

РАЗДЕЛ IV ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАНИИ

Part IV. HEALTH-SAVING TECHNOLOGIES IN EDUCATION

DOI: 10.15372/PNE20200408

УДК 371.7+ 796.011.1

СОЦИАЛИЗАЦИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ КАК ОСНОВНОЙ ФАКТОР РЕАЛИЗАЦИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ

К. М. Жомин, И. Н. Гребенникова (Новосибирск, Россия)

Введение. В последние десятилетия в стране наблюдается существенное снижение потенциала нации, особенно остро стоит вопрос о здоровье подрастающего поколения. Одним из выходов в сложившейся ситуации является реализация здоровьесберегающих технологий в образовательной организации. Однако и тут много спорных и неотработанных моментов, например, многие программы не учитывают вопросы адаптации и социализации школьников в начальных классах, что может оказать пагубное влияние на здоровье обучающегося и, как следствие, замедлить освоение учебного материала. Цель исследования – оценка эффективности воздействия видов спортивно-оздоровительной деятельности на социально-психологическую адаптацию и социализацию первоклассников.

Методология и методика исследования. В исследовании принимали участие мальчики первого класса в количестве 52 человек. Дети были поделены на группы: занимающиеся дополнительной организованной спортивно-оздоровительной деятельностью (единоборства, циклические виды спорта, сложнокоординационные виды спорта) и непосещающие спортивные секции – контрольная группа. Оценка социально-психологической характеристики детей включала исследование уровня тревожности, объема механической памяти, объема и концентрации внимания, определение самооценки. Для определения уровня социализации был проведен социометрический опрос.

Результаты исследования. Согласно полученным данным спортивно-оздоровительная деятельность ведет к более быстрой социализации ребенка

© Жомин К. М., Гребенникова И. Н., 2020

Жомин Константин Михайлович – кандидат биологических наук, доцент кафедры спортивных дисциплин, Новосибирский государственный педагогический университет.

E-mail: kos-jom83@mail.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8642-9470>

Гребенникова Ирина Николаевна – кандидат биологических наук, доцент, доцент кафедры теоретических основ физической культуры, Новосибирский государственный педагогический университет.

E-mail: i160463@yandex.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6455-7885>

Konstantin M. Zhomin – Candidate of Biological Sciences, Docent of the Chair of Sports Disciplines, Novosibirsk State Pedagogical University.

Irina N. Grebennikova – Candidate of Biological Sciences, Docent, Docent of the Chair of Theoretical Foundations of Physical Culture, Novosibirsk State Pedagogical University.

в коллективе, что является благоприятным фактором для успешного процесса социально-психологической адаптации к начальной школе. Об этом свидетельствует оптимизация уровня тревожности и самооценки личности ребенка, а также более выраженная тенденция к улучшению когнитивных функций.

Заключение. Выявлено, что дополнительно организованная двигательная активность будет способствовать более быстрой социализации и успешной адаптации ребенка к образовательному процессу, и, как следствие, полноценной и эффективной реализации здоровьесберегающих технологий в школе.

Ключевые слова: здоровье, здоровьесберегающие технологии, социализация, социально-психологическая адаптация, организованная двигательная активность, обучающиеся первого класса.

Для цитирования: **Жомин К. М., Гребенникова И. Н.** Социализация обучающихся как основной фактор реализации здоровьесберегающих технологий // Философия образования. – 2020. – Т. 20, № 4. – С. 110–124.

SOCIALIZATION OF PUPILS AS THE MAIN FACTOR FOR THE REALIZATION OF HEALTH-SAVING TECHNOLOGIES

K. M. Zhomin, I. N. Grebennikova (Novosibirsk, Russia)

Introduction. In recent decades, the country has experienced a significant decline in the potential of the nation, and the issue of health of the younger generation is particularly urgent. One of the ways out in the current situation is the implementation of health-saving technologies in the educational organization. However, there are quite a lot of controversial and not worked out points - many programs do not take into account the issues of adaptation and socialization of schoolchildren in primary school, which can have a harmful impact on the health of the pupil and as a result slow the mastering of educational material. The aim of the study was to assess the effectiveness of the type of sports and health activities on social and psychological adaptation and socialization of the first grade pupils.

Methodology and methods of the research. The study involved 52 first-grade boys. All studied children were divided into four groups engaged in additional organized sports and health activities (single combats, cyclic sports, complex coordination sports), and not visiting sports sections - control group. Socio-psychological characteristics were assessed and the level of socialization was determined.

The results of the research. According to the data received, sports and health activities lead to faster socialization of the child in the collective, which is a favorable factor for the successful process of socio-psychological adaptation to primary school. This is evidenced by the optimization of the level of anxiety and self-esteem of the child's personality, as well as a more pronounced tendency to improve cognitive functions.

Conclusion. It has been revealed that additional organized motor activity will contribute to faster socialization and successful adaptation of the child to the educational process, and as a result of the full and more effective implementation of health-saving technologies in school.

Keywords: health-saving technologies, socialization, social and psychological adaptation, organized motor activity, first-grade pupils.

For citation: Zhomin K. M., Grebennikova I. N. Socialization of pupils as the main factor for the realization of health-saving technologies. *Philosophy of Education*, 2020, vol. 20, no. 4, pp. 110–124.

Введение. Проблема сохранения и укрепления здоровья обучающихся является приоритетным направлением не только образовательных учреждений, но и всего общества, поскольку известно, что чем выше уровень здоровья человека, тем на более эффективную и продолжительную деятельность он способен. Многие авторы утверждают, что в современном обществе уровень здоровья подрастающего поколения крайне низок, и с каждым годом все ухудшается (см., напр.: [1–3]). Помимо низкой двигательной активности, отмечающейся на всех этапах обучения, одну из главных причин нарушения здоровья связывают с условиями образовательной деятельности. Как утверждают авторы, в детских садах, подготовительных группах, различных развивающих школах для малышей дети занимаются неспецифической для данного этапа развития обучающейся деятельностью, а должны много гулять, рисовать, танцевать, заниматься физическими упражнениями и подвижными играми [4]. В школьной программе также отмечается большой объем информации, и, если ребенок с ним не справляется, в большинстве случаев он не снижается, а, наоборот, возрастает посредством занятий с репетиторами и из-за дополнительного разбора материала. Это ведет к тому, что на каждом этапе образовательного процесса создаются условия для нарушения состояния здоровья.

Отметим, возрастающие умственные нагрузки в условиях активизации учебной деятельности требуют создания разнообразных здоровьесберегающих технологий и в высшем учебном заведении. Наиболее оправданный путь увеличения адаптационных возможностей организма и сохранения работоспособности – создание условий для удовлетворения студентом стремления к разнообразной двигательной активности и знаниевой подготовке в области физической культуры. Не случайно, в педагогике, психологии и философии говорится о физической культуре не только как о самостоятельном социальном феномене, но и как об устойчивом человеческом качестве или культурном капитале [5–12]. Как отмечают И. В. Яковлева, Н. Н. Власюк, «физическая культура как феномен общей культуры уникальна, поскольку, основанная на ценностном и деятельностном компонентах, соединяет социальное и биологическое начало в развитии человека» [13, с. 180]. Принимая этот известный факт, выходом из сложившейся ситуации видим реализацию разнообразных здоровьесберегающих технологий.

В современном обществе обострена проблема социализации индивида. Многие программы по здоровьесбережению не учитывают проблему

адаптации ребенка к образовательной деятельности, его социализацию [14; 15]. Дети не до конца могут интегрировать свою деятельность в общество. Это происходит из-за популярности технологий, заменяющих живое общение. Дети частично пропускают первый и очень важный этап социализации, не обучаясь моделям общения с окружающими их сверстниками, взрослыми и поведения в обществе. Эта проблема значимо влияет на дальнейшее развитие ребенка. Особо остро встает вопрос социализации при переходе ребенка на следующий этап образовательного процесса или смене образовательного учреждения. Все это сопровождается нарушением основных социально-психологических и когнитивных функций организма ребенка (повышенной тревожностью, низким уровнем стрессоустойчивости, снижением уровня умственной работоспособности, внимания, памяти и т. д.). В сложившейся ситуации программа здоровьесбережения может не только оказаться малоэффективной, но и негативно повлиять на организм.

Одним из вариантов более быстрой адаптации и социализации обучающихся к новым реалиям образовательного процесса для эффективной реализации здоровьесберегающих технологий может выступать спортивно-оздоровительная деятельность. Опираясь на статьи ряда авторов [16–24], можно выявить, что в школьном возрасте эффект от спортивной деятельности заключается во взаимосвязи возрастных особенностей и вида деятельности, ребенок вовлеченно взаимодействует с агентами тренировочного процесса (тренер, сверстники, персонал). С началом тренировочного процесса в школьном возрасте количество связей как со сверстниками, так и другими участниками тренировочного процесса резко увеличивается, ускоряя процесс социализации ребенка [25; 26].

Таким образом, цель настоящего исследования – оценка эффективности воздействия видов спортивно-оздоровительной деятельности на социально-психологическую адаптацию и социализацию обучающихся первого класса. Согласно поставленной цели исследования решались следующие задачи:

- осветить проблему формирования здоровьесберегающих технологий в начальной школе;
- выявить особенности социально-психологической адаптации у детей, занимающихся различными видами спортивно-оздоровительной деятельности;
- определить уровень социализации при обучении в начальной школе у детей, занимающихся различными видами спортивно-оздоровительной деятельности.

Методология и методика исследования. В исследовании принимали участие школьники первого класса средних общеобразовательных школ № 26 и № 158 г. Новосибирска в количестве 52 человек. Исследу-

емые дети были поделены на четыре группы: первую, вторую и третью составили обучающиеся, занимающиеся спортивно-оздоровительной деятельностью различной направленности (единоборства (15 мальчиков), циклические виды спорта (14 мальчиков), сложнокоординационные виды спорта (10 мальчиков)), в четвертую группу вошли первоклассники, не посещающие дополнительные занятия физической культурой – контрольная группа (13 мальчиков). Оценка социально-психологической характеристики детей включала исследование уровня тревожности, объема механической памяти, объема и концентрации внимания, определение самооценки и социометрический опрос.

Полученный материал обработан общепринятыми методами математической статистики. Различия показателей между выборками оценивали по *t*-критерию Стьюдента, по результатам однофакторного дисперсионного анализа (ANOVA) для непараметрических и независимых выборок и критерию Вилкоксона – Манна – Уитни для независимых выборок. Все расчеты выполнены с использованием пакета программы Statistika 6.0.

В ходе исследования мы опирались на понятия «здоровье» и «здоровьесберегающие технологии» как наиболее важные и основополагающие при выявлении особенностей воздействия образовательной среды на организм ребенка. Слово «здоровье» в английском языке звучит как *health* (от англосакс. *whole* – целостный, целый, что предполагает многомерность, сложность и целостность этого состояния). На сегодняшний день существует более трехсот различных вариантов определения этого понятия. При этом большинство исследователей: медиков, педагогов, психологов, философов – сходятся только в одном: на данный момент общепринятого, единого определения понятия «здоровье» нет.

Одним из первых понятие «здоровье» определил А. Кротонский, живший в V в. до н. э.: «Здоровье есть гармония противоположно направленных сил» [см.: 27, с. 134]. Гален во II в. до н. э. рассматривал здоровье как состояние, «в котором мы не испытываем боли и которое не мешает выполнять функции нашей каждодневной жизни: участвовать в руководстве, мыться, пить, есть и делать все другое, что мы хотим» (см.: [27, с. 134]). Один из основоположников науки об общей теории здоровья – валеологии – И. И. Брехман писал, что «здоровье человека – это способность сохранять соответствующую возрасту устойчивость в условиях резких изменений количественных и качественных параметров триединого потока сенсорной, вербальной и структурной информации»¹. Известный ученый-медик, автор новаторских методик в кардиологии и хирургии

¹ Физическая культура. Прикладная физическая культура: учеб. пособие /сост. И. В. Палаткин [и др.]; М-во образования и науки РФ. Новосиб. гос. пед. ун-т. – Новосибирск: Изд-во НГПУ, 2018. – С. 54.

Н. М. Амосов определял здоровье как уровень функциональных возможностей организмов, диапазон его компенсаторно-адаптационных реакций в экстремальных условиях, то есть уровень резервных возможностей организма. Выдающийся отечественный ученый, академик Российской академии наук В. П. Казначеев при ранжировании потребностей у человека предполагал, что здоровью должно быть отведено наивысшее место. В. А. Лищук и Е. В. Мосткова пытались найти новый подход к осмыслению этого понятия, по их мнению, здоровьем является воля к жизни, умение жить. В таком контексте можно определить здоровье как проявление внутренних ресурсов, способных противостоять внешним негативным факторам, или возможность организма к самосохранению, саморазвитию и самосовершенствованию (см.: [2]).

Всемирная организация здравоохранения также дает свое определение: здоровье – это состояние полного физического, психологического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов, что характеризует целостность этого состояния. Основываясь на этом определении, многие ученые стали различать три основных направления: физическое (соматическое), психологическое и социальное здоровье. Первые два известны и тщательно исследованы. Так, для определения физического, или соматического, здоровья авторы представляют данные оценки физического развития, дыхательной и сердечно-сосудистой систем, работоспособности по функциональным пробам, физической подготовленности. Оценка психологического здоровья определяется данными психического, психофизиологического развития, нейродинамических показателей. Для оценки социального здоровья выясняют условия жизни, труда, отдыха, питания, жилищные условия, а также уровень воспитания, образования, культуры. При этом существует множество методик комплексной оценки уровня здоровья человека, однако в них практически не затрагивается социальный аспект бытия индивида².

В научном обществе сложилась тенденция оценивания здоровья человека по физическим и психологическим признакам, не учитывая его социальную сторону. При этом варианты воздействия на физические и психологические стороны организма человека изучены достаточно, улучшение социальных условий и уровней тоже весьма понятно, однако практически остается неизменным. Следует отметить, что социальное здоровье ребенка в большей степени создается семьей и образовательными организациями. Одним из способов повышения здоровья обучаю-

² Айзман Р. И., Лебедев А. В., Айзман Н. И., Рубанович В. Б. Комплексная оценка здоровья участников образовательного процесса: учеб. пособие. – М.: Юрайт, 2020. – 207 с.; Рубанович В. Б. Основы врачебного контроля при занятиях физической культурой: учеб. пособие. – М.: Юрайт, 2019. – 253 с.

щегося, в том числе социального, в образовательной организации является создание здоровьесберегающих технологий.

В случае с определением понятия «здоровьесберегающие технологии» сложилась ситуация, аналогичная ситуации с понятием «здоровье»: у разных авторов – разные трактовки. Так, Н. К. Смирнов, который ввел в науку понятие «здоровьесберегающие образовательные технологии», отмечал, что «здоровьесберегающие технологии в образовательной организации в первую очередь должны быть направлены на решение приоритетных задач – воспитание у детей культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представлений о здоровье как ценности, формирование мотивации на здоровый образ жизни»³. Один из ведущих специалистов в области физиологии здоровья В. Д. Сонькин утверждал, что здоровьесберегающие технологии заключаются в конкретных условиях обучения и воспитания, созданных образовательным учреждением, учете возрастных, гендерных, психологических и физических особенностей обучающегося в рамках воспитательно-образовательного процесса; оптимальной двигательной активности ребенка⁴. Альтернативный подход к пониманию термина «здоровьесберегающие технологии» использует Ю. В. Науменко, отмечая, что это комплексная деятельность образовательной организации, включающая при обучении ребенка различные здоровьесберегающие технологии (медико-психолого-педагогическая профилактика и коррекция негативных психофизиологических, психологических и личностных состояний), основная цель которой – минимизировать воздействие на детей основных факторов риска [26].

Исходя из вышесказанного, можно заключить, что здоровьесберегающие технологии – это качественный показатель педагогической деятельности, который должен быть направлен на поддержание и формирование здоровья обучающегося посредством определенной системы конкретных средств и методов образовательной деятельности. Однако большинство этих систем (программ) реализации здоровьесберегающих технологий не учитывают принципы дифференциации и индивидуализации. Особенно остро эта проблема стоит при обучении первоклассников в первые два месяца. Подтверждением этому является ряд факторов: до начала обучения в школе у детей не было единой системы обучения; в этом возрасте даже разница в несколько месяцев имеет существенные различия как интеллектуального, так и физического плана. Но важнейшим фактором

³ Смирнов Н. К. Руководство по здоровьесберегающей педагогике. Технологии здоровьесберегающего образования. – М.: АРКТИ, 2008. – 288 с.

⁴ Здоровьесберегающие технологии в общеобразовательной школе: методология анализа, формы, методы, опыт применения: метод. рекомендации / под ред. М. М. Безруких, В. Д. Сонькина. – М.: ИВФ РАО, 2002. – 181 с.

является полная смена деятельности и новая социальная среда. Все это может привести к напряжению психологических и физиологических систем организма первоклассника и, как следствие, снижению адаптационного процесса к образовательной деятельности.

Результаты исследования. Для выявления уровня социализации на первичном этапе проведен социометрический опрос среди первых классов через две недели обучения. Анализ данных социометрического опроса свидетельствовал об однородности результатов в разных классах.

Для наглядности разберем оценку с участием одного класса. В исследовании принимали участие мальчики, занимающиеся спортивно-оздоровительной деятельностью: единоборствами (участники 1, 2, 5, 10, 14) и циклическими видами спорта (участники 4, 9, 11, 12). Участники под номерами 3, 6, 7, 8, 13, 15 не имели опыта спортивной деятельности. В ходе опроса каждому респонденту предоставлялось возможность выбрать четырех участников группы, тех, к кому он испытывает доверие и с кем легко взаимодействует. Цель исследования – определить наличие и отсутствие взаимного выбора между участниками опроса (рис.).

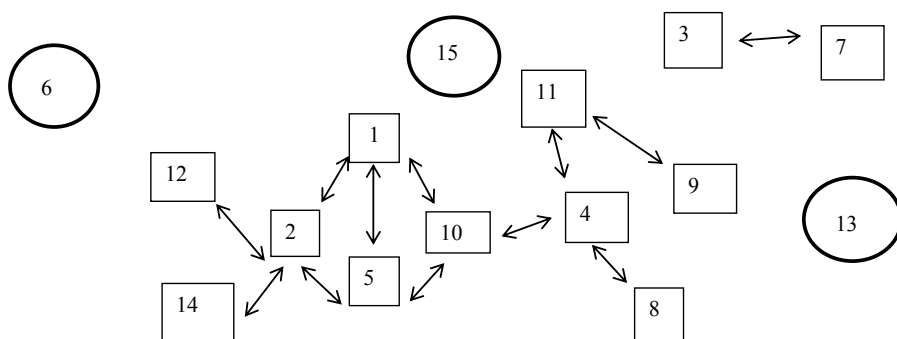


Рис. Результаты социометрической методики исследования межличностных отношений среди мальчиков первого класса

По результатам социометрии, которая дала наглядное представление о внутригрупповой дифференциации членов малой социальной группы, выявлено, что все мальчики, занимающиеся спортивно-оздоровительной деятельностью, уже ко второй неделе обучения вовлечены во взаимодействие внутри класса, что может свидетельствовать о высоком уровне коммуникативных качеств. При этом между участниками под номерами 6, 13, 15 отсутствует взаимный выбор в рамках опроса. Между участниками 3 и 7 есть взаимный выбор, но других участников в этой группе нет. Следует также отметить, что в классе образовались две мини-группы в основном по направлению спортивной деятельности, тогда как в других классах в процесс взаимодействия в большей степени были вовлечены

дети, имеющие дополнительную организованную двигательную активность, причем независимо от вида спортивно-оздоровительной направленности.

Таким образом, в результате проведенного социометрического опроса выявлено, что дети, не занимавшиеся спортивной деятельностью, на первоначальном этапе менее социализированы по сравнению со сверстниками, имеющими опыт спортивной деятельности. Исходя из результатов исследования социализация детей младшего школьного возраста проходит эффективнее при регулярной спортивно-оздоровительной деятельности ребенка. Одной из причин этого является то, что в спортивной секции необходимы процессы установления межличностных связей. Одной из основных задач тренировочного процесса является улучшение взаимодействия между юными спортсменами. В отличие от социализации в других сообществах, в которые вовлечен ребенок, в спортивной группе у него есть ярко выраженная ориентация на результат и потребность в ситуации успеха. Тренер изначально ставит перед детьми цель – достижение спортивного результата, что отличает спортивную деятельность от образовательной в плане социализации. Достигая поставленных задач, ребенок попадает в ситуацию успеха, что мотивирует его к дальнейшей деятельности и формирует социальную роль.

Соревновательный опыт также может успешно влиять на социализацию; победы, поражения и опыт преодоления себя в процессе соревнований дают необходимый вклад в социализацию личности ребенка. Внутренний конфликт во время соревнований обостряется, выявляя как положительные, так и отрицательные черты характера ребенка, позволяя глубже познать себя и запустить процессы самоактуализации, формируя мнение о себе и своих возможностях. В ходе соревнований ребенок видит результат своего вклада как результат тренировок, что побуждает его выстраивать логику организации деятельности в повседневной жизни, используя как метод для достижения успеха в других областях.

Еще одной оценкой социализации личности ребенка является его адаптация, в частности к образовательному процессу. Социально-психологическая адаптация характеризует приспособительные функции организма. Для выявления уровня социально-психологической адаптации были изучены объем и концентрация внимания по тестам «Корректурная проба», оценены механическая память, уровень тревожности (по Филипосу), определена самооценка по тесту «Лесенка». При этом исследование проводилось дважды: перед началом образовательного процесса и по истечении двух недель обучения.

В научных трудах отмечается, что в начале образовательного процесса у детей несколько снижены показатели когнитивной функции, а процесс социально-психологической адаптации может длиться от

двух недель до конца первой четверти, в сложных случаях – до полугода (см., напр.: [28; 29]).

Исследование концентрации внимания позволило выявить, что у всех обследуемых первоклассников количество ошибок при выполнении корректурной пробы значительно снизилось, при этом у мальчиков, занимающихся сложно координационными видами спорта и единоборствами, выросли показатели концентрации внимания по сравнению с другими группами и нормами этого показателя.

Ко второй недели обучения в первом классе обнаружено, что занятия циклическими видами спорта и в меньшей степени единоборствами и сложно координационными видами вели к некоторой оптимизации показателей объема внимания, а также прослеживалась тенденция к повышению объема механической памяти, тогда как у мальчиков, не посещающих спортивные секции, эта тенденция была слабо выраженной.

Анализ уровня тревожности позволил выявить факт оптимизации этого показателя у большинства исследуемых. Вместе с тем у трех обучающихся, не занимающихся спортивно-оздоровительной деятельностью, положительных сдвигов при оценке уровня тревожности выявлено не было. Следует также отметить, что все исследуемые мальчики имели уровень тревожности выше среднего, в то время как многие специалисты считают, что оптимальным уровнем тревожности для индивида является средний.

Наиболее интересные данные были получены при исследовании самооценки обучающихся по тесту «Лесенка». Перед началом обучения в школе большинство опрошиваемых (80,4 %) ставили себя на вторую, третью и четвертую ступени теста «Лесенка». Уже через две недели обучения наблюдались значительные изменения в самооценке первоклассников, причем в большей степени у занимающихся спортивно-оздоровительной деятельностью. 80 % мальчиков, занимающихся единоборствами, стали характеризоваться высокой степенью самооценки. В сложно координационных видах спорта наблюдалась аналогичная ситуация: 70 % опрошиваемых поставили себя на наивысшую ступень самооценки. Среди мальчиков, занимающихся циклическими видами спорта, высокую самооценку имели 50 % опрошиваемых, на второй ступени – 35,7 %, оставшиеся 14,3 % характеризовали себя третьим уровнем самооценки из семи. Первоклассники, не имеющие опыта спортивной деятельности, также характеризовались повышением своей самооценки: из тринадцати опрошиваемых один поставил себе наивысшую ступень, остальные ребята – вторую, третью и четвертую ступени теста «Лесенка» (15,4 %, 30,8 %, 30,8 % и 15,4 % соответственно).

В результате сравнения результатов теста «Лесенка» с нормами исследуемой возрастной группы было обнаружено, что в благоприятных ус-

ловиях социальной среды детям шести-семи лет свойственна адекватно завышенная самооценка. Однако при негативных факторах, к которым относится смена образовательной деятельности и, как следствие, повышенный уровень тревожности у ребенка, уровень самооценки неизменно будет снижаться.

Заключение. Таким образом, спортивно-оздоровительная деятельность ведет к более быстрой социализации ребенка в коллективе, что является благоприятным фактором для успешного процесса социально-психологической адаптации к начальной школе. Об этом свидетельствует оптимизация уровня тревожности и самооценки личности ребенка, а также выраженная тенденция к улучшению когнитивных функций. При этом на скорость социально-психологической адаптации может оказывать влияние определенный вид организованной двигательной активности. Так, на второй неделе обучения мальчики, занимающиеся единоборствами и сложно координационными видами спорта, стали характеризоваться несколько лучшими показателями концентрации внимания, а мальчики, занимающиеся циклическими видами спорта, – большим объемом внимания и памяти, однако данные были не достоверны. Занятия единоборствами также в большей степени ведут к лучшей оптимизации уровня тревожности.

Согласно полученным данным дополнительная организованная двигательная активность способствует более быстрой социализации и успешной адаптации ребенка к образовательному процессу и, как следствие, полноценной и более эффективной реализации здоровьесберегающих технологий в школе.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. **Баранов А. А., Намазова-Баранова Л. С., Ильин А. Г.** Сохранение и укрепление здоровья подростков – залог стабильного развития общества и государства (состояние проблемы) // Вестник Российской академии наук. – 2014. – Т. 69, № 5-6. – С. 65–70. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=21730616>
2. **Рубанович В. Б., Жомин К. М.** Морфофункциональные и психофизиологические показатели здоровья студентов в процессе обучения в вузе: монография. – Новосибирск: Изд-во НГПУ, 2015. – 113 с. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=25588086>
3. **Ячменев Н. В., Рубанович В. Б.** Функциональные показатели кардиореспираторной системы и физической работоспособности школьников 1–11-х классов при разных формах организации уроков физической культуры // Теория и практика физической культуры. – 2016. – № 11. – С. 101–104. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=27390619>
4. **Голобородько Н. В.** Здоровьесберегающие технологии в образовании // Актуальные вопросы современной педагогики: материалы IV Междунар. науч. конференции (Уфа, ноябрь 2013 г.). – Уфа: Молодой ученый, 2013. – С. 82–85. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=22410849>
5. **Зимбули А. Е.** Здоровье: нравственно-ценностные ракурсы // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. – 2017. – № 1 (4). – С. 3–17. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=28090522>

6. **Яковлева И. В., Федорова Н. К., Ковалева В. В.** Создание здоровьесберегающей среды в НГПУ // Двигательная активность в формировании образа жизни и профессионального становления специалиста в области физической культуры и спорта: сб. материалов регион. науч.-практ. конференции с междунар. участием. – Новосибирск: Изд-во НГПУ, 2017. – С. 171–177. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=28841748>
7. **Яковлева И. В., Федорова Н. К., Маргарян С. Л., Струкова С. А.** Возможности интегрированного метода исследования волевой саморегуляции студентов // Сибирский педагогический журнал. – 2016. – № 3. – С. 98–106. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=26186616>
8. **Яковлева И. В., Кониболоцкая Е. И., Колосова Т. И., Шигаева Е. А.** Исследование самоорганизации здорового образа жизни студентов вуза в ходе фитнес-тренировок // Сибирский педагогический журнал. – 2015. – № 3. – С. 165–170. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=23703295>
9. **Покровская Т. Ю., Ларионов И. С.** Влияние двигательной активности и самостоятельных занятий на здоровье студентов // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. – 2018. – № 2 (9). – С. 75–83. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=35225109>
10. **Kubieva S. S., Botagariev T. A., Zhetimekov E. T.** Physical fitness and physical development of various profiles University students // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. – 2018. – № 2 (9). – С. 26–49. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=35225106>
11. **Яковлева И. В.** Социально-психологическое содержание учебно-физкультурной деятельности студентов // Сибирский педагогический журнал. – 2014. – № 3. – С. 168–174. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=21708024>
12. **Яковлева И. В.** Философская ориентация в проблеме здоровья человека // Инновационные научные исследования в гуманитарных, естественных, технических и общественных науках. Методология, теория, практика: сб. науч. статей по итогам всерос. науч.-практ. конференции с междунар. участием (Санкт-Петербург, 4–5 декабря 2014 г.). – СПб.: КультИнформПресс, 2014. – С. 239–241. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=23349969>
13. **Яковлева И. В., Власюк Н. Н.** Здоровьесберегающие технологии в режиме учебы, труда и отдыха студентов (ценностные и деятельностные аспекты) // Вестник Томского государственного университета. – 2020. – № 451. – С. 179–184. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=42658309>
14. **Kudláček M., Frömel K., Jakubec L., Groffik D.** Compensation for Adolescents' School Mental Load by Physical Activity on Weekend Days // International Journal of Environmental Research and Public Health. – 2016. – № 13. URL: <https://europepmc.org/article/med/27005652>
15. **Passmore E., Donato-Hunt C., Maher L., Havrlant R., Hennessey K., Milat A., Farrell L.** Evaluation of a pilot school-based physical activity challenge for primary students // Health Promotion Journal of Australia. – 2017. – Vol. 28, Issue 2. – P. 103–109. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27923111/>
16. **Яковлева И. В.** Анализ волевой активности и ценностной направленности студентов специальной медицинской группы педагогического вуза // Двигательная активность в формировании образа жизни и профессионального становления специалиста в области физической культуры и спорта: сб. материалов регион. науч.-практ. конференции, посвященной 80-летию Новосибирского государственного педагогического университета. – Новосибирск: Изд-во НГПУ, 2015. – С. 144–148. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=25276740>
17. **Tietjen-Smith T.** Issues and Trends in Higher Education Health // Journal Quest. – 2016. – Vol. 68, Issue 3. – P. 324–336. DOI: 10.1080/00336297.2016.1190284

18. **Gairín J., Castro D.** Safety in schools: an integral approach // *International Journal of Leadership in Education. Theory and Practice.* – 2011. – Vol. 14, Issue 4. – P. 457–474. DOI: 10.1080/13603124.2011.585664
19. **Cuellar M. J.** School Safety Strategies and Their Effects on the Occurrence of School-Based Violence in U.S. High Schools: An Exploratory Study // *Journal of School Violence.* – 2018. – Vol. 17, Issue 1. – p. 28–45. DOI: 10.1080/15388220.2016.1193742
20. **Carlson V., Kay Olson D.** Technology Enhanced Learning for Occupational and Environmental Health Nursing // *AIHAJ – American Industrial Hygiene Association.* – 2001. – Vol. 62, Issue 3. – P. 349–355. URL: <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/216507990004800408>
21. **Яковлева И. В., Федорова Н. К., Маргарян С. Л., Струкова С. А.** О проблемах волевой саморегуляции студентов на занятиях физкультурой в вузе (ценностно-образовательный аспект) // *Философия образования.* – 2015. – № 2 (59). – С. 201–210. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=23307940>
22. **Galvan C., Meaney K., Gray V.** Examining the reciprocal nature of service-learning for underserved students and preservice teachers // *Journal of Teaching in Physical Education.* – 2018. – Vol. 37, Issue 4. – P. 363–372. DOI: <https://doi.org/10.1123/jtpe.2018-0051>
23. **Gerarda Powe N., Baqee S.** Constructing A ‘Culture of Safety’: An Examination of the Assumptions Embedded in Occupational Safety and Health Curricula Delivered to High School Students and Fish Harvesters in Newfoundland and Labrador, Canada // *Journal Policy and Practice in Health and Safety.* – 2010. – Vol. 8, Issue 1. – P. 5–23. DOI: <https://doi.org/10.1080/14774003.2010.11667739>
24. **Davidson B., Telljohann S. K., Dake J. A., Price J. H.** Institutions of Higher Education Pre-Service School Health Education Practices // *American Journal of Health Education.* – 2010. – Vol. 41, Issue 6. – P. 329–336. DOI: <https://doi.org/10.1080/19325037.2010.10599161>
25. **Апциаури Л. Ш.** Спорт как социальное явление и фактор социализации личности // *Теория и практика физической культуры.* – 2003. – № 1. – С. 12–15.
26. **Науменко Ю. В., Науменко О. В.** Современное содержание здоровьесберегающих технологий в подготовке педагога // *Вестник Московского университета. Серия 20: Педагогическое образование.* – 2014. – № 1. – С. 52–69. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=21573186>
27. **Яковлева И. В., Дмитриева Т. Ю.** Исследование волевой саморегуляции: структура, особенности и роль в учебно-физкультурной деятельности студентов // *Наука и социум: материалы Всерос. науч.-практ. конференции.* – Новосибирск: Изд-во Сибир. ин-та практ. психологии, педагогики и социальной работы, 2016. – С. 162–170. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=26594068>
28. **Жомин К. М., Рубанович В. Б.** Влияние спортивно-оздоровительной деятельности на адаптацию детей к общеобразовательной школе // *Смальта.* – 2019. – № 4. – С. 38–43. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=41839105>
29. **Пихенько И. Н.** Педагогическая адаптация первоклассников к обучению в школе: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – Брянск, 2003. – 23 с. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=15884284>

REFERENCES

1. Baranov A. A., Namazova-Baranova L. S., Ilyin A. G. Preserving and strengthening the health of adolescents – the key to stable development of society and the state (state of the problem). *Bulletin of the Russian Academy of Sciences*, 2014, vol. 69, no. 5-6, pp. 65–70. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=21730616> (In Russian)
2. Rubanovich V. B., Zhomin K. M. *Morphofunctional and psychophysiological indicators of the health of students in the learning process in higher education institution: a monograph.* Novosi-

- birsk: Publishing house Novosibirsk State pedagogical University, 2015, 113 p. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=25588086> (In Russian)
3. Yachmenev N. V., Rubanovich V. B. Functional indicators of the cardiorespiratory system and physical performance of schoolchildren in grades 1–11 in different forms of organization of physical education lessons. *Theory and Practice of Physical Culture*, 2016, no. 11, pp. 101–104. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=27390619> (In Russian)
 4. Goloborodko N. V. Health-saving technologies in education. *Actual issues of modern pedagogy: materials of the IV international conference. scientific conf. (Ufa, November, 2013)*. Ufa: Young scientist Publ., 2013, pp. 82–85. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=22410849> (In Russian)
 5. Zimbuli A. E. Health: moral and value perspectives. *Human Health, Theory and Methodology of Physical Culture and Sports*, 2017, no. 1 (4), pp. 3–17. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=28090522> (In Russian)
 6. Yakovleva I. V., Fedorova N. K., Kovaleva V. V. Creating a health-saving environment in NGPU. *Motor activity in the formation of lifestyle and professional development of a specialist in the field of physical culture and sports: collection of materials of a regional scientific and practical conference with international participation*. Novosibirsk: Publishing house Novosibirsk State pedagogical University, 2017, pp. 171–177. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=28841748> (In Russian)
 7. Yakovleva I. V., Fedorova N. K., Margaryan S. L., Strukova S. A. Possibilities of the integrated method of research of volitional self – regulation of students. *Siberian Pedagogical Journal*, 2016, no. 3, pp. 98–106. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=26186616> (In Russian)
 8. Yakovleva I. V., Konibolotskaya E. I., Kolosova T. I., Shigaeva E. A. Research of self-organization of healthy lifestyle of University students during fitness training. *Siberian Pedagogical Journal*, 2015, no. 3, pp. 165–170. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=23703295> (In Russian)
 9. Pokrovskaya T. Yu., Larionov I. S. Influence of motor activity and independent classes on students' health. *Human Health, Theory and Methodology of Physical Culture and Sports*, 2018, no. 2 (9), pp. 75–83. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=35225109> (In Russian)
 10. Kubieva S. S., Botagariev T. A., Zhetimekov E. T. Physical fitness and physical development of various profiles University students. *Human Health, Theory and Methodology of Physical Culture and Sports*, 2018, no. 2 (9), pp. 26–49. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=35225106>
 11. Yakovleva I. V. Socio-psychological content of educational and physical activity of students. *Siberian Pedagogical Journal*, 2014, no. 3, pp. 168–174. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=21708024> (In Russian)
 12. Yakovleva I. V. Philosophical orientation in the problem of human health. Innovative scientific research in the Humanities, natural, technical and social Sciences. *Methodology, theory, practice: collection of scientific articles based on the results of all-Russian research. scientific-practical conf. with internat. participation (Saint Petersburg, December 4–5, 2014)*. St. Petersburg: Kultinformpress Publ., 2014, pp. 239–241. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=23349969> (In Russian)
 13. Yakovleva I. V., Vlasyuk N. N. Health-saving technologies in the mode of study, work and rest of students (value and activity aspects). *Bulletin of the Tomsk State University*, 2020, no. 451, pp. 179–184. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=42658309> (In Russian)
 14. Kudláček M., Frömel K., Jakubec L., Groffik D. Compensation for Adolescents' School Mental Load by Physical Activity on Weekend Days. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2016, no. 13. URL: <https://europepmc.org/article/med/27005652>
 15. Passmore E., Donato Hunt C., Maher L., Havrland R., Hennessey K., Milat A., Farrell L. Evaluation of a pilot school-based physical activity challenge for primary students. *Health Promotion Journal of Australia*, 2017, vol. 28, Issue 2, pp. 103–109. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27923111/>
 16. Yakovleva I. V. Analysis of volitional activity and value orientation of students of a special medical group of a pedagogical university. *Motor activity in the formation of a lifestyle and*

- professional development of a specialist in the field of physical culture and sports*: collection of materials of the regional scientific-practical conference dedicated to the 80th anniversary of Novosibirsk State Pedagogical University. Novosibirsk: Publishing house of NSPU, 2015, pp. 144–148. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=25276740> (In Russian)
17. Tietjen-Smith T. Issues and Trends in Higher Education Health. *Journal Quest*, 2016, vol. 68, Issue 3, pp. 324–336. DOI: 10.1080/00336297.2016.1190284
 18. Gairín J., Castro D. *Safety in schools: an integral approach*. *International Journal of Leadership in Education. Theory and Practice*, 2011, vol. 14, Issue 4, pp. 457–474. DOI: 10.1080/13603124.2011.585664
 19. Cuellar M. J. School Safety Strategies and Their Effects on the Occurrence of School-Based Violence in U.S. High Schools: An Exploratory Study. *Journal of School Violence*, 2018, vol. 17, Issue 1, pp. 28–45. DOI: 10.1080/15388220.2016.1193742
 20. Carlson V., Kay Olson D. Technology Enhanced Learning for Occupational and Environmental Health Nursing. *AIHAJ – American Industrial Hygiene Association*, 2001, vol. 62, Issue 3, pp. 349–355. URL: <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/216507990004800408>
 21. Yakovleva I. V., Fedorova N. K., Margaryan S. L., Strukova S. A. On the problem of volitional self-regulation of students in physical education classes in high school (values education aspect). *Philosophy of Education*, 2015, no. 2 (59), pp. 201–210. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=23307940> (In Russian)
 22. Galvan C., Meaney K., Gray V. Examining the reciprocal nature of service-learning for underserved students and preservice teachers. *Journal of Teaching in Physical Education*, 2018, vol. 37, Issue 4, pp. 363–372. DOI: <https://doi.org/10.1123/jtpe.2018-0051>
 23. Gerarda Powe N., Baqee S. Constructing A ‘Culture of Safety’: An Examination of the Assumptions Embedded in Occupational Safety and Health Curricula Delivered to High School Students and Fish Harvesters in Newfoundland and Labrador, Canada. *Journal Policy and Practice in Health and Safety*, 2010, vol. 8, Issue 1, pp. 5–23. DOI: <https://doi.org/10.1080/14774003.2010.11667739>
 24. Davidson B., Telljohann S. K., Dake J. A., Price J. H. Institutions of Higher Education Pre-Service School Health Education Practices. *American Journal of Health Education*, 2010, vol. 41, Issue 6, pp. 329–336. DOI: <https://doi.org/10.1080/19325037.2010.10599161>
 25. Aptsiauri L. Sh. Sport as a social phenomenon and a factor of socialization of the individual. *Theory and Practice of Physical Culture*, 2003, no. 1, pp. 12–15. (In Russian)
 26. Naumenko Yu. V., Naumenko O. V. Modern content of health-Saving technologies in teacher training. *Bulletin of the Moscow University. Ser. 20. Pedagogical Education*, 2014, no. 1, pp. 52–69. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=21573186> (In Russian)
 27. Yakovleva I. V., Dmitrieva T. Y. Research of volitional self-regulation: structure, characteristics and role in educational and physical activity of students. *Science and society: Materials of the All-Russian scientific and practical conference*. Novosibirsk: Publishing house of the Siberian Institute of Practical Psychology, Pedagogy and Social Work, 2016, pp. 162–170. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=26594068> (In Russian)
 28. Zhomin K. M., Rubanovich V. B. Influence of sports and Health activities on the adaptation of children to secondary school. *Smalta*, 2019, no. 4, pp. 38–43. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=41839105> (In Russian)
 29. Pihenko I. N. *Pedagogical adaptation of first – graders to school education*: author’s abstract of diss. ... Candidate of Pedagogical Sciences. Bryansk, 2003, 23 p. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=15884284> (In Russian)

Received July 06, 2020

Поступила: 06.07.2020

Accepted by the editors September 07, 2020 Принята редакцией: 07.09.2020