализ рисунка 1 показывает, что все особенности развития волонтёрского движения последовательно идут друг за другом. Описание данных особенностей, позволяет нам отследить, как развивается волонтерство. Мы можем сделать вывод, что волонтерство стало важным и необходимым ресурсом.

Гребенкина Л.К. [2022] отмечает, что в современной социальной педагогике выражена система взглядов, согласно которым человек является высшей ценностью, что предполагает гармоническое развитие личности на основе принципов сотрудничества и организации совместной деятельности в социуме.

Волонтерство близко, по сути, понятию благотворительность, что может определять основные цели волонтерства как безвозмездное распределение финансовых и материальных частных ресурсов их обладателями между нуждающимися людьми [Баталова, 2017].

В этом смысле волонтерство носит, в отличие от милостыни, организованный и общественно значимый характер. Мероприятия, организуемые волонтерами, направлены на решение социально-культурных, экономико-экологических проблем социума и может также определяться как своеобразный вид социальной помощи.

Для волонтеров характерна собственная гражданско-патриотическая позиция и гуманистическое мировоззрение, профессиональные качества и стремление к самосовершенствованию.

Половецкий С.Д., Милованов К.Ю. [2019] в своём исследовании исторических аспектов развития волонтерства отмечают следующие аспекты. Участие молодёжи в волонтерском отряде сформировано на принципе совместной деятельности, общности увлечений и сплочении членов данного общества.

Цели и задачи волонтерства неразрывно связаны с патриотическим воспитанием и повышения уровня патриотизма среди молодёжи, которые всегда стояли на высоком уровне, как в военном, так и в мирном времени.

Целевая направленность волонтерства представлена на рисунке 2. И помогаем разобраться, на чем основано волонтерство, кто его осуществляет и на кого оно направленно.

Три целевых аспекта выделены в данном рисунке:

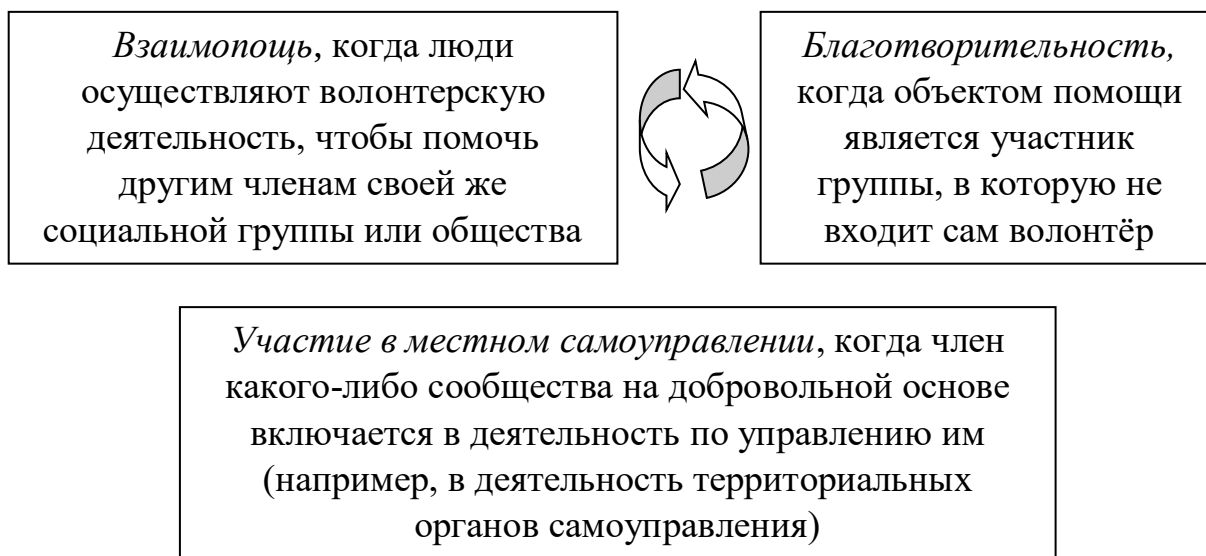


Рисунок 2 – Целевая направленность волонтерства

Согласно схеме, в которой отражена целевая направленность волонтерства, мы можем выделить его ключевую основу: взаимопомощь, благотворительность и добровольческая деятельность, без которой волонтерская работа, не будет являться волонтерской.

Современные задачи и функции волонтерства возведены в ранг государственной политики в области образования, в которой главным становится создание условий для формирования у волонтеров гражданских и духовно-нравственных качеств.

Государственная политика в направлении развития социально ответственной личности в целом поддерживает создание условий для развития наставничества, поддержки инициатив и проектов в сфере волонтерства, что определяет высокое значение волонтерства в современном обществе и необходимости дальнейшей активизации волонтерских инновационных практик социальной деятельности, разработку образовательных программ и реализации молодежных проектов [Указ Президента РФ № 204, 2018].

Волонтерские проекты являются эффективным средством, площадкой для формирования у студентов валеологической культуры, то есть знаний,

умений и мотивации к ведению здорового образа жизни и сохранению здоровья [Лебедева, 2023].

В волонтерском движении можно выделить такие функции, как участие в формировании и развитии гражданского общества, трансляции ценностей и традиций; гражданская социализация отдельного индивида; интеграция общества через ассоциации граждан; кооперация усилия для защиты прав; самоуправление и коллективное решение проблем; поддержка незащищённых групп; свободное самовыражение и социальное творчество людей [Исмаилова, 2018].

В истории отечественной педагогики признание получили такие виды волонтерской деятельности как тимуровское движение, общественная деятельность молодёжных организаций, движение вожатых. По сфере деятельности волонтеров можно выделить социальную сферу, краеведческую, здравоохранение, религия, физическая культура и спорт, пропаганда здорового образа жизни и так далее. Рассмотрим некоторые проектные практики и сферы деятельности волонтеров на территории РФ.

Соловьева Н.И. [2022] рассматривает роль медиаволонтерского движения, направленного на восстановление исторической памяти, в патриотическом воспитании молодёжи. Функции медиаволонтерства заключаются в информационной поддержке патриотического направления волонтерства, создании информационного поля для событий и акций, привлечении волонтеров к решению общественно важных проблем общественности.

Медиаволонтерство в интернет пространстве позволяет расширить масштаб и достижение результатов патриотического воспитания молодёжи, что является важным аспектом в условиях взаимодействия с людьми с ограниченными физическими возможностями или теми, кто не может пожертвовать своим временем. Медиаволонтерство становится актуальной проектной практикой современной молодёжи, позволяя расширить целевую

аудиторию, привлечь волонтеров к решению общественно важных задач и привлечь бизнес структуры и общественные объединения [Соловьева, 2022].

Кочина Е.А. [2022] отмечает важность проектной деятельности волонтеров в работе с детьми-инвалидами и детьми с ограниченными возможностями здоровья. В связи с ростом числа детей инвалидов и детей с ограниченными возможностями в РФ, детей с психическими расстройствами и расстройствами поведения, актуальность привлечения волонтеров к данному вопросу является обоснованной и способствующей снижению коммуникативных барьеров.

Волонтеры привлекаются для организации социально-значимых мероприятий и акций с целью повышению уровня адаптации детей инвалидов с общественной среде [Кочина, 2022].

Синякова М.Г., Буданов Б.В., Захарова Л.А., Овчинникова Д.Г. отмечают актуальность вовлечения волонтеров в деятельность по обеспечению безопасности жизнедеятельности, формирование здорового образа жизни, развитие стремления к саморазвитию и самоорганизации молодежи на современном этапе развития общества [Синякова и др., 2022].

В современной России волонтерство выступает как масштабное социальное, культурное и политическое явление, которое трансформируется с учётом новых требований общественной жизни. Значимость волонтерства определяется на государственном уровне, нормативно-правовом, финансовом и организационном и дополняется различными функциями социальной политики для решения общественно важных задач.

Становление демократического общества невозможно без развития гражданского общества и участия граждан в общественной жизни страны, что требует объединения усилий и ресурсов общества и государства, и закрепление норм и правил среди волонтеров как между собой, так и с теми, кому они помогают.

Кузнецова И. В. [2022] рассматривает разные методы и стратегии для внедрения валеологических проектов в учебное пространство и обсуждает

роль педагогов и студентов в реализации таких инициатив. А также подчеркивает важность междисциплинарного подхода и использования современных технологий, предлагает конкретные этапы и формы организации проектов для повышения здоровья и культуры поведения у учащихся.

Так основу волонтерского движения составляет целостная система ценностей населения, традиции территорий и формы взаимопомощи. Несмотря на политические условия, волонтерское движение в России не только не прекращается, но и развивается, так как возрастает роль волонтерства в решении социальных проблем, проблем оказания помощи гражданам, находящимся в трудной жизненной ситуации и проблем воспитания молодежи для формирования здоровой и патриотически настроенной нации [Тонконогая, Азовский, 2024].

1.2. Особенности волонтерской деятельности обучающихся в условиях среднего профессионального образования

Педагогическое волонтерство имеет черты самобытности и специфические черты, раскрывая большой потенциал для развития. Педагогическое волонтерство рассматривается как взаимодействие педагогов и волонтеров с людьми, нуждающимися в помощи в решении социальных проблем, проблем саморазвития и самореализации личности [Акимова, 2006].

Педагогическая волонтерская деятельность направлена, в том числе на решение социально-педагогических задач в молодежной среде СПО и раскрывается путём определения факторов педагогического волонтерства, которые дополняют характеристики волонтерства, к примеру, непрофессиональная занятость студентов СПО, непринуждённость и свобода в осуществлении деятельности.

Важна интеграция волонтерских программ в образовательных практиках для повышения уровня здоровья студентов и формирования устойчивых здоровых привычек [Миронова, 2022].

Особое внимание уделяется методикам и подходам, которые помогают интегрировать валеологическое образование в учебный процесс, а также способам мотивации учащихся и педагогов к развитию навыков здорового образа жизни [Сидорова, 2021].

Целью педагогической волонтерской деятельности является личностное развитие обучающихся СПО, развитие профессиональных знаний и умений, из чего следует, что результатом педагогической деятельности волонтера становится положительное изменение в поведении и деятельности обучающихся.

Волонтеры не составляют конкуренцию педагогам, но стремятся восполнить недостатки педагогической среды и организационных механизмов.

В педагогическом волонтерстве невозможно получить быстрые результаты, но регулярность деятельности требует самоотдачи. Педагогические технологии занимают важное место в педагогической волонтерской деятельности такие как технология общения с обучающимися, организация творческих мероприятий, тренингов, лекций, наставничество, которые повышают эффективность работы волонтеров и делает более значимой педагогическую волонтерскую деятельность [Бочко, 2019].

Инновационные проекты движения волонтеров требуют, в условиях реформирования социальной, культурной и экономической сфер жизни общества повышения внимания со стороны государства и развития необходимых компетенций, умений и навыков самих волонтеров, их личностных качеств для эффективности волонтерской деятельности. А также обучающиеся приобретают определённые компетенции (Рисунок 3).



Рисунок 3 – Компетенции, приобретаемые обучающимися в волонтерской деятельности

Студенты, решившие заниматься волонтерской деятельностью, должны иметь представление о развитии данного вида деятельности, его значимости для общества и для будущей профессиональной деятельности. Вопросы личности волонтера рассматриваются на уровне научно-теоретических исследований, позволяющих определить деятельность волонтеров не только как процесс оказания помощи, но и как воспитательно-образовательное направление формирования высокого уровня взаимодействия в обществе, повышение нравственных качеств и самосовершенствования.

Иванова Е.В. [2020] считает, что «валеологическая подготовка студентов способствует развитию у них позитивных установок на ведение здорового образа жизни, что, в свою очередь, повышает эффективность их волонтерской деятельности и способствует формированию социально ответственной личности».

Особое место в развитии волонтерского движения принадлежит, в том числе, студентам среднего профессионального образования, для которых волонтерская деятельность может быть фактором профессионального самоформирования и развития деловых и личностных качеств. Среди

мотивов студентов вступления в волонтерскую деятельность можно выделить познавательные, социальные и творческой самореализации [Плетенева, 2019].

Так, к группе познавательных мотивов относят возможность расширения кругозора; приобретение знаний о формах и методах работы с группами населения с ограниченными возможностями здоровья; возможность совершенствования имеющихся знаний об окружающих.

В группе социальных мотивов выделяют потребность быть полезным обществу; осознание возможности получить одобрение со стороны окружающих; возможность приобретения умений, необходимых для будущей профессиональной деятельности.

Мотивы творческой самореализации – это необходимость самостоятельно определить эффективные пути взаимодействия; возможность видеть собственные неудачи и наметить пути их преодоления; необходимость предвидения нестандартных ситуаций.

Готовность студентов к педагогической волонтерской деятельности определяется уровнем представления студентов о сущности волонтеров, наличием мотивов, осознании социальной значимости творческого подхода к решению задач.

Реализация педагогической волонтерской деятельности в условиях среднего профессионального образования требует предварительного изучения методов научно-педагогического исследования, что позволяет определить готовность участника к волонтерской деятельности.

Студент имеет возможность приобрести в процессе педагогической волонтерской деятельности определённые мировоззренческие позиции, умение взаимодействия и проектирования деятельности. В условиях СПО педагогическая волонтерская деятельность предусматривает подготовку студентов - волонтеров к волонтерской деятельности.

В статье, опубликованной в журнале «Наука и образование» по теме «Методика реализации валеологических проектов в образовательной среде»,

описываются условия для формирования здорового образа жизни. Главным условием, по мнению автора, является, обеспечение доступа к современным спортивным и оздоровительным ресурсам, внедрение программы просветительской работы по валеологии, создание благоприятной психологической атмосферы в образовательных учреждениях, внедрение практических занятий и проектов, связанных с физической активностью и правильным питанием и проведение регулярных мероприятий по мотивации и развитию здоровых привычек [Петров, 2019].

Следуя этапам педагогической волонтерской деятельности, возможно достичь поставленной цели. Этапы педагогической волонтерской деятельности представлены на рисунке 4.

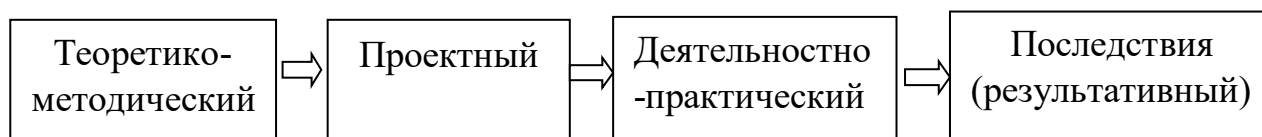


Рисунок 4 – Этапы педагогической волонтерской деятельности

На каждом этапе решаются определённые задачи в соответствии с целями деятельности. Важно, чтобы обучающиеся освоили теорию и закономерности воспитательной деятельности, технологию проектирования воспитательной работы с молодёжью. Важнейшим этапом педагогической волонтерской деятельности является проектирование, на котором разрабатываются воспитательные мероприятия с учётом целей, задач и особенностей группы молодёжи, на которую направлена деятельность.

Деятельностно-практический этап предполагает непосредственную воспитательную работу с контрольной группой, в которой важными компонентами выступают осознанность волонтеров, осмысление собственного опыта и целеполагания. Результатом педагогической волонтерской деятельности становится качественное изменение процесса либо состояние объекта и сформированность качества социальной компетентности обучающихся [Ляшенко, 2023].

Привлечение обучающихся к педагогической волонтерской деятельности способствует становлению личности в качестве компетентного, деятельностного человека. Каждый волонтер имеет свой потенциал, приводящий его к поставленной цели. Волонтерство позволяет включить в социально полезную деятельность. Целенаправленное сопровождение волонтерской деятельности ориентировано на развитие социальных компетенций, активизацию личностного роста, межличностного общения и взаимодействия. Реализация социально значимых проектов ориентирована на взаимный интерес и соответствие молодежных инициатив актуальным проблемам социума.

Иванов П.П. [2022] предлагает внедрять валеологические проекты в рамках волонтерской деятельности студентов, описывает методы и подходы к созданию и реализации таких проектов, подчеркивая важность участия студентов в профилактике здоровья и пропаганде здорового образа жизни. Им рассматриваются примеры успешных волонтерских инициатив, направленных на формирование у молодежи ответственного отношения к своему здоровью, обсуждается роль образовательных учреждений и общественных организаций в поддержке подобных проектов.

Молодёжное объединение, такое как волонтерство, занимается профилактикой дивиантного поведения, что обуславливает приобретение молодыми людьми социальных навыков в принятии решений, а также решение проблемных ситуаций, возникающих в семье или в условиях СПО.

Педагогическая волонтерская деятельность, на основе теории и практики, способно решить различные воспитательные задачи среди молодёжи, которые могут быть направлены на нивелирование манипуляции и групповому давлению между различными социальными группами молодёжи в студенческой среде [Коновалова, 2019].

Волонтерские объединения на базе СПО является ценным опытом для молодёжи для формирования его личности. Подобный способ организации обучения специалистов способствуют приобретению обучающимися опыта самостоятельных действий и построения маршрута профессиональной

деятельности, формирует гуманистические профессионально-личностные ценности.

Практические рекомендации, описанные Барановой И.А. [2022], включают следующие подходы для формирования устойчивых привычек и навыков ведения здорового образа жизни: использование проектных технологий; интеграция валеологических программ в учебный процесс; проведение практических занятий и тренингов; мотивационные мероприятия и стимулирование активного участия.

Обучающиеся-волонтёры СПО могут помочь в формировании здорового образа жизни среди студентов, популяризации спорта, профилактике социально-опасных заболеваний. Получив необходимые теоретические навыки на специальных тренингах или лекциях, обучающиеся могут приступить к профилактической работе в среде сверстников. Педагогическую волонтёрскую деятельность можно рассматривать как инновационное средство профессиональной социализации [Петошина и др., 2015].

Педагогическая волонтёрская деятельность обучающихся СПО может быть направлена на деятельность по пропаганде здорового образа жизни среди молодёжи. Образ жизни современной молодёжи имеет важное значение для повседневной жизни, качества учебной деятельности и использования свободного времени. Необходимо использовать именно системный подход, планирование и мотивацию для успешной реализации валеологических проектов, а также важно оценивать их воздействие на здоровье и образ жизни студентов [Орлова, 2021].

Значение научно-педагогического направления валеологии, как основы здорового образа жизни человека в волонтёрской деятельности является инновационным направлением, так как здоровье молодёжи и нации является актуальной проблемой современного общества. Пропаганду здорового образа жизни может осуществлять молодёжь через педагогическую волонтёрскую деятельность путём реализации проектов в данном направлении.

Валеологические проекты состоят из определённых этапов [Куклина, 2018], сущность которых представлена на рисунке 5:

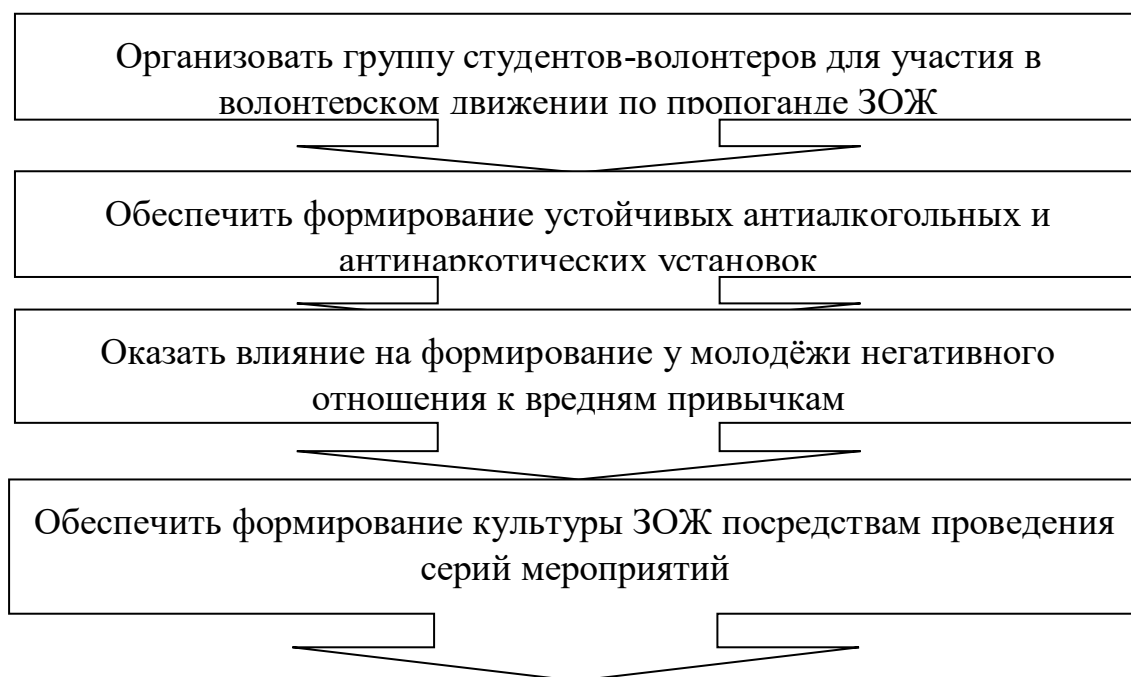


Рисунок 5 – Этапы проекта по валеологии

Проекты во валеологии, основными задачами которых является формирование чётких убеждений среди молодёжи о необходимости укрепления и сохранения здоровья, формируют не только позицию в отказе от вредных привычек, но и мотивацию к здоровым потребностям и распространению знаний другим обучающимся. Волонтёрское движение, таким образом, реализуемое в СПО по продвижению проекта по валеологии может нести созидательную функцию.

Проектные мероприятия формируют негативное отношение к вредным привычкам и вовлекают молодёжь в распространение информации о том, что каждый может быть хранителем и созидателем своего здоровья и как необходимо обращаться со сложным механизмом, то есть своим организмом. Педагогическая волонтёрская деятельность позволяет сформировать чёткий вектор развития потенциала здоровой нации и снять остроту данной воспитательной проблемы среди обучающихся СПО [Баландин, 2017].

Молодёжь должна быть ответственна за своё здоровье, здоровья своих близких и реализовывать инициативы по информированию по вопросам здорового образа жизни, изменение отношения целевых групп к своему здоровью путём участия в акциях, играх, квестах [Лукина, 2022].

В статье «Валеологическая деятельность студентов в рамках волонтерских программ» отмечается, что студенты, участвуя в волонтерских программах, не только помогают обществу, но и сами укрепляют свои знания и навыки в области валеологии, становясь активными пропагандистами здорового образа жизни [Смирнова, 2021].

Проект реализуется через передачу информации «равный — равному» и предполагается повышение эффективности проекта, вовлеченности большего числа молодёжи в проект, формирование ответственности у молодёжи за здоровое будущее страны. Включение молодёжи в проекты по пропаганде здорового образа жизни происходит через ее участие в различных мероприятиях. Постепенно сам волонтер становится источником информации, направленной на сохранение жизни.

Таким образом, волонтерская деятельность – эффективный инструмент формирования у студентов навыков здорового образа жизни и повышения их социальной активности [Новикова, 2023], а важность сочетания теоретических знаний о здоровье с практическим опытом волонтерской деятельности способствует более глубокому усвоению информации и закреплению здоровых привычек [Дж. Смит, 2021].

ГЛАВА II. МЕТОДИКА ОРГАНИЗАЦИИ ВАЛЕОЛОГИЧЕСКИХ ПРОЕКТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ В УЧРЕЖДЕНИЯХ СПО

2.1. Современное состояние исследуемой проблемы в учреждении СПО

КГБПОУ «Ачинский торгово-экономический техникум»

КГБПОУ «Ачинский торгово-экономический техникум» одно из старейших учебных заведений в городе Ачинске, которому в октябре 2024 исполнилось 93 года. Обучение осуществляется по различным специальностям и профессиям, таким как «Технология продуктов питания из растительного сырья»; «Документационное обеспечение управления и архивоведение»; «Туризм и гостеприимство»; «Поварское и кондитерское дело»; «Портной», «Пекарь» и т.д. Основной целью образования и воспитания, всех специальностей и профессий является – формирование физически здоровой, духовно-богатой, творчески мыслящей личности, обладающей прочными знаниями, способной адаптироваться к условиям жизни.

Студенты, поступившие в техникум на базе 9 классов, наряду с приобретением профессии, продолжают осваивать курс основной средней общеобразовательной школы и изучают школьные предметы, в том числе биологию.

Изучение биологии включено в расписание студентов и организуется один раз в неделю. Так, осваивая рабочие профессии по профилю подготовки «Повар, кондитер», «Портной» и «Пекарь», обучающиеся завершают предметную биологическую подготовку на основе федеральной рабочей программы среднего общего образования (10-11 класс, базовый уровень).

При изучении биологических тем, преподаватели опираются на специфику профессионального обучения. Повара, кондитеры и пекари изучают молекулярный уровень и его общую характеристику; знакомятся с неорганическими и органическими веществами: вода, минеральные соли,

углеводы, белки, жиры, их состав и взаимосвязи с продуктами питания, а также их функции и влияние на здоровье человека. В такую специальность как «Технология продуктов питания из растительного сырья» входит изучение таких тем, как обмен веществ и превращение энергии в клетке, энергетический обмен в клетке, углеводы растительного происхождения, строение и функции клетчатки. Изучение перечисленных тем является базой для решения вопросов, связанных с валеологическим образованием и воспитанием.

В течение учебного года в техникуме проходят внеучебные мероприятия, акции и праздники. Основная масса мероприятий имеют развлекательную и просветительскую тематику.

На базе Ачинского торгово-экономического техникума были реализованы и проекты различных направленностей: патриотические, социальные, экологические, профориентационные: «Старт в профессию»; «Игра в профессии – импульс к выбору»; «Зеленое счастье рядом»; «Экстремизм» и «терроризм» – угроза обществу»; «Крепкая семья – счастливые дети»; «Окно в мир добра» и т.д.

Один из проектов валеологической направленности «Сказкотерапия» стал средством социализации обучающихся с ОВЗ и сохранения психологического здоровья и комфорта. Его целью являлось создание условий и вовлечение обучающихся с ОВЗ различных образовательных организаций (Ачинский торгово-экономический техникум, коррекционная школа VIII вида, реабилитационный центр «Синеглазка г. Ачинска) в сферу творческой, коммуникативной активности посредством создания кукол, помочь им адаптироваться в социокультурном пространстве через сказкотерапию и игротерапию.

Также работают кружки и секции по дополнительному образованию, различных направленностей. На здоровьесбережение направлены такие кружки: «Спортивные игры»; Настольный теннис; «Формула ЗОЖ»; «Независимость», которые студенты могут посещать после занятий.

Из данного перечня, один кружок «Независимость» включает в себя работу студентов-волонтеров, по осуществлению первичной профилактики употребления психоактивных веществ, среди студентов, основанной, главным образом, на развитии культуры здорового образа жизни и других социально значимых ценностей - созидания, творчества, духовного и нравственного совершенствования человека. Данный кружок, студенты могут посещать два раза в неделю по полтора часа.

Так как, среди основных тенденций наибольшую тревогу вызывает растущее омоложение потребителей наркотических средств и психотропных веществ, разработка программы «Независимость» продиктована необходимостью создания в техникуме системы по профилактике наркомании.

Благодаря анонимному социальному психологическому тестированию в 2023г., целью которого является раннее выявление немедицинского употребления наркотических средств и психоактивных веществ, команда волонтеров, пришли к выводу. Что работа, одного внеурочного дополнительного кружка, в данном направлении, не сможет решить актуальную и растущую проблему.

Успешная адаптация, в том числе развитие навыков, ориентированных на сбережение собственного здоровья, это задачи, которые являются одними из главных для образовательного учреждения.

Мы увидели, что использование валеологического подхода и привлечение студентов к педагогической волонтерской работе необходимо и требуется разработка и организация проектов по валеологической направленности.

2.2. Реализация валеологических проектов в условиях волонтерской деятельности обучающихся СПО

Валеологические проекты в Ачинском торгово-экономическом техникуме имеют своё место. Но требуют развития и продвижения.

Валеология — это наука о здоровье, которая изучает закономерности и факторы, способствующие сохранению и укреплению здоровья, а также профилактике болезней [Костенко, 2015]. Костенко Т.В. рассматривает здоровье как многогранное явление и относится к биологической отрасли, включающей биологические, социальные и психологические аспекты, и акцентирует внимание на формировании здорового образа жизни.

Валеология включает в себя несколько направлений, каждое из которых фокусируется на определенных аспектах здоровья и его сохранения. Ниже представлены основные направления валеологической науки и их характерные особенности:

- профилактическая валеология — изучает методы и средства профилактики заболеваний и формирование здорового образа жизни;
- клиническая валеология — сосредоточена на исследовании заболеваний, их профилактике и реабилитации;
- социальная валеология — рассматривает влияние социальных факторов на здоровье, включая условия жизни, образование и доступ к медицинскому обслуживанию;
- экологическая валеология — исследует влияние окружающей среды на здоровье человека;
- психологическая валеология — изучает влияние психоэмоционального состояния на здоровье и методы его коррекции [Мальцев, 2017].

На начальном этапе в 2023 г. мы провели социально психологического тестирования обучающихся техникума. Исходя из этого сформировали конкретную цель и задачи. А также определили ресурсы и участников. Результаты представлены в таблице 1

Таблица 1 — Результат тестирования 2023 года обучающихся образовательной организации КГБПОУ «Ачинский торгово-экономический техникум»

Параллель/курс	Численность обучающихся, подлежащих тестированию	Кол-во официально отказавшихся от участия в СПТ	Кол-во не участвующих из-за ОВЗ	Кол-во не участвующих по иным причинам	Численность участников тестирования	Коррекций по шкале	Риск			
							Высокая вероятность		Высочайшая вероятность	
	Абс.	Абс.	Абс.	Абс.	Абс.	Абс.	Абс.	В %	Абс.	В %
1	240	0	0	0	240	12	67	27.92	13	5.42
2	194	0	0	0	194	8	60	30.93	9	4.64
3	142	0	0	0	142	6	44	30.99	7	4.93
Итого	576	0	0	0	576	26	171	29.69	29	5.03

При разработке валеологических проектов, предусмотрели сроки включенных мероприятий по пропаганде здорового образа жизни, профилактике заболеваний, формированию навыков здорового поведения. Также нами были подобраны необходимые материалы и средства, определены и назначены ответственные волонтеры.

В план мероприятий, мы включили один из важных этапов по основам проведения профилактической антинаркотической работы. Этим этапом стало обучение волонтеров на базе "Сибирского юридического института Министерства внутренних дел Российской Федерации". На занятиях волонтеры получили знания о науке валеологии, закрепили навыки коммуникации через проведение информационных и просветительских мероприятий.

Следующим этапом стал этап реализации проектов. Так, волонтерами КГБПОУ «Ачинского торгово-экономического техникума» были реализованы три проекта валеологической направленности, имеющие разные задачи, но одну цель – формирование устойчиво негативного отношения к психотропным

веществам, культуры здорового образа жизни, навыков самосохранения здоровья через непосредственно педагогическую волонтерскую деятельность.

Каждый проект основан не только на включении студентов в роль стороннего наблюдателя, но и приобщение их к разработке, организации и совместного проведения профилактических - здоровьесберегающих мероприятий.

Так, проект «Здоровый - Ум - Здоровое Тело» работает в двух направлениях. Первое – оказание влияния на мировоззрение и мышление студентов через регулярные встречи с различными специалистами по наркоконтролю. Второе – укрепление физического здоровья через постоянные спортивные активности и формирование здоровых привычек и образа жизни.

Для достижения поставленной цели был определен ряд задач на каждый этап проекта:

1. Подготовительный этап – привлечь студентов к волонтерской деятельности и включить их в состав команды волонтеров «Неравнодушные сердца».

2. Основной этап – разработать и составить календарный план мероприятий профилактической направленности, в который должны войти встречи со специалистами и экспертами МО МВД России «Ачинский», психологами и медицинскими работниками. Также в рамках данной задачи составлен план мероприятий спортивной направленности, включающий организацию и проведение эстафеты, игры в волейбол, теннис и йога и др.

3. Заключительный этап – организовать встречу с волонтерами-лидерами для подведения итогов и построения дальнейшего плана работы.

Подготовительный этап был реализован, через агитацию в социальных сетях техникума, создание листовок и размещение их на стендах по вступлению в ряды волонтеров, организацию личной встречи с лидерами волонтерского движения и мастер-классов по работе волонтеров и их результатов.

В основной этап входили такие мероприятия: турнир по волейболу посвященный «Международному дню борьбы со СПИДом»; лекция «Негативное отношение к употреблению наркотических средств и о последствиях их употребления»; турнир по настольному теннису в рамках акции «Молодежь против наркотиков»; профилактическое мероприятие от инспектора «Ответственность за участие в обороте наркотиков»; профилактическое мероприятие, проведенное медицинским работником техникума – «ВЭЙПЫ».

Также на данном этапе была организована просветительская встреча с главным специалистом-экспертом отделения по контролю за оборотом наркотиков МО МВД России «Ачинский» по теме «Физиология воздействия наркотиков», в ходе которой объяснялись и обсуждались такие вопросы, как воздействие наркотических веществ на центральную и периферическую нервную системы, изменения в нормальном физиологическом функционировании мозга. Кроме этих вопросов обсуждались проблемы, связанные с влиянием нейромедиаторов, таких как дофамин, серотонин и норадреналин. Так, например: Опиоиды (героин) активируют рецепторы, отвечающие за ощущение удовольствия, что может вызвать зависимость. По окончании встречи, студенты пришли к выводу, что это может привести к изменению настроения, восприятия и поведения. Даже легкие наркотики могут иметь серьезные последствия.

Профилактическая встреча с психологом по теме «Психосоматические связи», на которой студенты совместно с психологом изучали, как психическое состояние влияет на физическое здоровье. Стресс, тревога и депрессия могут привести к различным заболеваниям: от сердечно-сосудистых до желудочно-кишечных. И разобрали конкретный пример: хронический стресс может ослаблять иммунную систему, что делает организм более уязвимым к инфекциям. Был подведен итог, что здоровый образ жизни и управление стрессом помогают предотвратить болезни.

Еще одна профилактическая встреча с медицинским работником техникума по теме «Роль гормонов». В ходе этой встречи был организован совместный просмотр научного фильма с дальнейшим его обсуждением. В ходе диалога студенты увидели взаимосвязь наркотиков с гормональным балансом. На конкретных примерах убедились, что наркотики могут нарушать его, и это влияет на эмоциональное состояние и физическое здоровье. Гормоны, такие как кортизол (гормон стресса), могут повышаться при употреблении наркотиков, что может вызывать тревогу и депрессию. Разобрали один пример: Употребление наркотиков может привести к дисбалансу тестостерона и эстрогена, что влияет на репродуктивное здоровье.

Спортивная эстафета по теме «Анатомия и физиология человека». В ходе которой, команды студентов, выполняли задания соревнуясь между собой на скорость и ловкость. Каждая команда имела своё название, первая «Сердце», вторая «Мышцы». На этапах эстафеты, команда опередившая другую, собирала подсказки в свою врачебную сумку. По итогам спортивно-валеологического мероприятия, студенты собрали плакаты с полученной ими информацией.

Команда «Сердце» составила такую информацию: Сердце состоит из четырех камер и работает как насос, перекачивая кровь по всему телу; во время физической активности потребность в кислороде возрастает и сердце начинает бить быстрее, чтобы обеспечить мышцы необходимым количеством кислорода.

Команда «Мышцы» собрала свою информацию: Мышцы делятся на скелетные, гладкие и сердечные; скелетные мышцы отвечают за движение и могут быть тренированы для увеличения силы и выносливости; при выполнении силовых упражнений происходит гипертрофия мышечных волокон. По итогу проведенной эстафеты ребята обрели не только биологические знания, но и развивали свою физическую активность.

Турнир по волейболу «Здоровички». Перед началом турнира была проведена короткая лекция медицинским работником по теме «Питание для спортсменов», в ходе которой врач продемонстрировала таблицу с макроэлементами, необходимыми ежедневно человеку. Углеводы – основной источник энергии, который рекомендуется употреблять каждый день в количестве 55-65 % от общего калорийного рациона. Обязательны к употреблению крупы, фрукты и овощи. Затем лектор сообщила о важности белков для восстановления мышц и рекомендовала употреблять их 10-20 % от общего рациона. Источником белков могут служить мясо, рыба, бобовые.

И еще один необходимый компонент режима питания – жиры. Как необходимы жиры? Какую роль они играют для абсорбции витаминов? Какие жиры полезные и нежелательные в рационе? Почему полезно употреблять в пищу авокадо, орехи, оливковое масло? Почему 20-35% рациона должны составлять продукты, содержащие жиры – на такие вопросы также были даны ответы в ходе беседы с медицинским работником.

И еще один вопрос обсуждения – это разговор о важности воды, которая является основным элементом для поддержания работоспособности. В завершении были предложены рекомендации, о необходимости соблюдения питьевого режима до, во время и после тренировки, а также режима питания и гигиены.

Далее была проведена разминка для команд по теме «Этапы подготовки», где преподаватель физической культуры, показывал упражнения и рассказывал, как важна подготовка тела к нагрузкам, как увеличение температуры мышц и суставов, помогает избежать травм. А также как улучшается кровообращение, через обеспечение притока крови к мышцам, что способствует их питанию и кислородоснабжению.

Занятие йогой по теме «Восстановление организма». На данных внеурочных занятиях преподаватель показывал релаксирующие упражнения и помогал студентам понять важность восстановления и релаксации, а также объяснял влияние стресса на здоровье. Важный вопрос был обсужден в ходе

беседы с обучающимися: Как связано тело и ум? и выяснено, что физические упражнения влияют на эмоциональное состояние, уровень концентрации внимания и общее психическое здоровье человека.

На заключительном этапе, прошло итоговое заседание команды волонтеров «Неравнодушные сердца», где обсуждались разработанные и проведенные мероприятия, их цели и результативность, успехи и неудачи новых членов команды. Также в ходе этой встречи был обсужден дальнейший план работы и вручение благодарственных писем волонтерам.

Второй проект «Поколение ЗОЖ» помогает достичь поставленную цель через включение и приобщение обучающихся к участию и созданию мероприятий направленных на здоровьесбережение и профилактику антинаркотической направленности.

Реализуемые задачи, на этапах проекта:

1. Подготовительный этап – определить тематику мероприятий, назначить ответственных, создать список необходимого материала и выбрать места для проведения.

2. Основной этап – разработать содержание и организовать мероприятия: квест-игры; акции; квизы; дебаты.

3. Заключительный этап – организовать встречу с волонтерами-лидерами для подведения итогов и построения дальнейшего плана работы.

На подготовительном этапе были определены темы мероприятий: квест «ЗА ЗОЖ»; «Дворовые игры»; акции: «ЗОЖный квиз; «Аргументы против субкультуры вейпов»; «День здоровья»; «День здоровой кухни»; дебаты «Горькие плоды сладкой жизни». Также был составлен список необходимого оборудования для их реализации и назначены ответственные за проведение.

Работа волонтеров на основном этапе заключалась в разработке и организации данных мероприятий. Например, в квесте «ЗА ЗОЖ» обучающиеся проходили семь различных станций и выполняли задания на время. Так, на станции «Зарядка» им необходимо было выбрать название

мышц (поперечнополосатые скелетные, поперечнополосатые сердечные, гладкие) и определить их функции. Затем необходимо было придумать и показать четыре упражнения для развития одной из групп мышц, направленные на укрепление.

На станции «Витамины» студенты отбирали витамины и продукты, содержащие полезные микроэлементы для поддержания своего здоровья. Данный квест оказал положительное влияние не только на формирование биологических здоровьесберегающих знаний, но и на поддержание физического здоровья, так как выполняя его задания студентам необходимо было выполнять действовать на время.

В акции «Аргументы против субкультуры вейпов» волонтеры провели опрос, где обучающимся необходимо было назвать алкалоид, содержащийся в табачных растениях, а также выбрать и подписать маркером на схеме последствия, к которым приводит употребление никотина: увеличение частоты сердечных сокращений; повышение артериального давления; возникновение зависимости. По итогам акции волонтеры распечатали составленную совместно схему, поместили её на стендах и раздали студентам и преподавателям.

Дебаты «Горькие плоды сладкой жизни» раскрыли суть пагубных привычек и их влияние на функции организма. Студенты были определены на три команды. Каждая команда выбрала себе название: «Курение и вейпинг», «Алкоголь» и «Другие вредные привычки». Каждой команде необходимо было привести аргументы и доказать свою точку зрения, выбрав из общего списка последствия влияния вредных привычек на организм человека. Команда «Курение и вейпинг» приводили свои аргументы, а именно: для легких нарушается функция дыхательных путей, что может привести к хроническим заболеваниям, таким как бронхит и ХОБЛ; увеличивается риск развития рака легких; для сердечно-сосудистой системы: повышается риск заболеваний сердца, инсульта и гипертонии; никотин вызывает сужение сосудов и повышает артериальное давление; для органов

желудочно-кишечного тракта: печень может испытывать нагрузку из-за токсинов, содержащихся в табачном дыме и вейпах; на центральную нервную систему: никотин влияет на нейротрансмиттеры, вызывая зависимость и ухудшая память и концентрацию; увеличивается риск психических расстройств. Иммунная система ослабевает, повышая восприимчивость к инфекциям и заболеваниям.

Две команды «Алкоголь» и «Другие вредные привычки» в ходе спора пришли к общему мнению и тоже выделили последствия «сладкой жизни». Для печени алкоголь и переедание может вызвать цирроз и другие заболевания. В поджелудочной железе увеличивается риск панкреатита и диабета. В почках вредные вещества могут привести к ухудшению их функций. Желудочно-кишечный тракт – повышается риск язвы и других заболеваний. По окончании дебат, был подведен общий итог о том, что пагубные привычки могут привести к ухудшению общего состояния, повышая риск хронических заболеваний и снижая качество жизни.

В заключительном этапе, волонтеры отметили плюсы и минусы проведенной работы и внесли коррективы. Положительным моментом проделанной работы можно считать привлечение студентов-новичков к валеологическим проблемам и их решениям.

Идея проекта «Новому веку – здоровое поколение» основывается на интерактивных лекториях, в ходе которых обучающиеся активно вовлечены в совместный процесс создания памяток по здоровому образу жизни, обмену информацией и взаимодействию. А также через включение в него мастер-классов от волонтеров КГБПОУ «Ачинский медицинский техникум», где разбирается понятие «здоровье» и его составляющие, обучают приёмам здорового образа жизни: массаж, гимнастика, водные процедуры, рациональное питание и закаливание, используют здоровьесберегающие технологии: динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксацию.

В каждом этапе проекта стояли свои задачи:

1. Подготовительный этап – отобрать тематику лекторий и мастер-классов, определить необходимые материалы и составить календарный план для их реализации.

2. Основной этап – разработать содержание лекториев и мастер-классов совместно с волонтерами Ачинского медицинского техникума и организовать их проведение.

3. Заключительный этап – подвести итоги реализованных проектов, сравнить результаты тестирования 2023 и 2024 годов.

На подготовительном этапе были определены темы интерактивных лекториев: «Всё о стрессе»; «Популяризации здорового питания»; «Всё о вейпах и ПАВ»; «Ответственное отношение к репродуктивному здоровью»; «Профилактика ВИЧ и СПИД»; «Наркотикам-НЕТ»; «Наш организм = наш образ жизни». Составлены темы мастер-классов: «Здоровая спина»; «Оказание первой помощи»; Тренинговое занятие «Всё о ВИЧ/СПИДе»; «Приёмы ЗОЖ».

В ходе основного этапа волонтеры определили содержание мероприятий и реализовали их. Так, например, интерактивный лекторий по теме «Ответственное отношение к репродуктивному здоровью», в ходе проведения которого студенты были разделены на две команды парней и девушек, в ходе обсуждения были разобраны основы анатомии репродуктивной системы женщин и мужчин. Команда девушек выделили основные женские органы и их функции: яичники - отвечают за выработку яйцеклеток и гормонов (эстроген и прогестерон); фаллопиевы трубы - проводники для яйцеклеток, где может произойти оплодотворение; матка - орган, в котором происходит развитие эмбриона и плода; вагина - канал, соединяющий внешние половые органы с маткой. Команда парней выделила мужские половые органы и их функции: яички - производят сперму и тестостерон; семенные пузырьки и простата - производят семенную жидкость, которая помогает транспортировать сперму; половой член - орган, через который сперма выводится из организма. А также, обсудили причины,

из-за которых может пострадать репродуктивное здоровье. По итогу лектория создали совместную памятку и сформулировали общий вывод, что репродуктивное здоровье влияет на общее состояние организма, психическое здоровье и качество жизни. Понимание своей репродуктивной системы помогает предотвратить заболевания и поддерживать здоровье.

В ходе мастер-класса по теме «Приёмы ЗОЖ», студенты посещали пять локаций, где показывали различные приемы здоровьесбережения. В частности, локация «Составляющие здоровой кухни», на которой студентов учили выбирать продукты, содержащие макроэлементы: белки, жиры и углеводы. Белки важны для роста и восстановления тканей, жиры обеспечивают запас энергии и поддерживают здоровье клеток, углеводы — главный источник энергии. И микроэлементы: витамины и минералы. Витамины (например, А, С, D) важны для иммунной системы, обмена веществ и других функций. Минералы (железо, кальций, магний) необходимы для здоровья костей, крови и многих биохимических процессов. На данной точке, обучающиеся также могли побыть в роли повара и приготовить витаминный салат.

В следующей локации «Профилактика заболеваний» студентам был показан научный видеофильм о важности вакцинации и регулярных медицинских обследований. И разыгрывались мини спектакли, где студенты выполняли роли «хронических заболеваний» и подбирали способы их предотвращения через определенный образ жизни.

На заключительном этапе проекта были разобраны все проведенные мероприятия, определены моменты, на которые необходимо обратить наибольшее внимание и что следует исправить в плане работы. Всем волонтерам были вручены благодарственные письма, а волонтерам-лидерам, которые внесли наибольший вклад в разработку и реализацию проектов, выдали грамоты.

Данные проекты, построены на мероприятиях в биологической здоровьесберегающей тематике, благодаря которой у обучающихся

повышается уровень знаний не только о здоровье но и общей биологической подготовке.

После реализации трёх проектов в октябре 2024 года было проведено ежегодное социально психологического тестирования (см. таблицу 2).

Таблица 2 – Результат тестирования обучающихся образовательной организации КГБПОУ «Ачинский торгово-экономический техникум» в 2024 году

Параллель/курс	Численность обучающихся, подлежащих тестированию	Кол-во официально отказавшихся от участия в СПТ	Кол-во не участвующих из-за ОВЗ	Кол-во не участвующих по иным причинам	Численность участников тестирования	Коррекций по шкале Лжи	Риск			
							Высокая вероятность		Высочайшая вероятность	
	Абс.	Абс.	Абс.	Абс.	Абс.	Абс.	Абс.	В %	Абс.	В %
1	245	0	0	0	245	77	22	8.98	0	0.0
2	220	0	0	0	220	82	16	7.27	0	0.0
3	152	0	0	0	152	54	9	5.92	2	1.32
ИТОГО	617	0	0	0	617	213	47	7.62	2	0.32

Результаты, полученные в ходе тестирования и сравнение данных за 2023 и 2024 года показали, что в группах высокой вероятности и высочайшей вероятности произошло снижение склонных студентов к употреблению наркотических и психотропных веществ. А именно с 26,69% (171) до 7,62% (47) и с 5,03%(29) до 0,32%(2), отметили положительные результаты, внесли коррективы в мероприятия и выстроили дальнейший план работы, подготовили финальные отчеты, презентации, публикации, распространили лучшие мероприятия среди других образовательных учреждений города Ачинска и волонтерских команд.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Выпускная квалификационная работа была посвящена разработке и реализации валеологических проектов в условиях педагогической волонтерской деятельности среди обучающихся среднего профессионального образования.

При изучении психолого-педагогической литературы было выяснено, что педагогическая волонтерская деятельность обучающихся рассматривается как важный компонент их личностного и профессионального развития, она способствует формированию социальных, коммуникативных и организационных навыков, а также воспитанию гражданственности и ответственности.

Волонтерская деятельность валеологического характера направлена на формирование деятельного сообщества обучающихся, активизацию их интереса к проблемам здорового образа жизни, сохранения и приумножения своего здоровья, пониманию проблемы здоровьесбережения как значимой ценности современного общества.

Волонтерское движение, действующее в КГБПОУ «Ачинский торгово-экономический техникум» активно развивается с 2023 года. Так, проект валеологической направленности «Сказкотерапия» позволяет социализировать обучающихся с ОВЗ и направлен на сохранение психологического здоровья и комфорта, а действующий кружок «Независимость» объединяет студентов-волонтеров на деятельность по осуществлению первичной профилактики ПАВ среди студентов, основанной на развитии культуры здорового образа жизни и других социально значимых ценностей.

В ходе выполнения выпускной квалификационной работы были разработаны и реализованы три проекта валеологической направленности в условиях педагогической волонтерской деятельности в КГБПОУ «Ачинский торгово-экономический техникум». Каждый проект был насыщен

валеологическими мероприятиями биологической тематики и способствовал формированию культуры здорового образа жизни. По завершению проектов, мы увидели положительные результаты, исходя из результатов единой методики социально-психологического тестирования.

В соответствии с гипотезой исследования проекты валеологической направленности посредством педагогической волонтерской деятельности способствуют формированию устойчиво негативного отношения к психоактивным веществам, культуры здорового образа жизни и навыкам самосохранения здоровья.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Акимова Е.В. Педагогическое волонтерство в деятельности детско-молодежных объединений: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Рязань, 2006. 21 с.
2. Баландин В.М. Валеология: учеб. пособие / Владим. гос.ун-т им. А. Г. и Н. Г. Столетовых. Владимир, 2017. 120 с.
3. Баранова И.А. Методика формирования здоровьесберегающих навыков у студентов среднего профессионального образования // Образование и здоровье. 2022. № 5. С. 45-52.
4. Бочко К.А. Педагогическая деятельность волонтеров в России и за рубежом: теория и практика [Электронный ресурс] // Известия РГПУ им. А.И. Герцена. 2019. №193. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/pedagogicheskaya-deyatelnost-volonterov-v-rossii-i-za-rubezhom-teoriya-i-praktika> (дата обращения: 22.11.2024).
5. Баталова Л.В. Формирование готовности студентов профессиональной образовательной организации к волонтерской деятельности в сфере здоровьесбережения // Казанский педагогический журнал. 2017. № 2 (121). С. 92–96.
6. Валеев Г.Х. Методология и методы психолого-педагогических исследований: учебное пособие / Стерлитамак. гос. пед. ин-т. Стерлитамак, 2002. 134 с.
7. Горлова Н.И. Историческое развитие добровольчества (волонтерства) в Советской России, СССР и современной России: дис. ... д-ра ист. наук. Краснодар, 2021. 521 с.
8. Горлова Н.И. Становление и развитие института волонтерства в России: история и современность. М.: Изд-во Ин-т Наследия, 2019. 290 с.
9. Гребенкина Л.К. Современный взгляд на историю развития волонтерства как составной части социального воспитания и воспитательной

деятельности вуза // Педагогическое образование и наука. 2020. № 4. С. 30–37.

10. Дьячкова Т.В. Волонтерское движение подростков как альтернатива асоциальным группировкам // Воспитательная работа в школе. 2022. № 1. С.63–69.

11. Иванов П.П. Внедрение валеологических проектов в условиях волонтерской деятельности студентов // Наука и практика. 2022. № 5. С. 56–63.

12. Иванова Е.В. Валеологические основы волонтерской деятельности студентов среднего профессионального образования // Вестник педагогических наук. 2020. № 2. С. 45–52.

13. Исмаилова С.А. Сущность, функции и характерные черты волонтерского движения [Электронный ресурс] // Евразийский Союз Ученых. 2018. № 5–4 (50). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/suschnost-funktsii-i-harakternye-cherty-volonterskogo-dvizheniya> (дата обращения: 22.11.2024).

14. Коновалова М.П., Ефимова Е. Н. Проектная деятельность как средство формирования валеологической культуры студентов среднего профессионального образования // Проблемы современного педагогического образования. 2019. № 63-3. С. 141–144.

15. Кочина Е.А. Непрерывная помощь: Подготовка волонтеров к работе с детьми-инвалидами и детьми с ограниченными возможностями здоровья // Развитие социально-устойчивой инновационной среды непрерывного педагогического образования: материалы X Международной научно-практической конференции. Абакан, 17–19 ноября 2022 года / Науч. редактор О.Е. Ефимова, отв. редактор Л.Х. Тургинекова; Хакасский государственный университет им. Н.Ф. Катанова. Абакан, 2022. С. 222–224.

16. Кузнецова И.В. Методические подходы к реализации валеологических проектов в образовательной среде // Вестник инновационного образования. 2022. № 1. С. 34–42.

17. Куклина Н.С. Обзор социальных проектов, ориентированных на вовлечение студентов в волонтерскую деятельность по пропаганде здорового образа жизни // Студенческая наука и XXI век. 2018. № 16-2. С. 184–187.
18. Костенко Т.В. Валеология: здоровье и его сохранение // Психология и педагогика. 2015. 256 с.
19. Ляшенко М.И. Педагогическое волонтерство как средство подготовки будущих педагогов к воспитательной деятельности: дис. ... канд. пед. наук. Москва, 2023. 216 с.
20. Лукина М.Ю. Валеологический подход в рамках волонтерских программ для студентов // Молодежь и образование. 2022. № 3. С. 61-68.
21. Лебедева Н.А. Валеологическая подготовка студентов в волонтерских проектах // Вестник педагогических наук. 2023. № 4. С. 89-95.
22. Медведева Н.Н. Советский опыт волонтерского движения (на примере Хакасии) // Известия лаборатории древних технологий. 2020. Т. 16, № 3(36). С. 253–265.
23. Миронова О.В. Формирование навыков здорового образа жизни у студентов через участие в волонтерских программах // Психология и педагогика. 2022. № 3. С. 67-74.
24. Мальцев В.А. Валеология: здоровье, образ жизни и современные технологии / /Медицинская книга. 2017. 320 с.
25. Новикова Е.П. Валеологическая деятельность студентов в условиях волонтерства // Вестник социально-педагогических наук. 2023. № 2. С. 102-108.
26. Орлова Т.В. Внедрение валеологических проектов в образовательную деятельность студентов // Педагогика и психология. 2021. № 4. С. 78-84.
27. Петров А.С. Методика реализации валеологических проектов в образовательной среде // Наука и образование. 2019. № 4. С. 78-85.
28. Петошина С.И., Рыжкова И.В, Тегалева Т.Д. Педагогическое волонтерство в образовательных учреждениях как фактор развития

социальных и профессиональных компетенций студенческой молодежи // Современные проблемы науки и образования. 2015. № 6. С. 431.

29. Плетенева И.Ф. Волонтерская деятельность как средство формирования будущего педагога // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2019. Т. 25, № 4. С. 160–165.

30. Половецкий С.Д., Милованов К.Ю. Исторические аспекты развития добровольчества в контексте педагогического наследия А.С. Макаренко // Социальная педагогика. 2019. № 1. С.106 – 110.

31. Приказ Министерства науки и высшего образования РФ от 20.02.2020г. №239 «Об утверждении порядка проведения социально-психологического тестирования обучающихся в образовательных организациях высшего образования». URL: <https://minobrnauki.gov.ru/> (дата обращения 04.10.2023)

32. Постановление Правительства РФ «Об утверждении Концепции развития добровольчества (волонтерства) в Российской Федерации до 2025 года» / Собрание законодательства Российской Федерации. URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_314804/ (дата обращения 22.11.2024)

33. Синякова М.Г. и др. Мотивационные основы подготовки волонтеров к деятельности в области безопасности жизнедеятельности / М.Г. Синякова, Б.В. Буданов, Л.А. Захарова, Д.Г. Овчинникова // Педагогическое образование в России. 2022. № 2. С. 141–150.

34. Смирнова О.Г. Становление волонтерской деятельности и ее мотивы в современной России // Культура, личность, общество в современном мире: методология, опыт эмпирического исследования: материалы XXI Международной конференции памяти проф. Л.Н. Когана, Екатеринбург, 22–23 марта 2018 года / Ред. коллегия: Грунт Е. В., Меренков А. В., Антонова Н. Л.; Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б.Н. Ельцина. Екатеринбург, 2018. С. 1546–1556.

35. Соловьева Н.И. Медиаволонтерство – инновационный ресурс социальной активности детей и молодежи // Практические советы учителю. 2022. № 5. С. 25–29.

36. Сидорова А.Ю. Практические рекомендации по внедрению валеологических проектов в образовательную деятельность // Методические материалы. 2021. № 7. С. 23-29.

37. Смирнова Т.А. Валеологическая деятельность студентов в рамках волонтерских программ // Педагогика и психология. 2021. № 3. С. 112-118.

38. Тонконогая Е.П., Азовский В.А. Современные тенденции развития волонтерства в России // Проблемы социальной психологии и социальной работы: материалы XIX Всероссийской Парыгинской научно-практической конференции с международным участием, Санкт-Петербург, 26 апреля 2024 года. Санкт-Петербургский гуманитарный университет профсоюзов. Санкт-Петербург, 2024. С. 216–218.

39. Указ Президента РФ от 7 мая 2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года (с изменениями на 21 июля 2020 года) / Собрание законодательства Российской Федерации. URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_297432/ (дата обращения 22.11.2024)

40. Федеральный закон 05 февраля 2018 №15-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации по вопросам добровольчества (волонтерства) (с изменениями на 21 декабря 2021 года) / Собрание законодательства Российской Федерации. URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_289772/ (дата обращения 22.11.2024).

41. Smith, J. Health Education and Volunteering: Methodologies for Promoting Wellness in Higher Education / J. Smith. — New York: Academic Press, 2021. 250 p.