

УДК 373.51:614.8:612.8.04

**ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ МОДЕЛЬ ФОРМИРОВАНИЯ БЕЗОПАСНОГО
И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ШКОЛЬНИКОВ**

А. С. Шинкаренко

**THE PEDAGOGICAL MODEL OF FORMATION OF SECONDARY SCHOOL STUDENTS' SAFE
AND HEALTHY LIFESTYLE**

A. S. Shinkarenko

Представленные материалы предлагают разработанную нами педагогическую модель формирования безопасного и здорового образа жизни школьников на современном этапе развития общества, которая предполагает создание педагогических условий для межпредметной интеграции основ безопасности жизнедеятельности физической культуры, естественно-научных и гуманитарных дисциплин), реализуемых в сфере урочной и внеурочной деятельности с учетом характера воздействия средовых факторов, возрастных и типологических особенностей учащихся с целью расширения когнитивной и деятельностной функции, направленной на повышение приспособительных возможностей организма в различных условиях жизнедеятельности, создание устойчивой мотивации к сохранению и укреплению социального и психофизического здоровья, межличностных отношений, свободных от психического и физического давления и насилия.

The paper presents the developed pedagogical model of formation of secondary school students' safe and healthy lifestyle at the present stage of the development of society. The model involves the pedagogical conditions for cross-curricular integration (Life Safety, Physical Education, Natural Science and Humanities), implemented in the area of curricular and extracurricular activities with regard to the nature of the environmental factors, age and typological characteristics of students.

The purpose of the proposed model is to create a sustainable motivation to preserve and strengthen social and psychological health, interpersonal relationships, free from mental and physical pressure and violence through increased cognitive activity and functions aimed at improving the adaptive capacity of the organism under different conditions of life.

Ключевые слова: безопасный и здоровый образ жизни, педагогическая модель, интегративный и дифференцированный.

Keywords: safe and healthy lifestyle, pedagogical model, integrated and differentiated approach.

«Под моделью в науке понимают искусственно созданный объект в виде схемы, чертежа, логико-математических формул, физической конструкции и т. д., который, будучи аналогичен (подобен, сходен) исследуемому объекту, отражает и воспроизводит в более простом, уменьшенном виде структуру, свойства, взаимосвязи и отношения между элементами исследуемого объекта». Моделирование является важным средством педагогических исследований, так как предполагает построение системы, которая адекватно отображает предмет исследования и функционирует аналогично исследуемому процессу [8].

Технология педагогического моделирования имеет свою логику, в соответствии с которой действия производятся в определенной последовательности: компонентный анализ объекта проектирования, анализ информационного обеспечения, выбор системообразующего компонента, определение пространственно-временных основ, материально-технических, педагогических и других условий [9].

Внедрение новых ФГОС потребует массового перехода школ к широкому и *ответственному применению в образовательном процессе технологий формирования культуры здоровья, важной составляющей которой является нацеленность человека на гармо-*

ничное развитие личности. Такие технологии уже наработаны – прежде всего в образовательных учреждениях, получивших статус школ здоровья. Эти школы *готовы, как подчеркивали выступавшие на «круглом столе» директора учреждений такого типа, стать ресурсными центрами для передачи положительного опыта педагогическим коллективам других учреждений общего образования.*

Разрабатывая педагогическую модель формирования безопасного и здорового образа жизни школьников с позиций системно-деятельностного, онтогенетического и компетентностного подхода, мы исходили из методологического представления о компетентностном подходе к формированию личности педагога [5] концепции здорового образа жизни [10; 2; 9; 11], деятельностного подхода к личности учащегося и процессу его развития.

С целью формирования безопасного и здорового образа жизни через совокупность урочной и внеурочной деятельности на основе интегративного и дифференцированного подходов нами были проанализированы концептуальные подходы к решению данной проблемы в педагогической теории и практике, а также выявлены факторы, способствующие и препятст-

вующие сохранению и укреплению здоровья и безопасности школьников.

В рамках проведенного констатирующего эксперимента были проанализированы индивидуально-типологические особенности влияющих на процесс психосоциальной и физиологической адаптации подростков на разных возрастных этапах (школьников 5, 8 классов МБОУ «Лицей № 62» г. Кемерово в количестве 186 человек).

В ходе нашего исследования была разработана представленная ниже педагогическая модель (рис.).

Педагогическая модель формирования безопасного и здорового образа жизни рассматривается нами в *теоретико-методологическом и организационно-педагогическом аспектах*.

Теоретико-методологический аспект отражает цели, задачи, принципы, критерии, компоненты, содержательные характеристики деятельности по формированию безопасного и здорового образа жизни школьников.

Организационно-педагогический аспект определяет структуру и функции каждого компонента в направлении непрерывности процесса формирования безопасного и здорового образа жизни школьников в урочной и внеурочной деятельности, прогнозируемые результаты деятельности.

Новизна представленной педагогической модели заключается в том, что все ее структурные компоненты и их функции определены в соотношении со структурой процесса формирования безопасного и здорового образа жизни школьников, данная модель по нашему определению, состоит из теоретического, практического и личностного компонентов.

Содержательная составляющая нашей модели – дополнительная образовательная программа формирования безопасного и здорового образа жизни школьников, полностью ориентированная на теоретическую, практическую и личностную компоненты.

Целью педагогической модели, предложенной нами, является расширение у педагогов и школьников

знаний о здоровье и безопасности учащихся, способах их сохранения (теоретический компонент), развитие умений и навыков безопасного и здорового образа жизни (практический компонент), формирование мотивации безопасного и здорового образа жизни, ценностных установок на здоровье и безопасность (личностный компонент) через совокупность урочной и внеурочной деятельности на основе интегративного и дифференцированного подходов.

Для достижения данной цели были сформулированы следующие задачи:

- формировать мотивационную, когнитивную и деятельностную основу безопасного и здорового образа жизни учащихся;
- способствовать формированию психофизической устойчивости к стрессорным воздействиям;
- разработать и апробировать целевую программу по формированию безопасного и здорового образа жизни школьников в урочной и внеурочной деятельности.

Социально-педагогическая деятельность по формированию безопасного и здорового образа жизни учащихся реализуется на базе следующих принципов:

- принцип триединого представления о здоровье и безопасности;
- принцип непрерывности и преемственности;
- принцип интегрального представления и здоровья и безопасности;
- принцип индивидуализации и учета возрастных и типологических особенностей субъектов воспитательно-образовательного процесса;
- принцип системности и комплексности;
- принцип субъект-субъектного взаимоотношения с обучающимися;
- принцип комплексности междисциплинарного подхода;
- общепедагогический принцип гармоничного сочетания обучающих, воспитывающих, развивающих и образовательных педагогических воздействий.

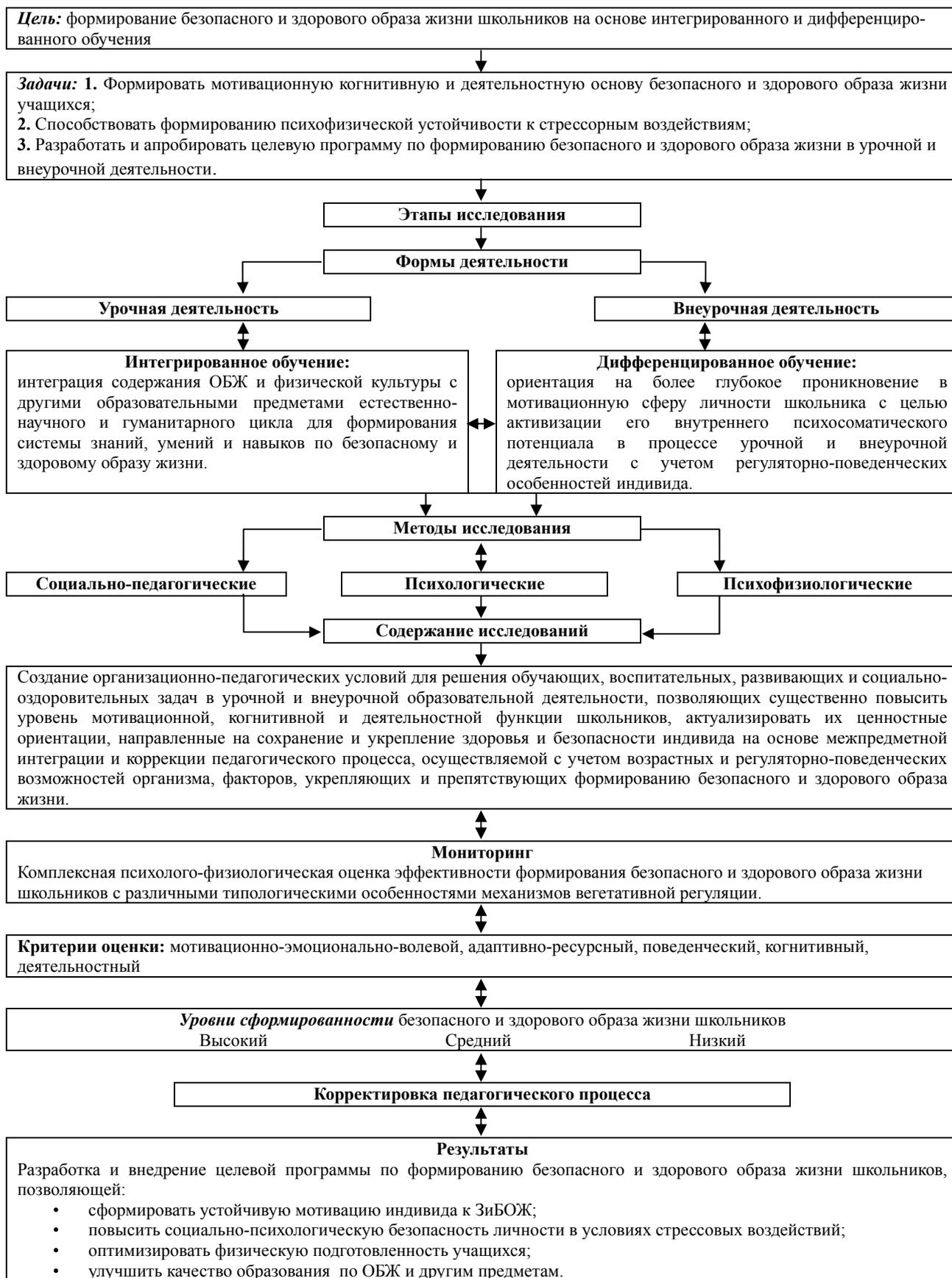


Рис. Педагогическая модель формирования безопасного и здорового образа жизни школьников на современном этапе развития общества

Приоритет позитивных воздействий (подкреплений) над негативными (запретами, порицаниями) – один из важнейших общепедагогических постулатов и одно из важнейших условий здоровьесберегающей педагогики. Неблагоприятное воздействие на здоровье и психическое развитие обучающихся оказывает преобладание запретов, порицаний, неодобрений и т. д., превалирующих как в профессиональной, так и в родительской педагогике. Привычка преподавателей (а дома родителей) фиксировать внимание молодого человека преимущественно на недостатках, ошибках, ограничениях и т. д. формирует психологически ущербную личность, с заниженной самооценкой, комплексом неполноценности, не способную ставить настоящих целей и добиваться их достижения, что является признаком нарушения здоровья и снижением уровня психологической устойчивости, психологического нездоровья.

Организационно-педагогический аспект педагогической модели формирования безопасного и здорового образа жизни школьников содержит описание взаимосвязи таких компонентов модели, как формы деятельности (урочная, внеурочная деятельность, коррективная педагогического процесса), методы (социально-педагогические, психологические, психофизиологические) и содержательный компонент, который заключается в создании организационно-педагогических условий для решения обучающихся, воспитательных, развивающих, социально-оздоровительных задач в урочной и внеурочной образовательной деятельности. Сочетание этих видов деятельности должно позволить, по нашему мнению, существенно повысить уровень мотивационной, когнитивной и деятельностной функции школьников; актуализировать их ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья и безопасности индивида на основе межпредметной интеграции и коррекции педагогического процесса, осуществляемых с учетом возрастных и регуляторно-поведенческих возможностей организма, факторов, укрепляющих и препятствующих формированию безопасного и здорового образа жизни.

При этом, по нашему мнению, следует обратить особое внимание на:

- *организацию физической активности учащихся, профилактику гиподинамии (учебные перегрузки школьников, интенсификация обучения, увлечение Интернетом и видеофильмами, компьютерными играми, недостаток возможностей для занятий физкультурой и спортом – главные причины малоподвижного образа жизни, распространения среди городских школьников гиподинамии, что приводит к задержке роста и развития, снижению адаптационных возможностей организма, общему ухудшению состояния здоровья; физическая активность учащихся в школе должна быть организована на основе взаимодополняющего сочетания двух направлений: занятий больших форм (уроков физкультуры и работы спортивных секций во внеурочное время) и занятий малых форм, вводимых в структуру учебного дня для поддержания высокого уровня работоспособности школьников в течение всего времени обучения;*

- *охрану и укрепление психологического здоровья, психологической устойчивости учащихся: предупреждение школьных стрессов, распространение среди учащихся вредных привычек, зависимостей и т. п. (накопление стрессов (кумуляция) приводит к ухудшению психологического здоровья, снижению уровня нервно-психического благополучия, успеваемости, ухудшению дисциплины; появляются проблемы личного плана, к числу которых относится использование такого средства преодоления стрессов, как употребление психоактивных веществ (ПАВ));*

- *формирование культуры здоровья учащихся и компетентности педагогов в вопросах использования здоровьесберегающих и развивающих технологий (эти вопросы могут быть выделены в отдельную область – **педагогика здоровья**, решающую проблему повышения эрудиции учителей в вопросах интеграции педагогических, информационных и здоровьесберегающих технологий);*

- *организацию сотрудничества с родителями учащихся по вопросам формирования безопасного и здорового образа жизни школьников.*

Общие подходы, в ходе реализации программы, направлены на использование *интегрированного и дифференцированного подходов на основе реализации образовательных, воспитательных, развивающих и социальных функций.*

Содержание интегративного подхода: интеграция содержания ОБЖ и физической культуры с другими предметами естественно-научного и гуманитарного цикла для формирования системы знаний, умений и навыков по безопасному и здоровому образу жизни.

Содержание дифференцированного подхода: ориентация на более глубокое проникновение в мотивационную сферу личности школьника с целью активизации его внутреннего психосоматического потенциала в процессе урочной и внеурочной деятельности с учетом регуляторно-поведенческих особенностей индивида.

С учетом уровня сформированности безопасного и здорового образа жизни школьников (низкий, средний, высокий) реализуются образовательные, развивающие, воспитательные и социальные функции.

С целью контроля за процессом формирования безопасного и здорового образа жизни школьников мы проводили комплексный социально-педагогический и психолого-физиологический мониторинг, предусматривающий оценку как психолого-педагогических, так и медико-физиологических параметров.

При разработке критериев и показателей, позволяющих определить уровень сформированности безопасного и здорового образа жизни школьников (высокий, средний, низкий), мы отталкивались от ранее разработанных и апробированных при нашем участии в процессе реализации экспериментальных программ в образовательных организациях – *когнитивного* (идеи, мнения, знания), *эмоционально-волевого* (чувства, ценности), *мотивационно-поведенческого* (мотивы, потребности, готовность и желание осуществлять деятельность), *деятельностного* (действия и деятельность), *адаптивно-ресурсного* (функциональное

состояние, уровень функционального резерва и стрессоустойчивости) [9].

Исходя из специфики разрабатываемой проблемы, мы идентифицировали индивидуальные критерии сформированности безопасного и здорового образа жизни следующим образом:

– *мотивационно-поведенческий* – сформированность навыков регуляции, поведения, направленного на поддержание рационального режима дня, питания, двигательной активности, закаливания, отказа от вредных привычек, устойчивого интереса к безопасному и здоровому образу жизни;

– *когнитивный* – сформированность системы знаний и представлений о социально-экологической, социально-экономической безопасности, здоровье, здоровом образе жизни, сформированность негативного отношения к употреблению алкоголя, психоактивных веществ;

– *деятельностный* – сформированность полезных привычек, способов организации и практических навыков безопасного и здорового образа жизни, владение индивидуальными стратегиями когнитивного поведения, сформированность двигательных умений и навыков;

– *эмоционально-волевой* – сформированность навыков регуляции, психоэмоционального самочувствия, саморегуляции стрессоустойчивости; степень психологического благополучия и эмоционального комфорта, удовлетворенности занятиями физической культурой и спортом, ведением безопасного и здорового образа жизни;

– *адаптивно-ресурсный* – показатели социально-психологической адаптации и стрессоустойчивости, величина функционального резерва организма, степень напряжения ведущих регуляторных механизмов, характеристика нейродинамических процессов и типа вегетативной регуляции.

В практике реализации представленной нами педагогической модели в воспитательно-образовательном процессе следует указать на то, что это означает расширение возможностей внедрения в мотивационную сферу учащихся за счет:

1) *когнитивного компонента*, предполагающего получение знаний по данной проблеме с помощью обеспечения интегрированных межпредметных связей (ОБЖ, физической культуры, дисциплин естественно-научного и гуманитарного цикла) в процессе урочной и внеурочной деятельности;

2) *деятельностного компонента*, позволяющего во внеурочном педагогическом процессе формировать умения и навыки безопасного и здорового образа жизни, направленные на повышение психологической устойчивости (безопасности), физической подготовленности, стрессоустойчивости к разным субэкстремальным и экстремальным воздействиям;

3) *коррекционного компонента*, предполагающего учитывать индивидуально-типологические особенности регуляторно-поведенческого (личностного) потенциала школьников, уровень их психосоциальной, физиологической адаптации и стрессоустойчивости, характер ценностных ориентаций, отношение к ЗОЖ, физической культуре в процессе внеурочной деятель-

ности в условиях интеграции основного и дополнительного образования.

Совокупность данных подходов может позволить конкретизировать структуру социально-педагогической деятельности по формированию безопасного и здорового образа жизни школьников, к которой относятся: *рациональная организация учебного процесса в соответствии с санитарными нормами, физиолого-гигиеническими и психофизиологическими требованиями; оптимизация двигательной активности обучающихся, включающая не только предусмотренные программой занятия физкультурой, но и внеурочные формы, включающие динамические перемены и активные паузы в режиме дня, а также спортивно-массовую работу; организация рационального питания обучающихся; система работы по формированию психологической и физической безопасности, устойчивости к стрессу, ценности здоровья, безопасного и здорового образа жизни.*

В качестве конечного результата реализации педагогической модели формирования безопасного и здорового образа жизни школьников является разработка и внедрение целевой программы, позволяющей: сформировать устойчивую мотивацию индивида к безопасному и здоровому образу жизни; повысить социально-психологическую безопасность личности в условиях стрессовых воздействий; оптимизировать физическую подготовленность учащихся; улучшить качество образования по ОБЖ и другим предметам гуманитарного и естественно научного цикла.

Комплексная программа, включающая интегрированные, деятельностный и коррекционные модели, является необходимой составной частью создания адаптивно-развивающей и безопасной образовательной среды [11].

В соответствии с общетеоретическим представлением, сформулированным рядом исследователей [9], мы считаем, что наличие в образовательном учреждении адаптивно-развивающей и безопасной образовательной среды является одновременно как фактором, повышающим уровень развития здоровьесберегающей компетентности педагога, так и условием, способствующим формированию системы ценностных ориентаций личности на безопасный и здоровый образ жизни, которые, в свою очередь, направлены на адаптацию, социализацию, индивидуальное развитие учащихся.

Разработанная нами педагогическая модель формирования безопасного и здорового образа жизни школьников на современном этапе развития общества предполагает создание педагогических условий для межпредметной интеграции (ОБЖ, физической культуры, естественно-научных и гуманитарных дисциплин), реализуемых в сфере урочной и внеурочной деятельности с учетом характера воздействия средовых факторов, возрастных и типологических особенностей учащихся с целью расширения когнитивной и деятельностной функции, направленной на повышение приспособительных возможностей организма в различных условиях жизнедеятельности, создание устойчивой мотивации к сохранению и укреплению социального и психофизического здоровья, межличностных отношений, свободных от психического и физического давления и насилия.

Литература

1. Абаскалова Н. П. Теоретико-практические аспекты здоровьесориентированных педагогических технологий, обеспечивающих формирование ключевой компетенции «быть здоровым» // Вестник педагогических инноваций. 2008. № 2(14). С. 62 – 73.
2. Амосов Н. М. Раздумья о здоровье. 2-е изд. 1979. 192 с.
3. Байденко В. И. Компетентностный подход к проектированию государственных образовательных стандартов высшего профессионального образования (методологические и методические вопросы): метод. пособие. М., 2005.
4. Байденко В. И. Концептуальная модель государственных образовательных стандартов в компетентностном формате (дискуссионный вариант): материалы ко второму заседанию методологического семинара: монография. М.: Исследовательский центр проблем качества подготовки специалистов, 2004.
5. Гурьев А. И. Статус межпредметных связей в системе современного образования // Наука и школа. 2002. № 2. С. 41 – 45.
6. Дмитриев С. Д. Межпредметные связи в учебном процессе. Киров – Йошкар-Ола: Кировский гос. пединститут, 2004. С. 80.
7. Загвязинский В. И. Социальные функции образования и его стратегические ориентиры в период модернизации // Образование и наука. 2011. № 7. С. 14 – 22.
8. Зарецкая Е. Н. Риторика: теория и практика речевой коммуникации. М.: Дело, 2002. С. 480.
9. Здоровьесберегающая деятельность в системе образования: теория и практика: учебное пособие / под научной ред. Э. М. Казина; ред. коллегия: Н. Э. Касаткина, Е. Л. Руднева, О. Г. Красношлыкова и др. Кемерово: Изд-во КРИПКИПРО, 2009. 347 с.
10. Здоровьесберегающая инфраструктура в системе образования: учебное пособие / Э. М. Казин, Н. П. Абаскалова, Р. И. Айзман и др.; отв. ред.: Э. М. Казин, Н. Э. Касаткина. М.: Омега-Л, 2014. 575 с.
11. Казин Э. М., Зубанов В. П., Коваленко Н. В., Сапего А. В. Формирование здорового образа жизни посредством развития физической культуры личности // Здоровьесберегающее образование. 2010. № 5. С. 57 – 61.

Информация об авторе:

Шинкаренко Андрей Семенович – аспирант межвузовской кафедры общей и вузовской педагогики КемГУ, andrey.c.shinkarenko@yandex.ru.

Andrey S. Shinkarenko – post-graduate student at the Inter-University Department of General and High School Pedagogy Kemerovo State University.

(Научный руководитель: Казин Эдуард Михайлович – доктор биологических наук, профессор, заслуженный деятель науки, профессор кафедры физиологии человека и безопасности жизнедеятельности КемГУ, 8(3842)58-35-15, valeol@kemsu.ru.

Eduard M. Kazin – Doctor of Biology, Professor, Honored Scientist, Professor of the Department of human physiology and life safety, KemSU).

Статья поступила в редколлегию 17.12.2014 г.