

Организация здоровьесберегающей системы образования в гуманитарно-педагогическом вузе

Organization of a health-preserving education system at a humanitarian and pedagogical university

Авторы статьи

Гусева Наталья Валерьевна,

кандидат педагогических наук, доцент кафедры общей педагогики и педагогики профессионального образования Арзамасского филиала ФГБОУ ВО «Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н. И. Лобачевского», г. Арзамас, Российская Федерация
soleilfun@mail.ru
ORCID: 0000-0001-5439-9238

Щелина Тамара Тимофеевна,

доктор педагогических наук, профессор кафедры общей и практической психологии Арзамасского филиала ФГБОУ ВО «Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н. И. Лобачевского», г. Арзамас, Российская Федерация
arz65@mail.ru
ORCID: 0000-0002-8637-0111

Махонин Максим Юрьевич,

старший преподаватель кафедры естественно-научного образования Арзамасского филиала ФГБОУ ВО «Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н. И. Лобачевского», г. Арзамас, Российская Федерация
makhonin@arz.unn.ru
ORCID: 0000-0002-3780-9765

Authors of the article

Natalia V. Guseva,

Candidate of Pedagogical Science, Associate Professor, Department of General Pedagogy and Didactics of Vocational Education, Arzamas branch of the Lobachevsky National Research Nizhny Novgorod State University, Arzamas, Russian Federation
soleilfun@mail.ru
ORCID: 0000-0001-5439-9238

Tamara T. Shchelina,

Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Department of General and Practical Psychology, Arzamas branch of the Lobachevsky National Research Nizhny Novgorod State University, Arzamas, Russian Federation
arz65@mail.ru
ORCID: 0000-0002-8637-0111

Maksim Yu. Makhonin,

Senior Lecturer, Department of Natural Science Education, Arzamas branch of the Lobachevsky National Research Nizhny Novgorod State University, Arzamas, Russian Federation
makhonin@arz.unn.ru
ORCID: 0000-0002-3780-9765

Конфликт интересов

Т. Т. Щелина является членом редакционного совета журнала «Концепт».

Conflict of interest statement

T. T. Shchelina is a member of the editorial board of the "Koncept" journal.

Для цитирования

Гусева Н. В., Щелина Т. Т., Махонин М. Ю. Организация здоровьесберегающей системы образования в гуманитарно-педагогическом вузе // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2026. – № 05. – С. 546–568. – URL: <https://e-koncept.ru/2026/261136.htm> – DOI: 10.24412/2304-120X-2026-11136

For citation

N. V. Guseva, T. T. Shchelina, M. Yu. Makhonin, Organization of a health-preserving education system at a humanitarian and pedagogical university // Scientific-methodological electronic journal "Koncept". – 2026. – No. 05. – P. 546–568. – URL: <https://e-koncept.ru/2026/261136.htm> – DOI: 10.24412/2304-120X-2026-11136

Поступила в редакцию <i>Received</i>	01.03.26	Получена положительная рецензия <i>Received a positive review</i>	28.04.26
Принята к публикации <i>Accepted for publication</i>	28.04.26	Опубликована <i>Published</i>	31.05.26



Аннотация

В статье рассматривается проблема организации здоровьесберегающей системы образования в высших учебных заведениях при подготовке студентов педагогического и психолого-педагогического профиля. Актуальность исследования обусловлена необходимостью системной модернизации содержания подготовки педагогических кадров в области здоровьесбережения в условиях реализации концепции «Ядра высшего педагогического образования». Будущий педагог рассматривается в трех проекциях: как индивид юношеского возраста с присущими факторами риска для здоровья; как субъект образовательного процесса, испытывающий ряд негативных факторов социальной среды; и как будущий педагог, который в перспективе должен быть носителем стандартов здорового образа жизни для обучающихся. В работе поставлена цель создать структурно-содержательную модель организации здоровьесберегающей системы образования гуманитарно-педагогического вуза, включающую целевую, содержательный, организационно-процессуальный и оценочно-результативный блоки, ориентированные на повышение эффективности воспитательно-оздоровительной работы в образовательной организации. К определению организации здоровьесберегающей системы образования в гуманитарно-педагогическом вузе в статье были применены следующие подходы: педагогический (среда как совокупность условий и технологий, организованных педагогом), психологический (среда как пространство психологической безопасности и комфорта), медико-гигиенический (среда как соответствие санитарно-эпидемиологическим нормам), социокультурный (интегративный) (среда как образ жизни и культура здоровья, принятая в организации). Раскрываются ключевые компоненты модели здоровьесберегающей системы института, а также организационно-педагогические условия успешной реализации здоровьесберегающей системы в педагогическом вузе. Представленное исследование обладает высокой практической значимостью, поскольку оно не только предлагает модель организации здоровьесберегающей системы образования в вузе, но и представляет обзор научной литературы, позволяющий сформулировать понятие здоровьесберегающей среды образования как открытое понятие. Данный подход позволяет решать задачу целостного развития личности будущего педагога, а не только его профессиональных компетенций. Обобщение многолетнего опыта филиала позволяет транслировать успешные практики в другие образовательные организации. Это решает задачу методического обеспечения воспитательного процесса, предоставляя педагогам готовые модели, технологии и формы работы в вопросе современного подхода к системе формирования установок на здоровый образ жизни у студентов гуманитарно-педагогического вуза.

Ключевые слова

здоровьесберегающая система образования, модель, педагогический вуз, здоровьесберегающая компетенция, будущие педагоги, педагогический и психолого-педагогический профиль, здоровьесберегающая среда, системно-деятельностный подход, профессиональное здоровье педагога, компетенции преподавателя, студенты, высшая школа

Благодарности

Авторы выражают благодарность администрации Университета им. Н. И. Лобачевского за поддержку и предоставленную возможность реализации исследовательской работы с профессорско-преподавательским и студенческим коллективами вуза.

Abstract

This article examines the problem of organizing a health-preserving education system in higher education institutions for students majoring in pedagogy and psychology. The relevance of the study stems from the need for a systematic updating the content of teaching staff training in the field of health preservation in the context of implementing the "Core of Higher Pedagogical Education" concept. The preservice teacher is considered from three perspectives: as an individual of adolescence with inherent health risks; as a subject of the educational process, experiencing a number of negative factors in the social environment; and as a preservice teacher who, in the future, should be the bearer of healthy lifestyle standards for students. The aim of the work is to create a structural and substantive model of organizing a health-preserving education system in a humanitarian and pedagogical university, including target, substantive, organizational-procedural and evaluative-result blocks aimed at improving the effectiveness of educational and health-improving work in the educational organization. The following approaches were applied in the article to define the organization of a health-preserving education system in a humanitarian and pedagogical university: pedagogical (environment as a set of conditions and technologies organized by the teacher), psychological (environment as a space of psychological safety and comfort), medical and hygienic (environment as compliance with sanitary and epidemiological standards), socio-cultural (integrative) (environment as a way of life and health culture adopted in the organization). The key components of the institute's health-preserving system model are revealed, as well as the organizational and pedagogical conditions for the successful implementation of a health-preserving system at a pedagogical university. This study has high practical significance, as it not only proposes a model for organizing a health-preserving education system at a university but also provides a review of the scientific literature, allowing us to formulate the concept of a health-preserving educational environment as an open concept. This approach allows us to address the issue of the holistic development of preservice teachers, not just their professional competences. Summarizing the branch's many years of experience allows us to transfer successful practices to other educational institutions. This solves the problem of methodological support for the educational process by providing teachers with ready-made models, technologies, and forms of work in the field of a modern approach to the system of developing healthy lifestyle attitudes among students of a humanitarian and pedagogical university.

Key words

health-preserving education system, model, pedagogical university, health-saving competence, preservice teachers, pedagogical and psychological-pedagogical profile, health-saving environment, systems activity-oriented approach, professional teacher's health, teacher's competences, students, higher school

Acknowledgements

The authors express their gratitude to the administration of N.I. Lobachevsky University for their support and the opportunity to carry out research work with the university's faculty and students.

Введение / Introduction

Современная система высшего педагогического образования сталкивается с рядом противоречий. С одной стороны, профессиональный стандарт педагога и федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования предъявляют высокие требования к готовности будущих специалистов педагогического и психолого-педагогического профиля к осуществлению здоровьесберегающей деятельности в образовательных учреждениях. С другой стороны, практика показывает недостаточный уровень сформированности здоровьесберегающей компетенции у выпускников педагогических вузов. Ухудшение в последние десятилетия состояния здоровья учащейся молодежи ассоциируется с рядом объективных и субъективных причин: условиями учебной деятельности, отсутствием механизма стимулирования культуры здорового образа жизни учащихся, низкой активностью по отношению к своему здоровью [1].

Роль университета здесь ключевая – он является транслятором формирования культуры здорового образа жизни обучающихся. Для студентов гуманитарно-педагогического вуза формирование культуры здорового образа жизни имеет и сугубо профессиональное значение. Именно в вузе закладываются не только профессиональные компетенции, но и ценностные ориентации, модели поведения, включая отношение к собственному здоровью. Для студентов гуманитарно-педагогического вуза формирование культуры здорового образа жизни имеет сугубо профессиональное значение по нескольким причинам.

Во-первых, педагог выступает для детей и подростков значимым взрослым, образцом для подражания. Его собственное поведение, отношение к своему здоровью, физическая активность, режим труда и отдыха невольно копируются воспитанниками. Нельзя сформировать у школьника ценность здорового образа жизни, если сам учитель курит, имеет избыточный вес или пренебрегает двигательной активностью.

Во-вторых, в профессиональную деятельность педагога и психолога образования входит реализация здоровьесберегающих технологий, оценка факторов образовательной среды с точки зрения их влияния на здоровье обучающихся, а также психолого-педагогическое сопровождение детей с особыми потребностями здоровья. Это требует не только теоретических знаний, но и личного опыта здоровьесбережения.

В-третьих, педагогическая профессия относится к числу профессий с высоким уровнем психоэмоционального напряжения и риском профессионального выгорания. Сформированная культура здорового образа жизни выступает ресурсом сохранения профессионального долголетия и психологического благополучия самого педагога.

Таким образом, университет, готовящий педагогов и психологов, несет двойную ответственность: не только за профессиональные знания выпускников, но и за их личную культуру здоровья, которая станет фундаментом их профессиональной успешности и примером для будущих поколений.

Особую значимость проблема приобретает при подготовке студентов педагогического и психолого-педагогического профиля, поскольку именно эти специалисты будут в будущем не только транслировать знания, но и выступать образцом здоровьесберегающего поведения для подрастающего поколения. Как отмечается в исследованиях, студент – будущий педагог должен рассматриваться одновременно в нескольких измерениях: как индивид юношеского возраста с присущими возрастными факторами риска для здоровья; как субъект образовательного процесса, испытывающий воздействие учебных нагрузок и социальной среды; и как будущий профессионал, которому предстоит быть носителем стандартов здорового образа жизни [2]. Это

определяет необходимость системного подхода к организации здоровьесберегающего образования в педагогическом вузе [3].

Цель исследования – представить модель организации здоровьесберегающей системы образования гуманитарно-педагогического вуза, включающую в себя четыре взаимосвязанных блока: целевой, содержательный, организационно-процессуальный и оценочно-результативный.

Задачи исследования:

1. Проанализировать состояние проблемы формирования здоровьесберегающей компетенции и культуры здорового образа жизни у студентов педагогических специальностей в современной психолого-педагогической литературе и нормативно-правовых документах (ФГОС ВО, профессиональный стандарт педагога).

2. Выявить и систематизировать основные противоречия между современным состоянием организации здоровьесберегающей системы образования институтов и необходимостью модернизировать данный процесс.

3. Теоретически обосновать и разработать структурно-функциональную модель организации здоровьесберегающей системы образования в гуманитарно-педагогическом вузе, включающую целевой, содержательный, организационно-процессуальный и оценочно-результативный блоки.

4. Определить содержание каждого из блоков модели (цели, задачи, принципы, педагогические условия, формы, методы, технологии, диагностический инструментарий).

5. Разработать научно-методические рекомендации для преподавателей вузов и администрации образовательных организаций по внедрению здоровьесберегающей системы подготовки будущих педагогов и психологов образования.

6. Определить пути и механизмы стимулирования культуры здорового образа жизни студентов как ресурса сохранения их профессионального долголетия и профилактики профессионального выгорания.

Обзор литературы / Literature review

Термин «здоровьесберегающая среда образования» находится в стадии активного научного осмысления. Это не устоявшаяся догма, а развивающееся понятие, которое разные исследователи наполняют своим содержанием в зависимости от подхода и контекста. Все дело в междисциплинарности понятия. Оно находится на стыке педагогики, психологии, медицины, социологии и архитектурной среды. Каждая наука привносит свой акцент, и единого, «утвержденного сверху» определения пока нет.

Основные подходы к определению в научной литературе: педагогический (среда как совокупность условий и технологий, организованных педагогом), психологический (среда как пространство психологической безопасности и комфорта), медико-гигиенический (среда как соответствие санитарно-эпидемиологическим нормам), социокультурный (интегративный) (среда как образ жизни и культура здоровья, принятая в организации).

Педагогический подход фокусируется на организации учебно-воспитательного процесса, использовании здоровьесберегающих технологий и создании условий, минимизирующих учебные перегрузки. Например, Н. К. Смирнов (автор фундаментальных работ по здоровьесберегающим образовательным технологиям), как указывает в своей работе Л. Ф. Тихомирова, рассматривает среду как совокупность организационно-педагогических условий, включая рациональное расписание, дозирование домашних заданий, использование здоровьесберегающих методик на уроках [4]. В. И. Ковалько в своих работах

разрабатывал систему оценки здоровьесберегающей деятельности школы, акцентируя внимание на организации учебного процесса и внеурочной физкультурно-оздоровительной работы [5]. Л. Ф. Тихомирова в своих книгах делает акцент на гигиенических аспектах обучения и педагогических приемах, направленных на профилактику переутомления. Общими для данных ученых являются типичные формулировки в их работах: «здоровьесберегающая педагогика», «организационно-педагогические условия», «технологии, сохраняющие здоровье» [6].

Представители психологического подхода исследуют психологическую безопасность образовательной среды, эмоциональный климат, отсутствие стресса и насилия, а также возможности для самореализации личности. Психологический подход к формированию ЗОЖ через среду противопоставляется более ранним «медицинской» и «образовательной» моделям, которые делали акцент исключительно на информировании и формировании знаний. Как отмечает в своей работе Э. Чарлтон, чисто информационные подходы («знание – отношение – поведение») оказались недостаточно эффективными, так как не учитывают социальные и психологические факторы среды, влияющие на принятие решений подростками и молодежью [7]. Б. Г. Ананьев [8], А. А. Бодалев [9], А. А. Деркач [10] (в контексте акмеологии) также исследовали связь развития личности и здоровья, подчеркивая, что достижение «акме» (вершины развития) невозможно без создания соответствующей среды, способствующей самореализации и сохранению здоровья.

Среди психологов, которые рассматривают формирование установок на здоровый образ жизни именно через призму создания среды, можно выделить следующих ключевых авторов. Н. А. Сирота и В. М. Ялтонский разработали транзакционную модель формирования поведения, которая является одной из наиболее фундаментальных в этой области. В их рассмотрении поведение человека (в том числе и в отношении здоровья) определяется не только его личными характеристиками, но и характеристиками среды, в которой он находится. Человек и среда – это не отдельные сущности, а взаимозависимые элементы одной системы. Введено понятие «транзакций» – специфических взаимодействий между личностью и средой; согласно этой модели, риск формирования проблемного (разрушающего здоровье) поведения может быть вызван тремя причинами: особенностями самого человека, особенностями среды и (что особенно важно) специфическими комбинациями индивидуальных и средовых характеристик [11]. Таким образом, для формирования здоровых установок необходимо не только работать с личностью студента, но и целенаправленно изменять его среду, создавая условия, в которых здоровое поведение становится естественным и поддерживаемым.

Медико-гигиенический подход опирается на строгие количественные нормативы и требования СанПиН, рассматривая среду как материально-техническое и гигиеническое пространство. Так, Г. К. Зайцев, в работе делает акцент на валеологическом обосновании образовательной среды, включая гигиенические критерии оценки условий обучения (освещенность, воздушно-тепловой режим, эргономика мебели) [12]. Э. М. Казин, исследователь психофизиологических аспектов адаптации к образовательной среде, рассматривает влияние гигиенических параметров на функциональное состояние организма учащихся [13]. М. И. Степанова (НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков) в своих трудах разрабатывала практические рекомендации по гигиенической оценке образовательных учреждений [14].

Социокультурный (интегративный) подход объединяет все предыдущие, добавляя акцент на ценностях, традициях, укладе образовательной организации и куль-

туре здоровья, разделяемой всеми участниками. В. А. Ананьев рассматривает здоровье как многомерное явление, включая духовно-нравственные аспекты; здоровьесберегающая среда трактуется им как пространство формирования ценностей здоровья [15]. Л. И. Лубышева (исследователь спортивной культуры личности) в своих работах здоровьесберегающую среду связывала с формированием физкультурно-спортивной активности как элемента образа жизни [16]. Э. Н. Вайнер, в своих трудах по валеологии делает акцент на интеграции педагогических, психологических и медицинских знаний, формировании индивидуальной траектории здоровья [17]. Н. В. Сократов разработал концепцию «здоровьесберегающего образовательного процесса», где среда понимается как единый уклад жизни образовательной организации [18].

Если обобщить, то одни исследователи (классическая педагогика) считают, что достаточно создать правильные условия (расписание, спортзал, питание) – и среда автоматически станет здоровьесберегающей. Другие (современные психологи и педагоги-новаторы) утверждают, что без активной позиции самой личности (мотивации, самоконтроля, ответственности студента/учителя) никакие условия не сработают. Среда – это то, что переживается и присваивается субъектом.

Часть авторов рассматривает среду как нечто внешнее по отношению к субъекту (стены, расписание, климат в классе) [19]. Другая часть (например, автор экопсихологического подхода В. И. Панов) настаивает, что среда существует только во взаимодействии «человек – окружение». Без субъекта нет среды, есть просто набор объектов [20].

На данный момент в научной литературе можно встретить три варианта использования термина. Узкое (гигиеническое): синоним соблюдения СанПиН, встречается в работах медиков и части администраторов. Широкое (психолого-педагогическое): совокупность внешних условий и внутренней деятельности всех участников, преобладает в современных диссертациях. Метафорическое (социокультурное): «атмосфера», «дух» учебного заведения, который заботится о здоровье. Используется в публицистике и описаниях передового опыта.

Здоровьесберегающая среда образования – это открытое понятие, которое продолжает формироваться. Именно это делает его таким удобным и популярным в современных исследованиях: каждый автор может внести свой уточняющий нюанс, будь то акцент на кибербезопасности в цифровой среде или на экологии отношений между участниками образовательного процесса.

Анализ зарубежной литературы показывает, что современное понимание здоровьесберегающей среды образования выходит за рамки соблюдения гигиенических норм и включает целостный подход к организации всех аспектов школьной жизни. Зарубежные модели (HPS, Whole-School Approach), например, в исследованиях З. Ян, Дж. Цзян и З. Инь, подтверждают необходимость системного подхода к здоровьесбережению, включающего несколько взаимосвязанных компонентов, что созвучно предлагаемой четырехблочной модели [21]. Некоторые исследователи подтверждают, что психическое здоровье, благополучие и качество жизни наиболее активно развивающееся направление, которое актуально исследовать в настоящее время [22].

Выделение физической, социально-эмоциональной и организационной составляющих среды соответствует различению внешних и внутренних факторов, которое, как мы указываем в теоретической части, отражено и в исследованиях, посвященных обзору предметного поля структурных интервенций для сохранения психического здоровья студентов [23]. Особое внимание зарубежных ученых к психическому здоровью и благополучию педагогов и учащихся, системный характер здоровьесберегающей среды можно увидеть в ряде исследований. Например, Р. Баласурия Лекамге с

единомышленниками в своей работе [24] приводят результаты, которые являются дополнительным аргументом для обоснования актуальности нашего исследования.

Документированный разрыв между декларируемыми и реализуемыми компонентами HPS (например, низкий охват служб здоровья и государственной политики), на который указывают зарубежные авторы, например З. Ян, Дж. Цзян и З. Инь, подтверждает необходимость совершенствования организационного блока системы организации здоровьесберегающей среды в образовательном учреждении [25].

Анализ научной литературы позволил нам сформулировать следующее определение понятия: здоровьесберегающая среда образования – это система совокупности внешних условий и внутренней деятельности всех участников образовательного процесса, направленная на сохранение и укрепление здоровья, формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни, объединяющая всю инфраструктуру образовательного учреждения: материально-технические и гигиенические аспекты, активную субъектную позицию обучающихся и педагогов, что особенно важно в контексте подготовки будущих учителей как трансляторов культуры здоровья, объединяющая и учебную, и внеучебную деятельность обучающихся, формальное и неформальное образование. Данный подход позволяет решать задачу целостного развития личности будущего педагога, а не только его профессиональных компетенций.

Методологическая база исследования / Methodological base of the research

Методологической основой нашего исследования стали аксиологический, субъектно-деятельностный (формирование сознания через активное включение в практику), личностно ориентированный подходы (создание воспитывающей среды вуза). Системно-личностная модель здоровьесберегающего образования базируется на принципах, способствующих личностному и профессиональному развитию будущего педагога как индивида, личности и субъекта здоровьесбережения. Основопологающими методами исследования обозначенной авторами проблемы являются: теоретический анализ научных трудов, изучение и обобщение педагогического опыта; выделение основополагающих компонентов и характеристик, лежащих в основе формирования культуры здорового образа жизни.

Аксиологический подход рассматривает здоровье как фундаментальную человеческую ценность, причем не только индивидуальную, но и социальную. Значительный вклад в разработку аксиологических оснований здоровья внесла В. Н. Засухина, сформировавшая идеи и принципы «аксиологии жизни» (обусловленность здоровья социальными ценностями, антропологизм, антропоцентризм, значение в сохранении здоровья гендерных отношений и др.) [26]. Как отмечает Т. С. Киенко, здоровье – одна из важнейших человеческих ценностей витального и инструментального характера, а ответственный за свое здоровье человек – цель общества, образования и государства [27]. К. С. Хруцкий рассматривает аксиологический подход в качестве философско-методологической основы современной валеологии. У исследователей данного подхода здоровье воспринимается не как средство, а как цель и одновременно как ресурс жизни [28].

Личностно ориентированный подход (у Е. В. Бондаревской в ее книге «Теория и практика личностно-ориентированного образования» [29], у В. В. Серикова в его учебнике «Личностно-ориентированное образование: поиск новой парадигмы» [30] и в работах И. С. Якиманской [31]) требует учитывать индивидуальные особенности, потребности, мотивы, ценности каждого студента. Формирование культуры ЗОЖ не может быть унифицированным; оно предполагает: диагностику исходного уровня здоровья, физической

подготовленности, отношения к ЗОЖ; индивидуальные траектории здоровьесбережения (для студентов с разными типами телосложения, хроническими заболеваниями, уровнем стресса); поддержку субъектной позиции студента (он не объект воспитания, а активный соавтор собственного здоровья). Исследования А. Г. Маджуги акцентируют внимание на мотивационно-ценностном отношении учащихся к своему здоровью в контексте личностно ориентированной образовательной парадигмы [32]. Ю. В. Науменко, в рамках социокультурной концепции феномена «здоровье» выделяет четыре уровня личностной смысловой системы «внутренняя картина здоровья»: информационно-пассивный, адаптивно-поддерживающий, ресурсно-прагматический и личностно ориентированный [33]. В зарубежной психологии А. Маслоу впервые ввел идею о том, что подход к пониманию нормы и здоровья не сводится к усредненным показателям, а должен выходить за рамки простых требований социальной адаптации, ведь важная цель – учет уникальности каждого человека [34].

Контекстный подход А. А. Вербицкого в его исследовании «Теория контекстного обучения как основа подготовки специалистов предполагает моделирование в образовательном процессе вуза предметного и социального контекста будущей профессиональной деятельности [35]. Применительно к здоровьесбережению это означает: включение студентов в ситуации, имитирующие реальную работу педагога по организации здоровьесберегающей среды в школе; решение кейсов: «Ученик жалуется на усталость», «Родители против прививок», «Как провести физкультминутку на уроке математики»; проектирование здоровьесберегающих программ в ходе педагогической практики. А. А. Вербицкий, разработавший контекстный подход как основную составляющую методологии образования, также обосновал его применение в рамках новой оздоровительной парадигмы, рассматривая контекстное обучение как эффективный инструмент подготовки специалистов к здоровьесберегающей деятельности. Совместно с В. Г. Калашниковым А. А. Вербицкий раскрывает сущность и методологический инструментарий контекстного подхода в психологии, что имеет прямое отношение к формированию здоровьесберегающего сознания будущих педагогов [36].

Антропологический подход (К. Д. Ушинский, Б. М. Бим-Бад) рассматривает человека в целостности его биологических, психологических и социальных характеристик. Формирование культуры ЗОЖ при этом понимается как признание самоценности здоровья как естественного основания человеческого существования; учет возрастных и индивидуальных анатомо-физиологических особенностей при организации учебного процесса; отказ от редукции человека к «функции» или «компетенции»; здоровье – это не просто работоспособность, а целостность человека. Идеи К. Д. Ушинского получили развитие в работах П. Ф. Лесгафта, который в антропологическом понимании рассматривал возрастные, половые, конституциональные, этно-территориальные, профессиональные и прочие вариации строения и функционирования человеческого организма. Современные исследователи Г. М. Коджаспирова и другие продолжают развивать педагогическую антропологию, опираясь на принципы, заложенные классиками, обосновывая принцип: нельзя воспитывать культуру здоровья отдельно от воспитания личности в целом [37].

В реальной образовательной практике все перечисленные подходы реализуются не изолированно, а в единстве. Например, при проведении тренинга по стрессоустойчивости для студентов педагогического профиля системный подход обеспечивает связь тренинга с другими элементами здоровьесберегающей системы (лекции, спорт, психологическая служба); деятельностный подход проявляется в активном выполне-

нии упражнений, отработке навыков саморегуляции; аксиологический подход формирует понимание, что психическое здоровье – ценность, необходимая для работы с детьми; культурологический подход может включать элементы народных практик снятия стресса; компетентностный подход ставит целью освоение конкретных техник, которые студент сможет применить в школе; личностно ориентированный подход предполагает учет индивидуальных реакций на стресс; контекстный подход использует профессиональные ситуации (конфликт с учеником, экзаменационный стресс); антропологический подход напоминает, что здоровье педагога – это не только инструмент работы, но и его личное благо.

Так, в Арзамасском филиале Национального исследовательского Нижегородского государственного университета им. Н. И. Лобачевского (ННГУ) под руководством ведущих преподавателей применяются разнообразные технологии практической деятельности формирования культуры здорового образа жизни будущих специалистов. С одной стороны, интеграция всех подходов в практической работе преподавателей вуза обеспечивает формирование у студентов компетенций, позволяющих укрепить их личное здоровье и благополучие, с другой – закладывает фундамент их будущей профессиональной деятельности по сохранению и укреплению здоровья подрастающего поколения. Как справедливо отмечает Д. Г. Сидоров, здоровье, здоровый образ жизни и здоровьесформирующая компетентность являются целевым ресурсом развития личности студентов в вузе [38]. Роль университета здесь ключевая – именно он выступает главным транслятором формирования культуры здорового образа жизни обучающихся, создавая методологическую и организационную базу для этого процесса.

Большой вклад в формирование установок на здоровый образ жизни вносит профессорско-преподавательский состав Арзамасского филиала ННГУ, успешно вкрапляя необходимую информацию при чтении учебных дисциплин различного профиля, активно делясь опытом в научных изданиях, например в статьях «Обобщение опыта организации анатомо-физиологических исследований и формирования основ здорового образа жизни учащихся студентами», «Динамика физического здоровья и личностных характеристик студентов за период 2012–2024 гг.». В статьях представлены результаты сравнительного анализа физического здоровья студентов за периоды 2012–2014 гг. (468 чел.) и 2022–2024 гг. (497 чел.), выявлена тенденция ухудшения физического здоровья, повышения тревожности, а также увеличения числа курящих студентов и времени работы с гаджетами [39].

В Арзамасском филиале ННГУ функционирует Студенческий спортивный клуб (руководитель С. Г. Съёмова), который организует спортивные мероприятия для студентов и школьников [40]. Студенты вовлечены в мероприятия оздоровительного характера и во время учебы, и в период межсессионных каникул: в июле студенты уезжают на природу в «Сосновую рощу» (база отдыха АГПИ им А. П. Гайдара), для них проводится спортивно-творческая смена, которая позволяет научиться многим аспектам организации молодежного досуга, получить ценный опыт участия в научно-исследовательской деятельности [41]. Студенты естественно-географического факультета Арзамасского филиала ННГУ в ходе педагогической практики проводят анатомо-физиологические исследования и формируют основы здорового образа жизни у школьников [42].

Результаты исследования / Research results

Проблема отсутствия научно разработанной модели организации здоровьесберегающей системы образовательного пространства педагогического вуза, которая

обеспечит формирование и развитие профессионально компетентной личности работника современной сферы образования, продолжает актуализироваться в жизни современного педагогического сообщества. С одной стороны, формирование установок на здоровый образ жизни обучающихся в период обучения – это личностная и образовательная необходимость; с нашей точки зрения, формирование устойчивых установок на ЗОЖ помогает будущему учителю развивать стрессоустойчивость, навыки саморегуляции, предотвращать профессиональное выгорание уже на этапе вузовской подготовки, так как учебная деятельность в вузе требует значительных интеллектуальных и физических затрат. Здоровый образ жизни (режим сна, рациональное питание, двигательная активность) обеспечивает высокую умственную работоспособность, успешность в освоении профессиональных компетенций. Студенческий возраст – прекрасный сенситивный период для формирования эталона здоровья. С другой стороны, государство в настоящее время обозначило перед системой образования в области подготовки человека определенного качества стратегические цели, которые напрямую связаны со стремительно меняющимися условиями развития цивилизационного общества. Учитель является значимым взрослым для детей и подростков, его собственный образ жизни (наличие вредных привычек, отношение к физкультуре, режиму дня) невольно транслируется ученикам. Если у педагога не сформированы устойчивые установки на ЗОЖ, его воспитательные воздействия в этой сфере будут неэффективны или даже лицемерны. Современный образовательный стандарт (ФГОС) требует от учителя не только предметных знаний, но и компетенций в области сохранения здоровья обучающихся [39]. Студент педвуза, не обладающий культурой здорового образа жизни, не сможет грамотно организовывать здоровьесберегающую среду на уроках, проводить профилактическую работу, формировать у детей мотивацию к ЗОЖ.

Соответственно, через учителя формируется здоровье нации в целом. Установки, заложенные педагогом в учеников, влияют на их будущее здоровье, продолжительность жизни, качество трудовых ресурсов. Поэтому подготовка педагога с внутренней потребностью в здоровом образе жизни – это стратегическая инвестиция в общественное здоровье.

На основе анализа научной и методической литературы предлагается структурно-содержательная модель организации здоровьесберегающей системы образования в институте при подготовке студентов педагогического и психолого-педагогического профиля. Модель включает четыре взаимосвязанных блока: целевой, содержательный, организационно-процессуальный и оценочно-результативный.

Целевой блок определяет стратегические ориентиры здоровьесберегающей системы: формирование здоровьесберегающей компетенции будущих педагогов и психологов как интегративного профессионально-личностного качества, обеспечивающего готовность к сохранению и укреплению здоровья участников образовательного процесса, а также к самоорганизации собственного здоровьесберегающего поведения. В рамках целевого блока выделяются следующие задачи:

1. Формирование системы знаний о здоровье, факторах его определяющих, здоровьесберегающих технологиях и методах их применения в образовательном процессе.
2. Развитие ценностного отношения к здоровью как к профессионально значимому качеству и ресурсу самореализации.
3. Овладение умениями и навыками здоровьесберегающей деятельности, включая проектирование здоровьесберегающей образовательной среды.

4. Развитие рефлексивных способностей, позволяющих осуществлять самоанализ и самокоррекцию поведения в аспекте здоровья.

Содержательный блок представляет собой систему учебных дисциплин, спецкурсов и внеаудиторных форм работы, обеспечивающих формирование здоровьесберегающей компетенции на протяжении всего вузовского образовательного процесса. Ключевым элементом является интегративная дисциплина, объединяющая когнитивный, мотивационно-ценностный, деятельностный и рефлексивный компоненты подготовки – например «Основы здоровьесберегающей культуры учителя». В рамках содержательного блока также предусматривается включение здоровьесберегающей тематики в дисциплины психолого-педагогического цикла: «Возрастная психология», «Педагогическая психология», «Психология здоровья», «Психопрофилактика в образовании», а также в учебные и производственные практики и научно-исследовательскую работу студентов.

Организационно-процессуальный блок описывает формы, методы и технологии реализации здоровьесберегающей системы. Ключевыми компонентами выступают:

1. Здоровьесберегающая образовательная среда вуза, включающая пространственно-предметный (гигиенические требования к аудиториям, наличие зон отдыха, спортивных сооружений) и социальный (психологический климат, стиль взаимодействия преподавателей и студентов, система психолого-педагогической поддержки) компоненты.

2. Активные методы обучения: моделирование педагогических ситуаций, кейс-стади, проектная деятельность, деловые и ролевые игры, направленные на трансформацию теоретической базы в практическую готовность.

3. Психолого-педагогическая поддержка студентов, включающая мониторинг психоэмоционального состояния, тренинги стрессоустойчивости, консультативную помощь.

4. Организация здоровьесберегающей деятельности во внеаудиторное время: спортивные секции, оздоровительные мероприятия, волонтерские проекты по пропаганде здорового образа жизни.

Важным элементом организационно-процессуального блока является здоровьесберегающее взаимодействие преподавателей и студентов, предполагающее соблюдение гигиенических норм организации учебного процесса, дозирование учебной нагрузки, использование технологий, предотвращающих переутомление.

Оценочно-результативный блок включает систему критериев и показателей сформированности здоровьесберегающей компетенции будущих педагогов и психологов. Выделяются следующие критерии:

1. Когнитивный критерий: полнота и системность знаний о здоровье, факторах его определяющих, здоровьесберегающих технологиях, возрастных особенностях здоровья обучающихся.

2. Мотивационно-ценностный критерий: сформированность ценностного отношения к здоровью, устойчивая мотивация на ведение здорового образа жизни, осознание профессиональной ответственности за здоровье обучающихся.

3. Деятельностный критерий: владение умениями проектирования здоровьесберегающей образовательной среды, применения здоровьесберегающих технологий, оценки расписания и режима дня в соответствии с работоспособностью обучающихся.

4. Рефлексивный критерий: способность к самоанализу собственного состояния здоровья, адекватная самооценка уровня здоровьесберегающей компетенции, готовность к самокоррекции.

На наш взгляд, в любой организации высшего образования должна быть сформирована инфраструктура организации здоровьесберегающей системы образования.

Следует отметить, что формирование ЗОЖ у обучающихся в РФ обеспечено комплексной системой нормативных актов, охватывающей все уровни – от международных стандартов до локальных правил конкретной школы. Высшей юридической силой обладает Конституция РФ [43], гарантирующая право каждого на охрану здоровья. Ключевым федеральным законом в этой сфере является Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ) [44]. В статье 41 данного закона детально регламентируются вопросы охраны здоровья обучающихся: пропаганда и обучение навыкам ЗОЖ; организация питания; определение оптимальной учебной нагрузки; создание условий для занятий физической культурой и спортом; профилактика и запрет вредных привычек (курение, употребление алкоголя и наркотиков); проведение профилактических медицинских осмотров; обучение педагогов навыкам оказания первой помощи. Федеральный закон «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» (№ 52-ФЗ) [45] устанавливает обязательность гигиенического воспитания и обучения граждан, что непосредственно включает распространение знаний о ЗОЖ, в том числе в образовательных организациях, а в Федеральном законе «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (№ 323-ФЗ) определяются общие принципы охраны здоровья, включая профилактику заболеваний и формирование ЗОЖ, которые распространяются и на обучающихся [46]. Существуют правила, которые детально регулируют гигиенические аспекты учебного процесса, питания, режима дня и инфраструктуры, – это СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи». Государственная политика в области формирования ЗОЖ реализуется через стратегические документы и программы.

Стратегия реализации молодежной политики включает формирование системы ценностей ЗОЖ в молодежной среде в качестве одного из приоритетных направлений. Национальные проекты, например мероприятия в рамках федеральных проектов «Формирование системы мотивации граждан к здоровому образу жизни» (нацпроект «Молодежь и дети») и «Укрепление общественного здоровья» (нацпроект «Демография»), активно направлены на популяризацию ЗОЖ среди детей и молодежи. Следует отметить, что в основу построения модели также легли ключевые идеи следующих нормативно-правовых документов. Нормативно-правовая база Нижегородской области в сфере формирования здорового образа жизни представляет собой многоуровневую систему, которая включает в себя как общие стратегические документы, так и узкоспециализированные ведомственные акты. Постановление Правительства Нижегородской области от 29.12.2025 № 806 «Об утверждении региональной программы Нижегородской области “Укрепление здоровья и формирование здоровьесберегающей среды”» [47] – это центральный документ, определяющий политику региона в сфере ЗОЖ на ближайшие годы, так как программа рассчитана на 2025–2030 годы. В данном документе отражены все направления для формирования системы укрепления общественного здоровья и увеличения к 2030 году доли граждан, ведущих ЗОЖ, в 1,5 раза. Реализация программы возложена на широкий круг ведомств, включая министерства здравоохранения, образования, спорта, социальной политики, молодежной политики, а также Управление Роспотребнадзора и ГУ МВД по региону ЗОЖ.

В Нижегородской области запущен и реализуется национальный проект «Продолжительная и активная жизнь», документ имеет федеральный статус, но его реализация напрямую влияет на региональную повестку. В его рамках в Нижегородской области проводятся масштабные просветительские и спортивные мероприятия, такие как марафон «Мы за ЗОЖ!».

Целевые законы и ведомственные приказы: закон Нижегородской области от 06.07.2012 № 88-З «О профилактике правонарушений в Нижегородской области» (статья 25) [48]. Закон устанавливает полномочия субъектов профилактики (алкоголизма, наркомании и токсикомании), включая проведение антиалкогольной и антинаркотической пропаганды, а также внедрение методов лечения и реабилитации. Специализированный закон, направленный на предотвращение формирования алкогольной зависимости среди детей и подростков, – закон Нижегородской области от 31.10.2012 № 141-З «О профилактике алкогольной зависимости у несовершеннолетних в Нижегородской области» [49]. Приказ Министерства здравоохранения Нижегородской области от 28.12.2024 № 315-1147/24П/од регламентирует проведение исследования динамики стереотипов поведения, образа жизни и пищевых привычек детей; этот документ важен для сбора аналитических данных, на основе которых корректируются региональные программы здоровьесбережения.

Ограничительные и профилактические законы: закон Нижегородской области от 09.03.2010 № 23-З «Об ограничении пребывания детей в общественных местах на территории Нижегородской области». Закон Нижегородской области от 02.03.2016 № 25-З вносит изменения в отдельные законы области по вопросам охраны здоровья граждан и т. п. [50]

Организационно-управленческие акты: распоряжение Правительства Нижегородской области от 25.07.2022 № 814-р (в ред. от 10.11.2025 № 1011-р), в котором определены условия для создания и утверждения состава межведомственной комиссии по реализации мер, направленных на сохранение и укрепление здоровья, формирование ЗОЖ населения [51].

Система не ограничивается только документами. Ее эффективность обеспечивается практическими механизмами, такими как межведомственное взаимодействие: регулярное проведение рейдов «Социальный патруль» для проверки соблюдения вышеуказанных законов (например, № 23-З и № 141-З) [52]; запуск Министерством образования региона чат-бота «АНТИВЕЙП», позволяющего гражданам сообщать о фактах продажи вейпов вблизи школ и курения подростков; реализация просветительских проектов: проведение марафонов, лекций «Санпросвет» – и работа центра ЗОЖ «Планета здоровья» [53].

Пример Арзамасского филиала ННГУ показывает, что нормативно-правовая база образовательной организации включает внутренние документы: устав образовательной организации, в котором отражены направления деятельности по сохранению и укреплению здоровья обучающихся; множество локальных нормативных актов: приказы руководителя, положения, инструкции, правила внутреннего распорядка, которые регламентируют вопросы ЗОЖ, охраны труда, безопасности и профилактики вредных привычек. А также в основные образовательные программы включены разделы, направленные на формирование культуры здорового и безопасного образа жизни [54, 55].

Здоровьесберегающая система в вузе – это комплекс мер, направленных на сохранение и укрепление здоровья студентов и преподавателей, формирование у них ценности здорового образа жизни (ЗОЖ) и создание безопасной образовательной среды.

Формирование ценностей здорового образа жизни у будущих педагогов не может быть эффективным в рамках изолированных лекций или эпизодических акций. Оно требует системного подхода, охватывающего учебные дисциплины, специальные курсы и внеаудиторную деятельность. Актуальность такого интегративного подхода обусловлена тремя группами факторов.

1. Недостаточность традиционного подхода «одного предмета»

Как показывает практика, попытки возложить всю ответственность за формирование ЗОЖ-установок на отдельную дисциплину (например, «Безопасность жизнедеятельности» или «Основы медицинских знаний») не дают устойчивого результата. Причины: студенты воспринимают такие предметы как второстепенные, не связанные с их будущей профессиональной деятельностью; знания, полученные в рамках одного курса, быстро забываются, если не подкрепляются в других контекстах; установки на здоровье формируются не столько через информирование, сколько через проживание, повторение и рефлексии в разных ситуациях.

Системный подход (дисциплины плюс спецкурсы плюс «внеаудиторка») позволяет создать «здоровьесберегающую образовательную среду», где ценности ЗОЖ транслируются не с одной кафедры, а со всех сторон – на лекциях по педагогике, во время практики, на факультативах и в студенческих мероприятиях.

В Арзамасском филиале ННГУ апробирована возможность междисциплинарной интеграции.

Педагогический вуз имеет уникальный ресурс: почти каждая дисциплина может внести вклад в формирование установок на ЗОЖ. Например, в табл. 1, которая представлена ниже, видна взаимосвязь учебных дисциплин педагогического вуза и потенциал формирования установок на здоровый образ жизни у студентов.

Таблица 1

Взаимосвязь учебных дисциплин педагогического вуза и формирования установок на здоровый образ жизни у студентов

Дисциплина	Потенциал для формирования ЗОЖ-установок
Педагогика	Освоение здоровьесберегающих технологий обучения, понимание роли учителя в сохранении здоровья учеников
Психология	Развитие стрессоустойчивости, саморегуляции, профилактика эмоционального выгорания
Физическая культура	Формирование привычки к регулярной двигательной активности, понимание связи физкультуры с умственной работоспособностью
Анатомия и возрастная физиология	Знание физиологических основ здоровья, влияния вредных привычек на организм
Методика преподавания предметов	Умение включать здоровьесберегающие паузы, дозировать нагрузку, гигиенически оценивать условия обучения

Спецкурсы (например, «Психология здоровья педагога», «Основы здорового питания», «Профилактика профессионального выгорания») позволяют углубить и систематизировать эти знания. Внеаудиторная работа (тренинги, спортивные секции, волонтерские акции, конкурсы «Здоровый педагог», студенческие конференции по ЗОЖ) переводит знания в реальные поведенческие практики, создает позитивное эмоциональное подкрепление и формирует референтные группы единомышленников.

Важным моментом в организации здоровьесберегающей системы педагогического вуза является подготовка педагога нового типа – активного транслятора ЗОЖ.

Современный ФГОС общего образования требует от учителя не только предметных компетенций, но и способности формировать у школьников культуру здоровья. Однако научить детей здоровью может только тот педагог, у которого: сформированы внутренние установки на ЗОЖ (не просто знает, но и сам ведет здоровый образ жизни); развиты методические умения использовать здоровьесберегающие технологии; имеется опыт организации внеурочной деятельности здоровьесберегающей направленности.

Все это невозможно развить в рамках одного курса. Только системное «погружение» на протяжении всего периода обучения в вузе – через лекции, практики, спецкурсы, тренинги и реальные дела – способно сформировать у студента-педагога устойчивую профессионально-личностную позицию в отношении здоровья.

При этом в ННГУ думают и о тех специалистах, которые уже заняли достойное место в профессиональной сфере, для них в вузе организована система повышения квалификации как важный шаг для развития профессиональных компетенций в соответствии с актуальными требованиями. Педагогические кадры любого уровня могут повысить квалификацию, например, по КПК ДПО «Воспитание здорового образа жизни» (повышающее компетенции педагогов по воспитанию ЗОЖ у обучающихся); «Здоровьесберегающие технологии в работе педагога» (обучение специалистов по валеологии, первой помощи); «Педагогические здоровьесберегающие технологии» (знания, умения и навыки в области физического и психического оздоровления, психоэнергетической регуляции) и т. п.

Второй уровень, научно-исследовательский, рассчитан на подготовку и активизацию деятельности по проблеме формирования установок на здоровый образ жизни для широкого круга представителей профессионально-педагогического сообщества Нижегородской области.

На данном уровне целесообразно проведение регионального мероприятия «Научно-методический форум “Здоровьесберегающая среда учреждения и ее влияние на человека: синтез педагогики и психологии, медицины и социологии”», организационный комитет: профессорско-преподавательский состав психолого-педагогического факультета Арзамасского филиала Национального исследовательского Нижегородского государственного университета им. Н. И. Лобачевского; гибридный формат проведения (участники на площадке и виртуальная аудитория) позволяет объединить студентов, магистрантов, педагогов, представителей администрации образовательных организаций, родителей и даже обучающихся в единое образовательно-исследовательское пространство во взаимодействии с представителями муниципальной власти, департаментов образования города и районов Нижегородской области.

В 2024 учебном году успешно прошел апробацию мастер-класс «Проектирование здоровьесберегающей среды гуманитарно-педагогического вуза: психолого-педагогическая точка зрения» для смешанных команд обучающихся и студентов образовательных учреждений Нижегородской области, цель проектных заданий – предложить креативные идеи преобразования пространства, которые помогали бы ученикам и педагогам отдыхать от уроков и переключаться с одного вида деятельности на другой, а также создавать положительную эмоциональную атмосферу. Мастер-класс организовали преподаватели психолого-педагогического факультета Арзамасского филиала Национального исследовательского Нижегородского государственного университета им. Н. И. Лобачевского, в его работе приняли участие около 300 человек.

Следующим этапом научно-исследовательского уровня может стать организация международной научно-практической конференции «Психолого-педагогические основы здоровьесберегающего современного образовательного пространства: проблемы и перспективы». Цель конференции – показать значимость психолого-педагогических знаний и возможность синтеза таких наук, как педагогика, психология, медицина, социология и архитектурная среда, при проектировании современного здоровьесберегающего образовательного пространства. С теоретической точки зре-

ния на конференции можно раскрыть основные научные подходы к понятию «здоровьесберегающая среда», дать представление о безопасной и комфортной здоровьесберегающей образовательной среде образовательного учреждения, описать проблемы влияния среды на развитие личности обучающегося и, что немаловажно, представить систему профилактики аддиктивного поведения в современной образовательной среде. Особый интерес у участников форума могут вызвать мировые тенденции и российские примеры формирования установок на здоровый образ жизни.

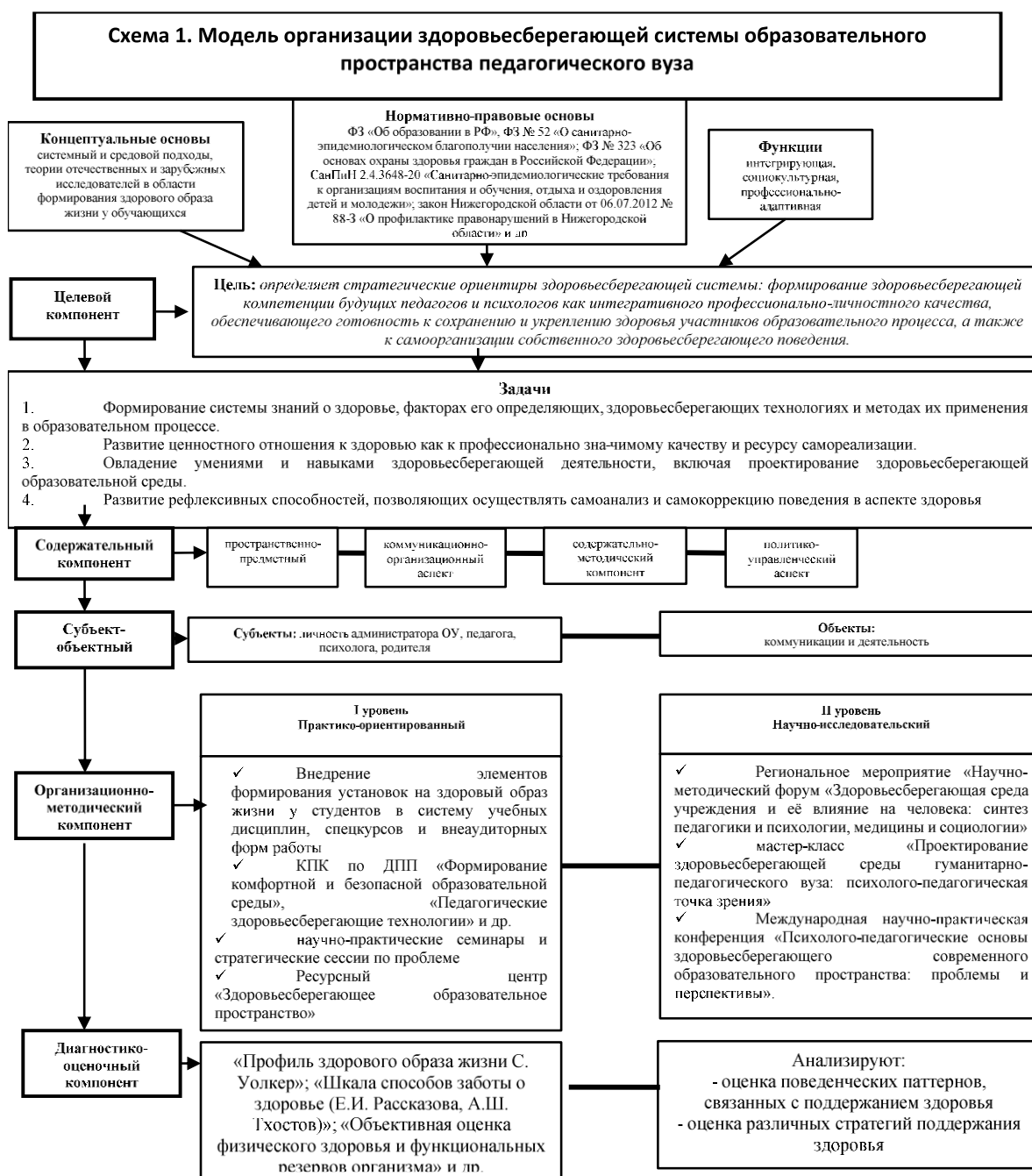
Следует отметить, что организация подобной конференции означает важность и перспективность совместного проектирования образовательных учреждений нового типа, необходимость участия в данном процессе педагогов и психологов.

Диагностико-оценочный компонент включает в себя диагностический материал, позволяющий оценить уровень подготовки студентов к формированию установок на здоровый образ жизни. В настоящее время активно используются методики: «Профиль здорового образа жизни С. Уолкер» (оценка поведенческих паттернов, связанных с поддержанием здоровья); «Шкала способов заботы о здоровье (Е. И. Рассказова, А. Ш. Тхостов) (оценка различных стратегий поддержания здоровья – от активного мониторинга до использования народных средств); «Объективная оценка физического здоровья и функциональных резервов организма» (портативный анализатор состава тела, InBody): измерение ключевых параметров физического развития; «Методика Р. М. Баевского и др.» (экспресс-оценка уровня соматического здоровья по показателям работы сердечно-сосудистой системы); комплексная методика «Насколько вы активны?» (оценка физической формы и уровня активности через простые вопросы) [2]. В настоящее время проходит этап формирования диагностико-оценочного материала для оценки полноты знаний, умений и навыков, имеющихся у студентов вуза для формирования установок на здоровый образ жизни.

Диагностика сформированности установок на здоровый образ жизни (ЗОЖ) – это, по сути, «измерительный инструмент» в руках педагога или психолога. Она позволяет не просто оценить, знает ли студент о пользе зарядки, но и понять, насколько глубоко ценности здоровья укоренились в его личности и готов ли он транслировать их в будущей профессии. Это комплексная процедура, которая рассматривает установку как многогранное образование, включающее знания, чувства и готовность к действиям. Диагностика установок на ЗОЖ решает три ключевые задачи: оценка текущего уровня (определить исходный уровень сформированности ЗОЖ-установок у студентов: от поверхностного знакомства до глубокой внутренней потребности); выявление проблемных зон (понять, какие компоненты (знания, мотивация или реальные поступки) «проседают» у большинства студентов, это помогает скорректировать образовательные программы); оценка эффективности (проверить, сработали ли внедренные спецкурсы, тренинги и другие мероприятия по формированию ЗОЖ).

Таким образом, комфортная и психологически безопасная здоровьесберегающая образовательная среда будет способствовать гармоничному вхождению студента – будущего педагога в социум и успешной адаптации в нем, создавать условия для реализации личностного потенциала каждого субъекта образовательных отношений.

Отметим, что последовательная реализация обозначенных компонентов обеспечивает эффективность реализации модели организации здоровьесберегающей системы образовательного пространства педагогического вуза (см. рисунок).



Модель организации здоровьесберегающей системы образовательного пространства педагогического вуза

Заклучение / Conclusion

Таким образом, актуальность включения формирования установок на ЗОЖ в систему учебных дисциплин, спецкурсов и внеаудиторной работы определяется тем, что только системный подход обеспечивает устойчивость и полноту формирования ЗОЖ-установок; позволяет использовать междисциплинарный потенциал педвуза; готовит педагога-транслятора здоровья для школы; служит профилактикой профессионального выгорания и способствует долголетию самого учителя. Для администрации образовательных организаций (вузов) мы подготовили рекомендации по внедрению здоровьесберегающей системы подготовки будущих педагогов и психологов образования (см. табл. 2).

Таблица 2

**Рекомендации для администрации гуманитарно-педагогических вузов
по внедрению здоровьесберегающей системы подготовки будущих педагогов
и психологов образования**

<i>Направление</i>	<i>Рекомендации</i>	<i>Ожидаемый результат</i>
Нормативно-правовое обеспечение	Внести в ООП ВО (уровень бакалавриата и магистратуры) раздел «Здоровьесберегающая компетентность педагога» как обязательный междисциплинарный модуль (2-3 ЗЕТ)	Закрепление статуса здоровьесбережения как профессиональной ценности.
Кадровое обеспечение	Ввести в штат или на аутсорсинге специалиста по здоровьесберегающим технологиям в образовании (координатора программы)	Системное сопровождение, а не эпизодические мероприятия
Материально-техническая база	Оборудовать сенсорную комнату для психоэмоциональной разгрузки студентов; создать доступную спортивную инфраструктуру (включая тренажерный зал, зал для йоги/пилатеса)	Формирование поведенческого паттерна: здоровье = доступно + комфортно
Организация режима	Внедрить гибкое расписание с обязательными «окнами» для физической активности и отдыха (исключить 6–7 пар подряд без перерыва на двигательную активность)	Снижение учебного стресса и гиподинамии

Целесообразно проводить мониторинг и оценку состояния системы, а это могут быть ежесеместровый скрининг психофизического состояния студентов (опросники: уровень стресса, утомляемости, двигательной активности, индекс массы тела); включение показателей здоровья в рейтинг учебных групп (например, «Группа с наибольшим охватом утренней зарядки» получает бонусные баллы); анализ профессионального выгорания у выпускников через год работы (обратная связь от работодателей).

Подводя итог, подчеркнем: роль университета здесь ключевая – он является транслятором формирования культуры здорового образа жизни обучающихся. Для студентов гуманитарно-педагогического вуза формирование культуры здорового образа жизни имеет не только личностное, но и сугубо профессиональное значение. Следовательно, создание эффективной здоровьесберегающей системы в педагогическом институте – это не факультативная задача, а стратегический приоритет, от которого зависит качество подготовки будущих кадров для системы образования и в конечном счете здоровье нации.

Ссылки на источники / References

1. Проект документа «Ключевые направления развития российского образования для достижения Целей и задач устойчивого развития в системе образования» до 2035 г. – URL: <http://edu2035.firo-nir.ru/index.php/statistik-uchastnikami-soobshchestva/86-klyuchevye-napravleniya-2035>
2. Щелина Т. Т., Акутина С. П., Михайлова С. В. и др. Динамика физического здоровья и личностных характеристик студентов за период 2012–2024 гг. // Современные вопросы биомедицины. – 2024. – Т. 8, № 4. DOI: 10.24412/2588-0500-2024_08_04_19. – URL: <https://svbskfmba.ru/arkhiv-nomerov/2026-4/shchelina2026>
3. Сидоров Д. Г., Большев А. С., Сидорова О. В. Здоровьесберегающий подход формирования качества жизни студентов: монография. – Н. Новгород: ННГАСУ, 2021. – С. 75–76.
4. Тихомирова Л. Ф., Макеева Т. В. Здоровьесберегающая педагогика: учеб. для вузов. – М.: Издательство Юрайт, 2025. – С. 54–55. – (Высшее образование).
5. Ковалько В. И. Здоровьесберегающие технологии в школе. 5–11 классы. – М.: Вако, 2004. – С. 117.
6. Тихомирова Л. Ф. Здоровьесберегающие технологии в деятельности образовательного учреждения: учеб.-метод. пособие. – Ярославль: Академия развития, 2004. – С. 89.
7. Charlton A. Health education and the teacher's role // International Journal of Health Education. – 1981. – Vol. 24, no. 1. – P. 28–35.

8. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания. – Л.: Изд-во Ленингр. ун-та, 1968. – С. 236–278.
9. Бодалев А. А. Об особенностях взаимосвязи профессионализма человека с его долголетием // Психология зрелости и старения. – 2015. – № 2. – С. 66–68.
10. Деркач А. А., Зазыкин В. Г. Акмеология: учеб. пособие для студ. вузов. – СПб.: Питер, 2003. – 252 с.
11. Сирота Н. А., Ялтонский В. М. Теоретические основы профилактики наркомании и других зависимостей среди подростков и молодежи: монография. – М.: ННЦ наркологии Минздрава РФ, 2003. – С. 47–49.
12. Зайцев Г. К. Валеолого-педагогические основы обеспечения здоровья человека в системе образования: дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.01. – СПб., 1998. – С. 178–179.
13. Казин Э. М. Теоретические и прикладные аспекты проблемы адаптации человека: учеб. пособие. – Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2010. – С. 45–48.
14. Степанова М. И. Гигиенические основы организации начального обучения детей в современной школе: автореф. дис. ... д-ра мед. наук: 14.00.07. – М.: Научный центр здоровья детей РАМН, 2003. – С. 23–24.
15. Ананьев В. А. Основы психологии здоровья: книга 1. Концептуальные основы психологии здоровья. – СПб.: Речь, 2006. – С. 275–276.
16. Лубышева Л. И. Социология физической культуры и спорта: учеб. пособие. – 2-е изд., стер. – М.: Академия, 2004. – С. 56–58.
17. Вайнер Э. Н. Валеология: учеб. для вузов. – 3-е изд., испр. – М.: Флинта: Наука, 2005. – С. 52.
18. Сократов Н. В. Здоровьесберегающее образование как основа формирования культуры здоровья субъектов образовательного процесса в условиях Оренбуржья: дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.01. – Оренбург, 2003. – С. 18.
19. Степанова М. И. Гигиенические основы организации начального обучения детей в современной школе: дис. ... д-ра мед. наук: 14.00.07. – М., 2003. – URL: <https://rusneb.ru/>
20. Панов В. И. Экологическая психология: опыт построения методологии: монография. – М.: Наука, 2004. – С. 85.
21. Yang Z., Jiang J., Yin Z. Analysis and Implications of the Standards for Health-Promoting Schools in Europe // International Journal of Physical Activity and Health. – 2026. – Vol. 5, Iss. 1. – Article 85. – P. 67. DOI: 10.18122/ijpah.5.1.85.boisestate.
22. Proctor R. Healthy Green Schools: Investigating how schools can nurture healthier and more environmentally aware young people: PhD Thesis. – University of Exeter, 2025. – P. 250.
23. Health-Promoting Learning Environments in Higher Education: A Scoping Review of Structural Interventions to Protect Student Mental Health // European Journal of Education. – 2024. – Vol. 59, No. 4. – e12772. – P. 47.
24. Balasooriya Lekamge R. et al. Evidence and Gap Map of Whole-School Interventions Promoting Mental Health and Preventing Risk Behaviours in Adolescence // Campbell Systematic Reviews. – 2025. – Vol. 21, No. 1. – e70024. – P. 89.
25. Zhang M. et al. School built environment and children's health: a scientometric analysis // Reviews on Environmental Health. – 2025. – Vol. 40, No. 2. – P. 465–480. DOI: 10.1515/reveh-2024-0137.
26. Засухина В. Н. Социально-аксиологическая роль биоэтики в науке и жизни современного общества // Ученые записки Забайкальского государственного университета. – 2012. – № 4. – С. 196–200.
27. Киенко Т. С. Здоровье как ценность в системе современного образования // Мир науки, культуры, образования. – 2021. – № 2 (87). – С. 212–215.
28. Хруцкий К. С. Аксиологический подход в современной валеологии: дис. ... канд. филос. наук: 09.00.13. – Великий Новгород, 2000. – С. 28.
29. Бондаревская Е. В. Теория и практика личностно-ориентированного образования. – Ростов н/Д: Изд-во Рост. пед. ун-та, 2000. – С. 294.
30. Сериков В. В. Личностно-ориентированное образование: поиск новой парадигмы: монография. – Волгоград: Перемена, 1998. – С. 18.
31. Якиманская И. С. Технология личностно-ориентированного образования. – М.: Сентябрь, 2000. – С. 76.
32. Маджуга А. Г. Теория и практика контекстного обучения акмеологии здоровья // Контекстный подход в психологии, педагогике и менеджмент: межвуз. сб. науч. тр. / МГГУ им. М. А. Шолохова; науч. ред. А. А. Вербицкий; отв. ред. В. Г. Калашников. – М.: Высш. шк., 2011. – С. 64–70.
33. Науменко Ю. В. Комплексное формирование социокультурного феномена «здоровье» у подростков в общеобразовательной школе: дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.01. – М., 2009. – С. 293.
34. Маслоу А. По направлению к психологии бытия / пер. Е. Рачковой. – М.: Эксмо-Пресс, 2002. – С. 72.
35. Вербицкий А. А. Теория контекстного обучения как основа подготовки специалистов: монография. – М.: Логос, 2009. – С. 35–37.
36. Вербицкий А. А., Калашников В. Г. Категория «контекст» в психологии и педагогике: монография. – М.: Логос, 2010. – С. 200.
37. Коджаспирова Г. М. Педагогическая антропология: современное прочтение идей К. Д. Ушинского. – URL: <https://pedagogicheskaya-anthropologiya.ru/ushinsky/>
38. Сидоров Д. Г., Большев А. С., Сидорова О. В. Здоровьесберегающий подход формирования качества жизни студентов: монография. – Н. Новгород: ННГАСУ, 2021. – С. 38.

39. Волкова С. И., Сироткина Э. Ю. Обобщение опыта организации анатомо-физиологических исследований и формирования основ здорового образа жизни учащихся студентами ЕГФ // Педагогика высшей школы. – 2017. – № 4.1 (10.1). – С. 43–45. – URL: <https://moluch.ru/th/3/archive/72/2895>
 40. Здоровье студентов // Арзамасский филиал ННГУ. – URL: <https://arz.unn.ru/home/977-2016-03-30-11-06-00>
 41. Деятельность Студенческого спортивного клуба освещается также на страницах городского информационного портала: «Каникулы по-взрослому» в спортивном стиле // Арзамас-Сити.Ru. – 30.03.2024. – URL: <https://www.arzamas-city.ru/news/31798>
 42. Студенческий спортивный клуб: сотрудники // Университет Лобачевского. – URL: <https://person.unn.ru/?p=09013>
 43. Приказ Министерства образования и науки РФ от 22 февраля 2018 г. № 121 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование» (ред. от 27.02.2023). – Доступ из справ.-правовой системы «КонсультантПлюс».
 44. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993 с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020).
 45. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 28.12.2024) «Об образовании в Российской Федерации». Ст. 41 «Охрана здоровья обучающихся».
 46. Федеральный закон от 30.03.1999 № 52-ФЗ (ред. от 08.08.2024) «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения».
 47. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (СанПиН 2.4.3648-20).
 48. Постановление Правительства Нижегородской области от 29.12.2025 № 806 «Об утверждении региональной программы Нижегородской области «Укрепление здоровья и формирование здоровьесберегающей среды» (2025–2030 гг.)».
 49. Закон Нижегородской области от 06.07.2012 № 88-З «О профилактике правонарушений в Нижегородской области». Ст. 25.
 50. Закон Нижегородской области от 31.10.2012 № 141-З «О профилактике алкогольной зависимости у несовершеннолетних в Нижегородской области».
 51. Закон Нижегородской области от 09.03.2010 № 23-З «Об ограничении пребывания детей в общественных местах на территории Нижегородской области».
 52. Распоряжение Правительства Нижегородской области от 25 июля 2022 г. № 814-р «О создании межведомственной комиссии при Правительстве Нижегородской области по реализации мер, направленных на сохранение и укрепление здоровья, формирование здорового образа жизни населения Нижегородской области» (в ред. распоряжения Правительства Нижегородской области от 10 ноября 2025 г. № 1011-р). – URL: <https://nn-gov.ru/doc/132089>
 53. «Социальный патруль» в действии // Администрация Шарангского муниципального округа Нижегородской области. – 13.11.2023. – URL: <https://sharanga.nobl.ru/presscenter/news/55590/>
 54. Администрация Краснооктябрьского муниципального округа. Лектории «Санпросвет» в 2025 году // edukro.edunn.ru. – 25.09.2025. – URL: <https://edukro.edunn.ru/node/1009>
 55. Арзамасский филиал ННГУ: официальный сайт. – URL: <https://arz.unn.ru/>
-
1. *Proekt dokumenta "Klyuchevye napravleniya razvitiya rossijskogo obrazovaniya dlya dostizheniya Celej i zadach ustojchivogo razvitiya v sisteme obrazovaniya" do 2035 g* [Draft document "Key directions for the development of Russian education to achieve the sustainable development goals and objectives in the education system" until 2035]. Available at: <http://edu2035.firo-nir.ru/index.php/stati-opublikovannye-uchastnikami-soobshchestva/86-klyuchevye-napravleniya-2035> (in Russian).
 2. Shchelina, T. T., Akutina, S. P., Mihajlova, S. V. et al. (2024). "Dinamika fizicheskogo zdorov'ya i lichnostnyh harakteristik studentov za period 2012–2024 gg." [Dynamics of physical health and personal characteristics of students for the period 2012–2024], *Sovremennye voprosy biomeditsiny*, t. 8, № 4. DOI: 10.24412/2588-0500-2024_08_04_19. Available at: <https://svbskfmba.ru/arkhiv-nomerov/2026-4/shchelina2026> (in Russian).
 3. Sidorov, D. G., Bol'shev, A. S., & Sidorova, O. V. (2021). *Zdorov'esberegayushchij podhod formirovaniya kachestva zhizni studentov* [A health-preserving approach to developing students' quality of life]: monografiya, NNGASU, N. Novgorod, pp. 75–76 (in Russian).
 4. Tihomirova, L. F., & Makeeva, T. V. (2025). *Zdorov'esberegayushchaya pedagogika* [Health-preserving pedagogy]: ucheb. dlya vuzov, Izdatel'stvo Yurajt, Moscow, pp. 54–55 (Vysshee obrazovanie) (in Russian).
 5. Koval'ko, V. I. (2004). *Zdorov'esberegayushchie tekhnologii v shkole. 5–11 klassy* [Health-saving technologies in school. Grades 5–11], Vako, Moscow, p. 117 (in Russian).

6. Tihomirova, L. F. (2004). *Zdorov'esberegayushchie tekhnologii v deyatel'nosti obrazovatel'nogo uchrezhdeniya* [Health-saving technologies in the activities of educational institutions]: ucheb.-metod. posobie, Akademiya razvitiya, Yaroslavl', p. 89 (in Russian).
7. Charlton, A. (1981). "Health education and the teacher's role", *International Journal of Health Education*, vol. 24, no. 1, pp. 28–35 (in English).
8. Anan'ev, B. G. (1968). *Chelovek kak predmet poznaniya* [Man as an object of knowledge], Izdatel'stvo Leningradskogo universiteta, Leningrad, pp. 236–278 (in Russian).
9. Bodalev, A. A. (2015). "Ob osobennostyah vzaimosvyazi professionalizma cheloveka s ego dolgoletiem" [On the relationship between professionalism and longevity of a person], *Psihologiya zrelosti i stareniya*, № 2, pp. 66–68 (in Russian).
10. Derkach, A. A., & Zazykin, V. G. (2003). *Akmeologiya* [Acmeology]: ucheb. posobie dlya stud. vuzov, Piter, St. Petersburg, 252 p. (in Russian).
11. Sirota, N. A., & Yaltonskij, V. M. (2003). *Teoreticheskie osnovy profilaktiki narkomanii i drugih zavisimostej sredi podrostkov i molodezhi* [Theoretical foundations for the prevention of drug addiction and other addictions among adolescents and young people]: monografiya, NNC narkologii Minzdrava RF, Moscow, pp. 47–49 (in Russian).
12. Zajcev, G. K. (1998). *Valeologo-pedagogicheskie osnovy obespecheniya zdorov'ya cheloveka v sisteme obrazovaniya* [Valeological and pedagogical foundations for preserving human health in the education system]: dis. ... d-ra ped. nauk: 13.00.01, St. Petersburg, pp. 178–179 (in Russian).
13. Kazin, E. M. (2010). *Teoreticheskie i prikladnye aspekty problemy adaptatsii cheloveka* [Theoretical and applied aspects of the human adaptation problem]: ucheb. posobie, Kemerovskij gosudarstvennyj universitet, Kemerovo, pp. 45–48 (in Russian).
14. Stepanova, M. I. (2003). *Gigienicheskie osnovy organizatsii nachal'nogo obucheniya detej v sovremennoj shkole* [Hygienic principles of organizing primary education of children in a modern school]: avtoref. dis. ... d-ra med. nauk: 14.00.07, Nauchnyj centr zdorov'ya detej RAMN, Moscow, pp. 23–24 (in Russian).
15. Anan'ev, V. A. (2006). *Osnovy psikhologii zdorov'ya: kniga 1. Konceptual'nye osnovy psikhologii zdorov'ya* [Fundamentals of Health Psychology: Book 1. Conceptual Foundations of Health Psychology], Rech', St. Petersburg, pp. 275–276 (in Russian).
16. Lubyшева, L. I. (2004). *Sociologiya fizicheskoy kul'tury i sporta* [Sociology of physical education and sports]: ucheb. posobie, 2-e izd., ster, Akademiya, Moscow, pp. 56–58 (in Russian).
17. Vajner, E. N. (2005). *Valeologiya* [Valeology]: ucheb. dlya vuzov, 3-e izd., ispr, Flinta: Nauka, Moscow, p. 52 (in Russian).
18. Sokratov, N. V. (2003). *Zdorov'esberegayushchee obrazovanie kak osnova formirovaniya kul'tury zdorov'ya sub"ektov obrazovatel'nogo processa v usloviyah Orenburzh'ya* [Health-preserving education as a basis for the development of a health culture among subjects of the educational process in the Orenburg region]: dis. ... d-ra ped. nauk: 13.00.01, Orenburg, p. 18 (in Russian).
19. Stepanova, M. I. (2003). *Gigienicheskie osnovy organizatsii nachal'nogo obucheniya detej v sovremennoj shkole* [Hygienic principles of organizing primary education of children in a modern school]: dis. ... d-ra med. nauk: 14.00.07, Moscow. Available at: <https://rusneb.ru/> (in Russian).
20. Panov, V. I. (2004). *Ekologicheskaya psikhologiya: opyt postroeniya metodologii* [Ecological Psychology: An Experience in Building a Methodology]: monografiya, Nauka, Moscow, p. 85 (in Russian).
21. Yang, Z., Jiang, J., & Yin, Z. (2026). "Analysis and Implications of the Standards for Health-Promoting Schools in Europe", *International Journal of Physical Activity and Health*, vol. 5, iss. 1, article 85, p. 67. DOI: 10.18122/ijpah.5.1.85.boisestate (in English).
22. Proctor, R. (2025). *Healthy Green Schools: Investigating how schools can nurture healthier and more environmentally aware young people: PhD Thesis*, University of Exeter, p. 250 (in English).
23. (2024). "Health-Promoting Learning Environments in Higher Education: A Scoping Review of Structural Interventions to Protect Student Mental Health", *European Journal of Education*, vol. 59, no. 4, e12772, p. 47 (in English).
24. Balasooriya Lekamge, R. et al. (2025). "Evidence and Gap Map of Whole-School Interventions Promoting Mental Health and Preventing Risk Behaviours in Adolescence", *Campbell Systematic Reviews*, vol. 21, no. 1, e70024, p. 89 (in English).
25. Zhang, M. et al. (2025). "School built environment and children's health: a scientometric analysis", *Reviews on Environmental Health*, vol. 40, no. 2, pp. 465–480. DOI: 10.1515/reveh-2024-0137 (in English).
26. Zasuhina, V. N. (2012). "Social'no-aksiologicheskaya rol' bioetiki v nauke i zhizni sovremennogo obshchestva" [The socio-axiological role of bioethics in science and life of modern society], *Uchenye zapiski Zabajkal'skogo gosudarstvennogo universiteta*, № 4, pp. 196–200 (in Russian).
27. Kienko, T. S. (2021). "Zdorov'e kak cennost' v sisteme sovremennogo obrazovaniya" [Health as a value in the modern education system], *Mir nauki, kul'tury, obrazovaniya*, № 2 (87), pp. 212–215 (in Russian).

28. Hruckij, K. S. (2000). *Aksiologicheskij podhod v sovremennoj valeologii* [Axiological approach in modern valeology]: *dis. ... kand. filos. nauk: 09.00.13*, Velikij Novgorod, p. 28 (in Russian).
29. Bondarevskaya, E. V. (2000). *Teoriya i praktika lichnostno-orientirovannogo obrazovaniya* [Theory and practice of student-centered education], *Izd-vo Rost. ped. un-ta*, Rostov n/D, p. 294 (in Russian).
30. Serikov, V. V. (1998). *Lichnostno-orientirovannoe obrazovanie: poisk novoj paradigmy* [Student-Centered Education: In Search of a New Paradigm]: *monografiya*, Peremena, Volgograd, p. 18 (in Russian).
31. Yakimanskaya, I. S. (2000). *Tekhnologiya lichnostno-orientirovannogo obrazovaniya* [Technology of student-centered education], *Sentyabr'*, Moscow, p. 76 (in Russian).
32. Madzhuga, A. G. (2011). "Teoriya i praktika kontekstnogo obucheniya akmeologii zdorov'ya" [Theory and practice of contextual training in health acmeology], *Kontekstnyj podhod v psihologii, pedagogike i menedzhment: mezhvuz. sb. nauch. tr.*, Vyssh. shk., Moscow, pp. 64–70 (in Russian).
33. Naumenko, Yu. V. (2009). *Kompleksnoe formirovanie sociokul'turnogo fenomena "zdorov'e" u podrostkov v obshcheobrazovatel'noj shkole* [Comprehensive formation of the sociocultural phenomenon "health" among adolescents in secondary schools]: *dis. ... d-ra ped. nauk: 13.00.01*, Moscow, p. 293 (in Russian).
34. Maslou, A. (2002). *Po napravleniyu k psihologii bytiya* [Towards a Psychology of Being], Eksmo-Press, Moscow, p. 72 (in Russian).
35. Verbickij, A. A. (2009). *Teoriya kontekstnogo obucheniya kak osnova podgotovki specialistov* [Contextual learning theory as a basis for training specialists]: *monografiya*, Logos, Moscow, pp. 35–37 (in Russian).
36. Verbickij, A. A., & Kalashnikov, V. G. (2010). *Kategoriya "kontekst" v psihologii i pedagogike* [The category of "context" in psychology and pedagogy]: *monografiya*, Logos, Moscow, p. 200 (in Russian).
37. Kodzhaspirova, G. M. *Pedagogicheskaya antropologiya: sovremennoe prochtenie idej K. D. Ushinskogo* [Pedagogical anthropology: a modern interpretation of the ideas of K. D. Ushinsky]. Available at: <https://pedagogicheskaya-anthropologiya.ru/ushinsky/> (in Russian).
38. Sidorov, D. G., Bol'shev, A. S., & Sidorova, O. V. (2021). *Zdorov'esberegayushchij podhod formirovaniya kachestva zhizni studentov* [A health-preserving approach to developing students' quality of life]: *monografiya*, NNGASU, N. Novgorod, p. 38 (in Russian).
39. Volkova, S. I., & Sirotkina, E. Yu. (2017). "Obobshchenie opyta organizacii anatomo-fiziologicheskikh issledovanij i formirovaniya osnov zdorovogo obraza zhizni uchashchihsya studentami EGF" [Generalization of the experience of organizing anatomical and physiological research and the development of the healthy lifestyle foundations for students of the Faculty of Natural Sciences], *Pedagogika vysshej shkoly*, № 4.1 (10.1), pp. 43–45. Available at: <https://moluch.ru/th/3/archive/72/2895> (in Russian).
40. "Zdorov'e studentov" [Students' health], *Arzamasskij filial NNGU*. Available at: <https://arz.unn.ru/home/977-2016-03-30-11-06-00> (in Russian).
41. "Deyatel'nost' Studencheskogo sportivnogo kluba osveshchaetsya takzhe na stranicah gorodskogo informacionnogo portala: "Kanikuly po-vzrosloму" v sportivnom stile" [The activities of the Student Sports Club are also covered on the pages of the city information portal: "Adult-style holidays" in a sporty style], *Arzamas-Siti.Ru*, 30.03.2024. Available at: <https://www.arzamas-city.ru/news/31798> (in Russian).
42. "Studencheskij sportivnyj klub: sotrudniki" [Student Sports Club: Staff], *Universitet Lobachevskogo*. Available at: <https://person.unn.ru/?p=09013> (in Russian).
43. "Prikaz Ministerstva obrazovaniya i nauki RF ot 22 fevralya 2018 g. № 121 "Ob utverzhdenii federal'nogo gosudarstvennogo obrazovatel'nogo standarta vysshego obrazovaniya – bakalavriat po napravleniyu podgotovki 44.03.01 Pedagogicheskoe obrazovanie" [Order of the Ministry of Education and Science of the Russian Federation dated February 22, 2018 No. 121 "On approval of the federal state educational standard of higher education - bachelor's degree in the area of training 44.03.01 Pedagogical education"] (red. ot 27.02.2023)", *Dostup iz sprav.-pravovoj sistemy "Konsul'tantPlyus"* (in Russian).
44. *Konstituciya Rossijskoj Federacii (prinyata vsenarodnym golosovaniem 12.12.1993 s izmeneniyami, odobrennymi v hode obshcherossijskogo golosovaniya 01.07.2020)* [The Constitution of the Russian Federation (adopted by popular vote on December 12, 1993, with amendments approved during the all-Russian vote on July 1, 2020)] (in Russian).
45. *Federal'nyj zakon ot 29.12.2012 № 273-FZ (red. ot 28.12.2024) "Ob obrazovanii v Rossijskoj Federacii". St. 41 "Ohrana zdorov'ya obuchayushchihsya"* [Federal Law of December 29, 2012, No. 273-FL (as amended on December 28, 2024) "On Education in the Russian Federation." Article 41 "Protection of the Health of Students"] (in Russian).
46. *Federal'nyj zakon ot 30.03.1999 № 52-FZ (red. ot 08.08.2024) "O sanitarno-epidemiologicheskom blagopoluchii naseleniya"* [Federal Law of March 30, 1999 No. 52-FL (as amended on August 8, 2024) "On the Sanitary and Epidemiological Welfare of the Population"] (in Russian).
47. *Postanovlenie Glavnogo gosudarstvennogo sanitarnogo vracha RF ot 28.09.2020 № 28 "Ob utverzhdenii sanitarnyh pravil SP 2.4.3648-20 "Sanitarno-epidemiologicheskie trebovaniya k organizaciyam vospitaniya i obucheniya, ot dyha i ozdorovleniya detej i molodezhi"* [Resolution of the Chief State Sanitary Doctor of the Russian

- Federation dated September 28, 2020 No. 28 "On approval of sanitary rules SR 2.4.3648-20 "Sanitary and epidemiological requirements for organizations for the education and training, recreation and health improvement of children and youth"] (SanPiN 2.4.3648-20) (in Russian).
48. *Postanovlenie Pravitel'stva Nizhegorodskoj oblasti ot 29.12.2025 № 806 "Ob utverzhdenii regional'noj programmy Nizhegorodskoj oblasti "Ukreplenie zdorov'ya i formirovanie zdorov'esberegayushchej sredy" (2025–2030 gg.)"* [Resolution of the Government of the Nizhny Novgorod Region dated December 29, 2025 No. 806 "On approval of the regional program of the Nizhny Novgorod Region "Improving health and creating a health-preserving environment" (2025-2030)] (in Russian).
 49. *Zakon Nizhegorodskoj oblasti ot 06.07.2012 № 88-Z "O profilaktike pravonarushenij v Nizhegorodskoj oblasti". St. 25* [Law of the Nizhny Novgorod Region dated July 6, 2012 No. 88-L "On the Prevention of Offenses in the Nizhny Novgorod Region." Art. 25] (in Russian).
 50. *Zakon Nizhegorodskoj oblasti ot 31.10.2012 № 141-Z "O profilaktike alkohol'noj zavisimosti u nesovershennoletnih v Nizhegorodskoj oblasti"* [Law of the Nizhny Novgorod Region dated October 31, 2012 No. 141-L "On the prevention of alcohol addiction among minors in the Nizhny Novgorod Region".] (in Russian).
 51. *Zakon Nizhegorodskoj oblasti ot 09.03.2010 № 23-Z "Ob ogranichenii prebyvaniya detej v obshchestvennyh mestah na territorii Nizhegorodskoj oblasti"* [Law of the Nizhny Novgorod Region dated March 9, 2010 No. 23-L "On restricting the presence of children in public places on the territory of the Nizhny Novgorod Region.".] (in Russian).
 52. *Rasporyazhenie Pravitel'stva Nizhegorodskoj oblasti ot 25 iyulya 2022 g. № 814-r "O sozdanii mezhvedomstvennoj komissii pri Pravitel'stve Nizhegorodskoj oblasti po realizacii mer, napravlennyh na sohranenie i ukreplenie zdorov'ya, formirovanie zdorovogo obraza zhizni naseleniya Nizhegorodskoj oblasti"* [Order of the Government of the Nizhny Novgorod Region dated July 25, 2022 No. 814-r "On the establishment of an interdepartmental commission under the Government of the Nizhny Novgorod Region for the implementation of measures aimed at preserving and strengthening health and developing a healthy lifestyle for the population of the Nizhny Novgorod Region"] (v red. rasporyazheniya Pravitel'stva Nizhegorodskoj oblasti ot 10 noyabrya 2025 g. № 1011-r). Available at: <https://nn-gov.ru/doc/132089> (in Russian).
 53. "Social'nyj patrol" v dejstvii [Social Patrol in action], *Administraciya Sharangskogo municipal'nogo okruga Nizhegorodskoj oblasti*, 13.11.2023. Available at: <https://sharanga.nobl.ru/presscenter/news/55590/> (in Russian).
 54. *Administraciya Krasnooktyabr'skogo municipal'nogo okruga. Lektorii "Sanprosvet" v 2025 godu* [Krasnooktyabrsky Municipal District Administration. "Sanprosvet" Lecture Halls in 2025], *edukro.edunn.ru*, 25.09.2025. Available at: <https://edukro.edunn.ru/node/1009> (in Russian).
 55. *Arzamasskij filial NNGU: oficial'nyj sajt* [Arzamas branch of NNSU: official website]. Available at: <https://arz.unn.ru/> (in Russian).

Вклад авторов

Н. В. Гусева – разработка педагогического инструментария для организации здоровьесберегающей системы образования в вузах педагогического профиля, описание хода деятельности по организации здоровьесберегающей системы образования в вузах педагогического профиля, методологический и психологический анализ, представление результатов, формулировка выводов и заключения.

Т. Т. Щелина – оформление аннотации, ключевых слов и введения, раскрытие актуальности исследования, создание условий для организации здоровьесберегающей системы образования в вузах педагогического профиля в Арзамасском филиале ННГУ.

М. Ю. Махонин – подготовка и оформление обзора научной литературы, подбор материалов для описания методологической базы исследования.

Contribution of the authors

N. V. Guseva – development of pedagogical tools for organizing a health-preserving education system in pedagogical universities, description of the progress of activities to organize a health-preserving education system in pedagogical universities, methodological and psychological analysis, presentation of results, formulation of findings and conclusion.

T. T. Shchelina – preparation of the abstract, keywords, and introduction, justification of the relevance of the study, creation of conditions for organizing a health-preserving education system in pedagogical universities at the Arzamas branch of NNSU.

M. Yu. Makhonin – preparation and design of the scientific literature review, selection of materials for describing the methodological basis of the study.