

студентов с 1 по 4 курс (на каждом курсе по 30 человек), юноши и девушки в возрасте от 17 до 21 год.

Результаты исследования показали, что у студентов старших курсов уровень ГТР выше, чем у младших (50% и 36%). Наиболее распространенными признаками депрессии среди студентов 1, 2 курсов являются: снижение устойчивости к стрессу, нарушение сна. У студентов 3, 4 курсов так же преобладают проблемы со сном и помимо этого жалость к самому себе, раздражение, беспокойство, напряженность. У студентов, склонных к развитию тревожных реакций, отмечается стойкое искажение процесса восприятия и переработки информации, их внимание избирательно направлено именно на возможную опасность. Студенты с данными симптомами, с одной стороны, твердо убеждены, что беспокойство является своего рода эффективным механизмом, которое позволяет им адаптироваться к ситуации, а с другой стороны, расценивают свое беспокойство, как неконтролируемое и опасное. Такое сочетание как бы замыкает «порочный круг» постоянного беспокойства.

Выводы. Вследствие полученных результатов, возникла необходимость проведения более глубокого анкетирования и его анализа на предмет наличия ГТР у студентов, а также выявления основополагающих факторов, влияющих на изменение психофизического состояния студентов с целью профилактики данных расстройств.

Библиографический список

1. Бек А., Фримен А. Когнитивная психотерапия расстройств личности// Санкт-Петербург: Питер, 2002. – с. 258
2. Веретенников, В.Л. Коррекция психофизического состояния студентов на основе интегрального показателя адаптированности к обучению в вузе./ В.Л. Веретенников // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2011. №10(80). – 51 с.
3. Линькова-Даниелс, Н.А., Ершова, А.В. Анализ депрессионного состояния студентов очной формы обучения. // Проблемы качества физкультурно-оздоровительной здоровье сберегающей деятельности образовательных учреждений: Матер.международ. науч.- практ. конфер.. Екатеринбург, РГППУ, 2013.- С. 97-100.
4. Линькова-Даниелс Н.А. Современная технология организации образовательного процесса в УрГУПС по дисциплине «Физическая культура» на примере курса «Оздоровительный тренинг» //Инновационный транспорт № 3(4), Научно-публицистическое издание, Екатеринбург: УрГУПС, 2012. - С. 32-36.
5. Линькова Н. А. Методика оздоровительных физических упражнений для студентов с сосудистыми заболеваниями головного мозга (избранные главы монографии) // Материалы 10-й школы-семинара анестезиологов-реаниматологов Тюменской области.– Тюмень : ООО «Печатник», 2012. – С. 53–85.

Короткова Е.С.

Челябинский государственный педагогический университет, Челябинск, Россия

Тьюторское сопровождение индивидуализации образовательного процесса

Образование характеризуется определенным поиском и обретением конкретным человеком своего «человеческого образа», выставляя требование не подражания, а выбора, конструирования, проектирования этого образа и самовоспитания в соответствии с ним. Подлинное образование, по мнению С.И. Гессена, заключается не в передаче новому поколению готового культурного содержания, а лишь в сообщении ему того движения, продолжая которое оно могло бы выработать свое собственное новое

содержание культуры. В связи с этим особую актуальность приобретает тьюторство как образовательная технология сопровождения индивидуального образования.

Тьютор – это наставник, посредник, педагог, работающий с индивидуализацией ребенка. Индивидуализация – процесс поиска индивидуального пути к качественно-му для конкретного человека образованию, процесс фиксации и развитие «самости». Прохождение этого пути требует сопровождения. Тьюторское сопровождение – это педагогическая деятельность, суть которой заключается в превентивном освоении компетенций, умений и навыков самостоятельного планирования образовательного и жизненного пути, формирования и реализации индивидуальной образовательной программы, умений и навыков разрешения проблемных ситуаций. Тьюторское сопровождение проявляется в готовности педагога-тьютора адекватно реагировать на психологический и эмоциональный дискомфорт обучающегося, на его запрос о взаимодействии. Такой тип сопровождения предполагает разработку и реализацию каждым ребенком при поддержке педагога-тьютора индивидуальной образовательной программы, которая включает в себя определение целей и ценностей образования, его содержания, форм и вариантов презентации образовательных результатов.

Профилизация школы, разработка и сопровождение индивидуальных образовательных программ, новый формат итоговой аттестации – эти изменения привели к необходимости поиска и реализации в педагогической практике обновленных подходов, обеспечивающих построение учебного процесса не на основе видов деятельности учителя, а на основе содержания учебной деятельности учащихся. Личность ученика при этом рассматривается как субъект собственного развития, нуждающийся в помощи при осмыслении окружающего мира, идей, образов, символов для формирования духовной, и соционормативной культуры.

Индивидуализация связана не столько с усвоением, сколько с познанием, исследованием, пробой, проверкой и выбором. Все это создает особую психологическую ситуацию между выбирающим и тем, кто стремится повлиять на его выбор. Ребенку необходимо доказать всем и прежде всего самому себе, что он способен свободно выбирать. В ходе тьюторского сопровождения педагог создает условия и предлагает способы для выявления, осмысления и реализации индивидуализированного способа движения к Культуре, овладения собой через культурный образец.

Деятельность тьютора отлична от деятельности учителя, наставника и психолога-консультанта. Являясь одновременно организатором, консультантом и наставником, тьютор решает ряд собственных профессиональных задач. В отличие от учителя, занимающегося задачами учебно-воспитательного процесса, для тьютора, работающего с индивидуализацией ученика, первостепенной задачей является оказание школьнику помощи в осознании и реализации познавательного интереса.

Тьютор выступает в этом случае как консультант учащегося, который помогает ему понять и определить интересы, подобрать соответствующие способы, обеспечивающие его достижение, определиться с местами получения дополнительной информации. Он помогает школьнику определиться по отношению к тому, как дальше использовать полученные результаты.

Важно понять, что в процессе индивидуализации ребенок не продолжатель чужей-то деятельности, преемник образцов, которые необходимо сохранять и воспроизводить, а творец, т. е. тот, кто может сам что-то создать.

Творческая деятельность учащегося отличается тем, что сам творец ищет и обретает собственные цели, ищет и обретает средства для их реализации. У него возникают проблемы, конфликта между имеющимся и новым желаемым, но пока недоступным. Преодоление этой недоступности воспринимается как лично значимая цель. Осуществляя путь творца, ребенок находит пути к своей индивидуальности.

Тьюторское сопровождение является совместной с учащимися деятельностью по выстраиванию и реализации всей цепочки шагов по развитию интереса. Где ученик получает опыт фиксации своего интереса, постановки целей, интеграции для ее достижения различных ресурсов образования (в том числе и внешкольных), а в итоге – осознает процесс управления своей познавательной и образовательной деятельностью, осваивает способы развития интереса, формирует качества, способствующие ее реализации. Таким образом, тьюторское сопровождение ориентировано на создание благоприятных условий среды для развития познавательного интереса; раскрытие и реализацию внутренних сил; формирование способностей к самостоятельным действиями свободному выбору; действие в решении затруднений.

Библиографический список

1. Гессен, С. И. Основы педагогики. Введение в прикладную философию / С.И. Гессен. – М., 1995.
2. Ковалева, Т.М. Тьюторское сопровождение в Старшей школе как возможность эффективной реализации предпрофильной подготовки и профильного обучения / Т.М. Ковалева // Теоретические исследования 2005 года: материалы науч. конф. – М.: ИТИП РАО, 2006.
3. Мишаткина, М.В. Формирование у старшеклассников потребности в определении смысла учебной деятельности: дис... канд. пед. наук: 13.00.01 / М.В. Мишаткина. – Волгоград, 2005. – 190 с.
4. Ратт, Т.А. Основы психолого-педагогического взаимодействия в процессе развития творческого потенциала личности: учеб.-метод. пособие / Т.А. Ратт. – Пермь: ЦДТ «Шанс», 2005. – 127 с.
5. Рыбалкина, Н.В. Технология тьюторского сопровождения образовательного туризма / Н.В. Рыбалкина // Тьюторство: концепции, технологии, опыт: юбилейный сборник 1996. – Томск, 2005.
6. Щедровицкий, Г.П. Развивающее образование и мыследеятельностная педагогика / Г.П. Щедровицкий // Первые чтения памяти В.В. Давыдова. – Рига–М., 1999.

Котельников С.А., Ханевская Г.В.

Российский государственный профессионально-педагогический университет, Екатеринбург, Россия

ВЗАИМОСВЯЗЬ ФИЗИЧЕСКОГО И ДУХОВНОГО ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

«Здоровье – это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов», - записано в уставе Всемирной организации здравоохранения. То есть в понятие здоровья в настоящее время вкладывается более широкий смысл, чем отсутствие болезней, оно включает в себя деятельностные возможности человека, которые позволяют ему улучшить свою жизнь, сделать ее более благополучной, достичь более высокой степени самореализации.

Отметим, что благополучие касается всех сторон жизни человека, а не только его физического состояния. Духовное благополучие соотносится с разумом человека, его интеллектом, эмоциями.

Физическое здоровье предполагает отказ человека от вредных привычек (табакокурения, употребления алкоголя и наркотиков и др.). Чтобы достигнуть высокого уровня такого здоровья, человек должен рационально питаться, соблюдать правила личной гигиены и безопасного поведения, оптимально сочетать работу и отдых, фи-