

оригинальная статья

УДК 371.78

Педагогическая модель совершенствования здоровьесберегающего и адаптационного потенциала подростков в образовательном пространстве школы

Людмила Вячеславовна Арлашева

Старопестеревская средняя общеобразовательная школа, Россия, Кемеровская область – Кузбасс, с. Старопестерево; <https://orcid.org/0000-0003-2268-0521>

Наталья Эмильевна Касаткина

Кузбасский региональный институт повышения квалификации и переподготовки работников образования, Россия, г. Кемерово; <https://orcid.org/0000-0002-9136-2247>

Эдуард Михайлович Казин

Кемеровский государственный университет, Россия, г. Кемерово; kazin_valeol@mail.ru; <https://orcid.org/0000-0003-1462-5282>

Поступила в редакцию 28.04.2021. Принята в печать 09.06.2021.

Аннотация: Концепция непрерывного образования и ФГОС общего образования предусматривают применение в образовательном процессе технологий, направленных на формирование у обучающихся позитивного отношения к безопасному и здоровому образу жизни. Постановка перед школьниками все более сложных познавательных и социальных задач требует наращивания здоровьесберегающего ресурса воспитательно-образовательного процесса, направленного на совершенствование здоровьесберегающего и адаптационного потенциала младших и старших подростков. Авторами представлена и описана педагогическая модель совершенствования здоровьесберегающего и адаптационного потенциала подростков в образовательном пространстве школы. В структуре педагогической модели представлены компоненты, каждый из которых имеет определенное функциональное наполнение. Содержательная составляющая модели представляет собой совокупность организационно-педагогических условий, обеспечивающих решение образовательных, развивающих, воспитательных и социально-оздоровительных задач в различных видах урочной, внеурочной и внешкольной образовательной деятельности, что позволяет совершенствовать уровень здоровьесберегающего и адаптационного потенциала подростков. Обосновано, что одним из основных организационно-педагогических условий совершенствования потенциальных возможностей младших и старших подростков в аспектах адаптации и здоровьесбережения является осуществление мониторинга, который включает в себя три основных этапа: аналитический, технологический и корректировочный. В процессе реализации экспериментального исследования были изучены и модифицированы ранее разработанные и апробированные в педагогической литературе критерии формирования здоровьесберегающего и адаптационного потенциала подростков. Представлены экспериментальные данные, позволяющие оценить эффективность разработанной модели.

Ключевые слова: организационно-педагогические условия, аналитический мониторинг, технологический мониторинг, корректировочный мониторинг, непрерывное образование, здоровье, адаптация

Цитирование: Арлашева Л. В., Казин Э. М., Касаткина Н. Э. Педагогическая модель совершенствования здоровьесберегающего и адаптационного потенциала подростков в образовательном пространстве школы // Вестник Кемеровского государственного университета. Серия: Гуманитарные и общественные науки. 2021. Т. 5. № 2. С. 105–113. DOI: <https://doi.org/10.21603/2542-1840-2021-5-2-105-113>

Введение

В законе «Об образовании в Российской Федерации» отмечено, что качество образования есть «комплексная характеристика образовательной деятельности и подготовки обучающегося, выражающая степень их соответствия федеральным государственным образовательным стандартам, образовательным стандартам, федеральным государственным требованиям и (или) потребностям физического или юридического лица, в интересах которого осуществляется

образовательная деятельность, в том числе степень достижения планируемых результатов образовательной программы»¹.

Следует согласиться с позицией ученых, указывающих на важность учета данной категории при организации взаимодействия участников образовательных отношений. Мы придерживаемся точки зрения О. Г. Красношлыковой и ее коллег относительно того, что качество образования

¹ Об образовании в Российской Федерации. ФЗ от 29.12.2012 № 273-ФЗ. Ст. 2 // Российская газета. 31.12.2012. № 303.

определяет цели и задачи деятельности образовательных организаций [1, с. 55]. Заслуживающей внимания считаем точку зрения С. Г. Молчанова и А. Г. Гостева, подчеркивающих необходимость управления качеством образования [2, с. 32]. Оно должно соответствовать современным требованиям общества и достигается за счет использования информационно-коммуникационных технологий, инновационных подходов к формированию и развитию личности обучающегося [3; 4, с. 63].

Особенно важно, что, обучаясь в современной общеобразовательной школе, ребенок испытывает определенные трудности в процессе решения различных образовательных и личностных задач развития. Если требования образовательных стандартов превосходят адаптивные возможности учащихся, то их успешность зачастую достигается ценой ухудшения здоровья или нарушения адаптации. Деадаптивные проявления наблюдаются в различных аспектах жизнедеятельности школьника [5]. В наших ранних работах мы выявили специфику адаптивных возможностей подростков, имеющих различные типы вегетативной регуляции [6, с. 444]. Проблема изучения адаптивных возможностей обучающихся имеет междисциплинарный характер. А. Г. Маклаков предлагает учитывать индивидуально-психологические характеристики личности [7, с. 16]. По мнению Д. А. Леонтьева, необходимо учитывать способность личности к самодетерминации [8, с. 58].

Данные, полученные коллегами из Новосибирской области, согласуются с результатами наших исследований, что позволяет констатировать значимость обеспечения адаптационных возможностей обучающихся посредством создания безопасной образовательной среды [9, с. 55]. Мы также разделяем взгляды Н. П. Абаскаловой с соавторами [9], Р. И. Айзмана [10], Г. В. Гатальской и А. Е. Журавлевой [11] на то, что воспитание физически здорового, социально и психофизически подготовленного к жизни поколения в современных условиях представляет собой важную задачу, стоящую перед всеми социальными институтами, в том числе и образовательными организациями.

Считаем важным подчеркнуть правомерность утверждений М. В. Сафроновой и ее коллег о необходимости целенаправленной работы по здоровьесбережению [12, с. 154], использования образовательных технологий, обеспечивающих формирование психологической безопасности и устойчивости [13, с. 47], социальной адаптации обучающихся [14, с. 19].

Для определения адаптационных возможностей обучающихся и учета их особенностей в образовательном процессе мы предложили понятие *здоровьесберегающий и адаптационный потенциал* (ЗАП), определив его как совокупность психофизиологических и психических характеристик личности, обеспечивающих оптимальное приспособление к изменяющимся условиям окружающей действительности [15, с. 76].

Согласно данным, представленным в работах А. Б. Усенко, К. А. Кузьминой [16] и Д. И. Фельдштейна [17], подростковый возраст является периодом наиболее интенсивного

развития личности, когда меняется вся структура и содержание психоэмоциональных переживаний. В последние годы в Кузбассе проведены исследования, в ходе которых установлено, что для развития личности обучающегося подросткового возраста, особенно актуальны:

- пробуждение желания заботиться о своей безопасности и здоровье;
- формирование установок на здоровое питание;
- использование оптимальных двигательных режимов с учетом возрастных, психофизиологических особенностей индивида [18, с. 75; 19–21].

Насущной проблемой в связи с этим является использование интегральных характеристик уровня ЗАП для выявления ресурсных возможностей развития личности подростка в зависимости от качества образования. Постановка перед школьниками все более сложных познавательных и социальных задач требует, по нашему мнению, наращивания здоровьесберегающего ресурса воспитательно-образовательного процесса, направленного на совершенствование ЗАП младших и старших подростков, их осознанной саморегуляции в целях интеллектуального развития обучающихся в целом, предполагающего активацию метаболических процессов и энергетических затрат организма и личности.

Вышеизложенное послужило основанием для разработки и апробации педагогической модели совершенствования ЗАП подростков в образовательном пространстве школы. По мнению В. П. Зворыкина, моделирование – это одно из средств педагогических исследований, включающих систему действий, производящихся в определенной последовательности [22, с. 107].

Методы и материалы. В исследовании участвовали младшие (10–12 лет) и старшие (12–16 лет) подростки, обучающиеся в Старопестеревской средней общеобразовательной школе Беловского района Кемеровской области. В процессе разработки и апробации педагогической модели совершенствования ЗАП в образовательном пространстве школы нами был использован комплекс автоматизированных программно-технических средств (*Статус-ПФ, Орто+, Школа – адаптация, здоровье*), который позволил оценить уровень сформированности адаптационного потенциала подростка, а также выявить факторы, способствующие или препятствующие его совершенствованию.

Результаты

При разработке педагогической модели нами была выдвинута гипотеза относительно того, что результативность здоровьесберегающей деятельности в образовательном пространстве школы повысится за счет сформированности ЗАП подростков, если:

- рассмотрено и научно обосновано понятие *совершенствование здоровьесберегающего и адаптационного потенциала подростков в образовательном пространстве школы* в контексте здоровьесберегающей деятельности субъектов образования (педагогов

и родителей), которая предполагает создание управленческих, организационно-педагогических, социально-оздоровительных условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья, повышению уровня физической подготовленности, психологической устойчивости обучающихся к стрессовым воздействиям, укреплению морально-нормативных ценностей социализации личности, созданию межличностных отношений, адекватных возрастным и типологическим особенностям, функциональным возможностям организма, с высокой степенью готовности школьника к социально-профессиональному самоопределению;

- разработана и внедрена программа мониторинга уровня сформированности ЗАП обучающихся;
- дополнены и расширены критерии и показатели, характеризующие уровень сформированности ЗАП субъектов образования;
- реализуется урочная и внеурочная деятельность на основе интегрированного и дифференцированного обучения с учетом возрастных и типологических особенностей школьников;
- на муниципальном уровне осуществляется сетевое взаимодействие образовательных организаций, обеспечивающее интеграцию ресурсов;
- организована деятельность, направленная на актуализацию ЗАП педагогов и родителей, позволяющая оптимизировать их совместную деятельность.

Разработанная педагогическая модель может быть рассмотрена как в теоретико-методологическом, так и в организационно-педагогическом аспекте (рис.).

Новизна представленной педагогической модели заключается в том, что все ее структурные компоненты и их функции определены в соответствии с содержанием процесса совершенствования ЗАП подростков в образовательном пространстве школы. **Теоретико-методологический аспект** отражает цели, задачи, принципы по совершенствованию ЗАП.

Социально-педагогическая деятельность по совершенствованию ЗАП подростков в образовательном пространстве школы реализуется на базе основных принципов:

- интегрального представления о здоровье и безопасности, формирования универсальных учебных действий на основе метапредметных знаний;
- дифференциации – ориентации на совершенствование когнитивной, мотивационной и деятельностной функций обучающихся в процессе урочной и внеурочной деятельности с учетом регуляторно-поведенческих особенностей подростков;
- адаптивности – реализации субъект-субъектных взаимоотношений с учетом функциональных резервов и приспособительных возможностей подростков на основе использования в педагогической практике соответствующей формы социальных воздействий (программирующих, стимулирующих, тормозящих, активизирующих, предупреждающих) с учетом

возрастных и типологических особенностей субъектов воспитательно-образовательного процесса.

Организационно-педагогический аспект модели определяет структуру и функции каждого компонента в направлении совершенствования ЗАП подростков в образовательном пространстве школы. Содержательная составляющая педагогической модели – создание организационно-педагогических условий для интегративного подхода и дифференцированного обучения с целью решения обучающих, воспитательных, развивающих и социально-оздоровительных задач [23]. Это, по нашему мнению, поможет актуализировать ценностные ориентации обучающихся, направленные, с одной стороны, на сохранение и укрепление здоровья, здоровый образ жизни, а с другой – на их социальное и профессиональное развитие с учетом возрастных и регуляторно-поведенческих возможностей организма для совершенствования ЗАП обучающихся основной и средней школы.

Считаем, что одним из основных организационно-педагогических условий совершенствования ЗАП является осуществление мониторинга, под которым понимается «система сбора, обработки, хранения и распространения информации об образовательной системе или отдельных ее элементах, ориентированная на информационное обеспечение, позволяющая судить о состоянии объекта в любой момент времени и дающая прогноз его развития» [2, с. 32]. Он должен быть направлен на прогнозирование изменений приспособительных возможностей, состояния здоровья детей, характера формирования ценностных ориентаций личности с последующим проведением (на основе полученных результатов) соответствующих психолого-педагогических корректировочных медико-физиологических мероприятий.

Нами обоснованы три основных этапа мониторинга (аналитический, технологический и корректировочный), направленные на оценку эффективности созданных в образовательной организации психолого-педагогических условий совершенствования ЗАП.

В педагогическую модель включены разработанные и апробированные педагогами-предшественниками и модифицированные нами критерии сформированности здоровьесберегающего образа жизни, характеризующие уровень личностно-средовых ресурсов:

- когнитивный (идеи, мнения, знания) – сформированность системы знаний и представлений о социально-психологической, социально-педагогической безопасности, здоровье, здоровом образе жизни, сформированность негативного отношения к употреблению алкоголя, психоактивных веществ;
- эмоционально-волевой (чувства, ценности) – характер психоэмоционального самочувствия, степень стрессоустойчивости, психологического благополучия и эмоционального комфорта, удовлетворенности занятиями физической культурой и спортом, ведением безопасного и здорового образа жизни, владение приемами и методами регуляции эмоций и чувств;

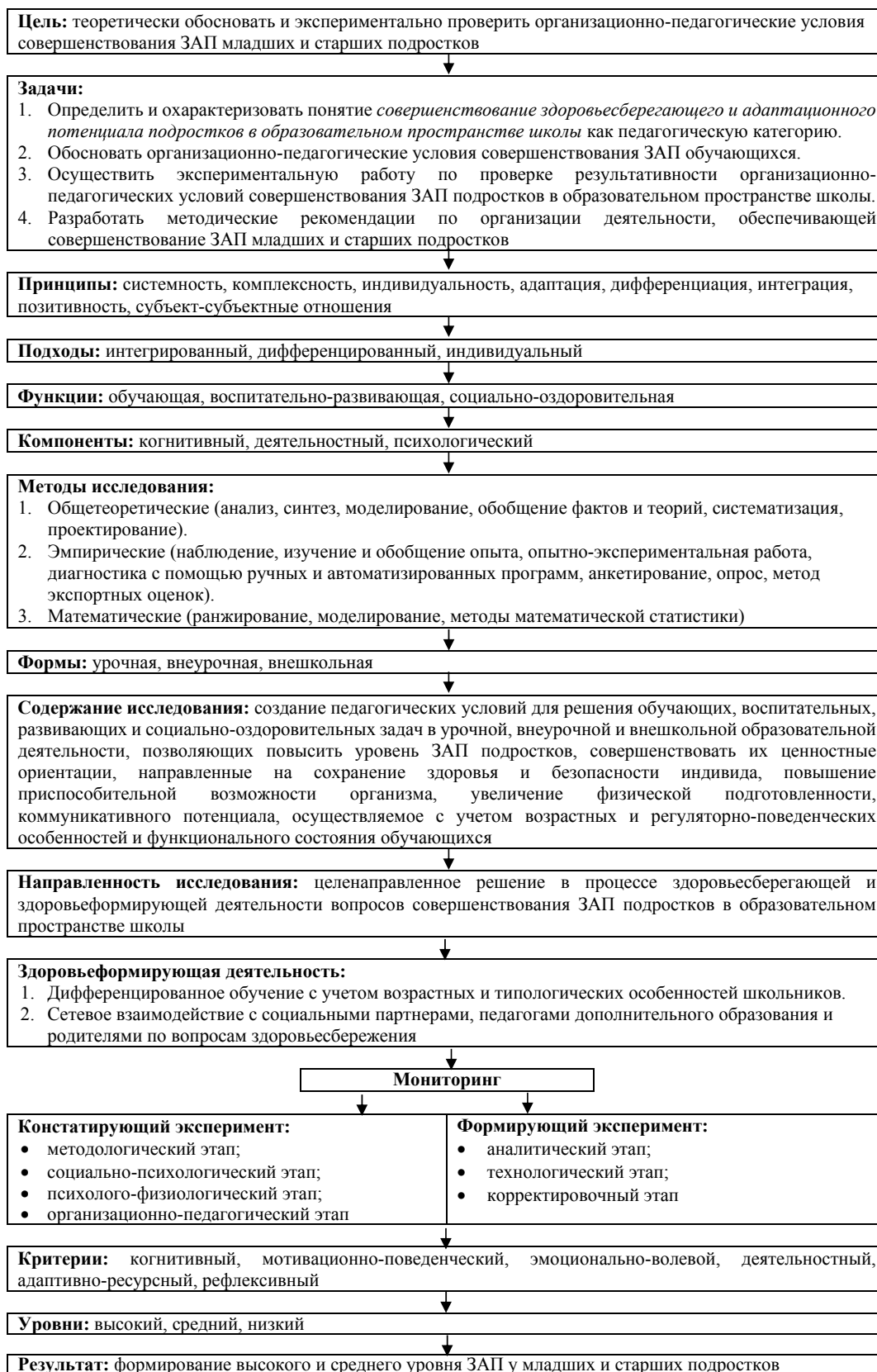


Рис. Педагогическая модель совершенствования ЗАП подростков в образовательном пространстве школы
Fig. Pedagogical model of improving the health-preserving and coping potential of adolescents in class

- мотивационно-поведенческий (мотивы, потребности, готовность осуществлять деятельность) – характер социально-психологической адаптации, сформированность навыков регуляции поведения в стрессовых ситуациях, направленного на поддержание рационального режима дня, питания, двигательной активности, закаливания, отказа от вредных привычек, устойчивого интереса к безопасному и здоровому образу жизни;
- деятельностный (действия и деятельность) – успешность обучения ОБЖ, сформированность полезных привычек, способов организации и практических навыков безопасного и здорового образа жизни, владение индивидуальными стратегиями когнитивного поведения, сформированность двигательных умений и навыков;
- адаптивно-ресурсный (функциональное состояние, уровень функционального резерва и стрессоустойчивости) – тип вегетативной регуляции, состояние физиологической адаптации, уровень функционального резерва аппарата кровообращения, уровень функционального состояния центральной нервной системы;
- рефлексивный – склонность к самоанализу, умение сознательно контролировать результаты своей деятельности и личностных достижений, уровень собственного развития, наличие таких качеств, как креативность, инициативность, нацеленность на сотрудничество.

Данные критерии были уточнены и наполнены новым содержанием, что позволило охарактеризовать динамику совершенствования ЗАП школьников и выделить три уровня его сформированности. Полагаем, что **высокий уровень** ЗАП проявляется в сформированной системе знаний о социально-психологической и физиологической адаптации, здоровье, здоровом образе жизни, осознанном негативном отношении к факторам риска, высоком уровне психологического и эмоционального благополучия, организации и использовании навыков безопасного и здорового образа жизни. **Средний уровень** ЗАП характеризуется расхождением между высоким уровнем знаний школьника о культуре здоровья, здоровом образе жизни и недостаточно выраженной мотивацией на осуществление (реализацию) здоровьесформирующей деятельности. **Низкий уровень** ЗАП отражает отсутствие выраженной мотивации к использованию знаний, умений и навыков, направленных на сохранение и укрепление здоровья, реализацию здорового и безопасного образа жизни.

Разработанная педагогическая модель совершенствования ЗАП обучающихся подростков была апробирована в 3 этапа в Старопестеревской средней общеобразовательной школе Беловского района Кемеровской области в 2017–2019 гг. в рамках организации психолого-педагогического сопровождения.

Первый этап включал использование модели интегративной урочной, внеурочной и воспитательной деятельности по направлениям экологического, здоровьесберегающего, патриотического и социального воспитания при работе с обучающимися с различными индивидуальными психосоциальными возможностями и функциональными резервами, анализ уроков с позиций здоровьесбережения по схеме, предложенной Н. К. Смирновым; организацию внеурочных занятий по программе «Культура здоровья» для старших и младших подростков, а также работу с педагогическим коллективом, направленную на повышение уровня личностного потенциала педагога.

Второй этап был реализован с использованием дифференцированного подхода, ориентированного на учет функциональных возможностей обучающихся и особенностей их мотивационной сферы. На этом этапе изучалось влияние различных моделей внеурочной деятельности (инновационно-образовательной, дополнительного образования) на уровень социализации обучающихся. На основании полученных результатов было выделено 3 группы подростков: 1) обучающиеся, которые задействованы во внеурочной деятельности школы; 2) обучающиеся, активно посещающие внешкольные клубы, секции по своим интересам и способностям, 3) школьники-инвалиды и дети с ограниченными возможностями здоровья. Полученная информация активно использовалась для составления рекомендаций педагогам, классным руководителям и родителям в целях повышения эффективности урочной и внеурочной деятельности для организации сетевой модели внеурочной деятельности, реализуемой в тесном сотрудничестве с родителями и социальными партнерами.

Индивидуализация процесса совершенствования ЗАП обучающихся с учетом личностных регуляторно-поведенческих особенностей составляет основу третьего этапа реализации предложенной педагогической модели.

С помощью автоматизированной программы *Орто+* удалось выявить зависимость адаптационного потенциала от регуляторно-поведенческих особенностей, вегетативного статуса (эйтонического, ваготонического, симпатотонического). В рамках психолого-педагогического сопровождения выделенных групп обучающихся психологом разработан комплекс методик, направленных на повышение стрессоустойчивости, адаптивности и социально-профессиональное развитие школьников. Проведен комплексный анализ итоговых срезовых работ (ВПР, мониторинги по итогам четверти и года и т. д.). При разработке сценариев уроков и внеклассных мероприятий учтены особенности вегетативной регуляции обучающихся. Применение в системе мониторинга автоматизированной программы *Школа – адаптация, здоровье*² позволило оценить уровень сформированности адаптационного потенциала обучающихся, а также

² Свиридова И. А., Казин Э. М., Тарасова О. Л., Федоров А. И., Миллер Н. А. Программный психодиагностический комплекс «Школа – адаптация, здоровье» (ППДК «Школа – АЗ»). Свидетельство о гос. регистрации программ для ЭВМ № 2016611139; заявл. 02.12.2015; опубл. 27.01.2016.

установить факторы, способствующие или препятствующие его формированию. Это становится возможным за счет применения комплекса методик, направленных на выявление мотивации учения и эмоционального отношения к учению, стресс-совладающего поведения, тревожности, различных форм агрессивных и враждебных реакций и др.

Для комплексной оценки уровня сформированности личностного адаптационного потенциала обучающихся 5–9-х классов нами разработана и апробирована методика, в основу которой заложены мониторинговые исследования социальной траектории обучающихся. Эти исследования позволили оценить уровень сформированности личностного и здоровьесберегающего потенциала младших и старших подростков с учетом их мотивационно-ценностных и регуляторно-поведенческих особенностей. По итогам оценки личностного потенциала определяется уровень адаптивно-ресурсных возможностей обучающегося, где высокому уровню соответствует 3 балла, среднему – 2 балла, низкому – 1 балл. Подростки, характеризующиеся высоким уровнем личностного потенциала, имеют суммарный (средний) балл от 45 до 66, средним – от 23 до 44, низким – менее 22. По итогам экспериментальной работы были выявлены уровни личностного потенциала в группах младших и старших подростков, обучающихся в школе. Младшие подростки обладают высоким уровнем личностного потенциала (суммарный (средний) балл – 50,7), старшие – средним (суммарный (средний) балл – 41).

Соотнесение полученных данных с возрастнопсихологическими характеристиками личности подростков

позволило наметить пути совершенствования психолого-педагогического сопровождения личности обучающихся с учетом специфики ЗАП подростков в общеобразовательном пространстве школы.

Заключение

Рассмотрение теоретико-методологических и организационно-педагогических аспектов педагогической модели совершенствования ЗАП подростков в общеобразовательном пространстве школы позволяет определить широкие возможности ее применения. Структурно-функциональная основа разработанной нами педагогической модели позволяет оптимизировать процесс развития личности подростков. Обеспечение субъектами образования комплекса организационно-педагогических условий в процессе урочной, внеурочной и внешкольной деятельности актуализирует психолого-физиологические и социально-педагогические ресурсы обучающихся, способствует повышению приспособительных возможностей и стрессоустойчивости.

Конфликт интересов: Авторы заявили об отсутствии потенциальных конфликтов интересов в отношении исследования, авторства и / или публикации данной статьи.

Критерии авторства: А. В. Арлашева участвовала в разработке педагогической модели, проведении экспериментальной апробации модели и обработке результатов эксперимента; Э. М. Казин, Н. Э. Касаткина участвовали в разработке методологических подходов, написании и представлении к публикации статьи.

Литература

1. Красношлыкова О. Г., Васильева Т. В., Шефер И. В. Региональная система информационного обеспечения процессов управления качеством образования // Отечественная и зарубежная педагогика. 2018. Т. 2. № 2. С. 55–66.
2. Молчанов С. Г., Гостев А. Г. Понятие «Образовательная программа» в Законе РФ «Об образовании» // Образование. 1998. № 4. С. 32–49.
3. Поташник М. М. Инновационные школы России: становление и развитие. М.: Новая шк., 1996. 317 с.
4. Королев М. Ф. Гарантии качественного профессионального образования // Механизмы обеспечения гарантий качества профессионального образования / под ред. М. Ф. Королева. М.: РАГС, 2008. С. 63–68.
5. Быструшкин С. К., Айзман Р. И. Адаптивные возможности учащихся начальных классов в норме и при нарушениях интеллектуального развития в условиях психоэмоционального воздействия // Сибирский педагогический журнал. 2007. № 2. С. 218–224.
6. Казин Э. М., Варич Л. А., Тарасова О. Л., Четверик О. Н., Кошко Н. Н., Арлашева А. В., Немолочная Н. В. Комплексный психофизиологический подход к оценке адаптивных возможностей обучающихся подросткового возраста с различными типами вегетативной регуляции // Вестник Кемеровского государственного университета. 2020. Т. 22. № 2. С. 444–454. DOI: 10.21603/2078-8975-2020-22-2-444-454
7. Маклаков А. Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях // Психологический журнал. 2001. Т. 22. № 1. С. 16–24.
8. Леонтьев Д. А. Личностное в личности: личностный потенциал как основа самодетерминации // Ученые записки Кафедры общей психологии МГУ им. М. В. Ломоносова. 2002. Вып. 1. С. 56–65.
9. Казин Э. М., Абаскалова Н. П., Кошко Н. Н., Шинкаренко А. С., Аверьянова Н. В., Вержицкая Е. Н. Формирование безопасного и здорового образа жизни в образовательной среде // Профессиональное образование в России и за рубежом. 2014. № 1. С. 50–55.
10. Айзман Р. И. Здоровье участников образовательного процесса как критерий эффективности здоровьесберегающей деятельности в системе образования // Отечественная и зарубежная педагогика. 2015. № 5. С. 72–82.

11. Гатальская Г. В., Журавлева А. Е. Развитие осознанного отношения к здоровью в юности // Психологический журнал. 2008. № 2. С. 52–59.
12. Сафронова М. В., Гребенникова И. Н., Сафронов И. Д., Салимзянов Р. Р. Влияние занятий спортом на психологическое благополучие и психическое здоровье обучающихся разного возраста // Сибирский педагогический журнал. 2019. № 6. С. 154–162. DOI: 10.15293/1813-4718.1906.14
13. Абаскалова Н. П., Зверкова А. Ю. Современные технологии разработки программы здоровья в образовательной организации // Научный результат. Педагогика и психология образования. 2015. Т. 1. № 2. С. 42–47.
14. Абаскалова Н. П., Зверкова А. Ю. Научный обзор: системный подход в педагогике здоровья // Научное обозрение. Педагогические науки. 2016. № 2. С. 5–24.
15. Казин Э. М., Красношлыкова О. Г., Автушенко Н. В., Иванова О. Г., Ласкожевская Е. В. Организационно-педагогические условия актуализации здоровьесберегающего и адаптационного потенциала младших школьников // Профессиональное образование в России и за рубежом. 2020. № 2. С. 75–83.
16. Усенко А. Б., Кузьмина К. А. Особенности произвольной саморегуляции поведения младших подростков с разными типами вегетативного реагирования // Психологические исследования. 2012. Т. 5. № 24. Режим доступа: <http://www.psystudy.ru/index.php/num/2012v5n24/706-usenko24.html> (дата обращения: 24.03.2021).
17. Фельдштейн Д. И. Социальное развитие в пространстве-времени детства. М.: МПСИ; Флинта, 1997. 158 с.
18. Кириченко В. В. Оптимизация здоровьесберегающего сопровождения учебно-тренировочного процесса в детско-юношеской спортивной школе // Вестник Кемеровского государственного университета. 2013. № 3-1. С. 75–79.
19. Галынская Е. Н. Формирование основ культуры здоровья школьников в учреждениях дополнительного образования детей: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Кемерово, 2015. 24 с.
20. Шинкаренко А. С. Формирование безопасного и здорового образа жизни школьников на современном этапе развития общества: дис. ... канд. пед. наук. Кемерово, 2015. 205 с.
21. Четверик О. Н. Особенности формирования психофизиологического адаптационного потенциала подростков при различных режимах учебной деятельности: автореф. дис. ... канд. биол. наук. Кемерово, 2018. 20 с.
22. Зворыкин В. П. Морфофункциональные основы индивидуальности, а также духовности человека // Усп. физиол. наук. 1992. Т. 23. № 3. С. 107–124.
23. Иванова И. В. Социализация молодежи в контексте информационных предпочтений // Психологические исследования. 2018. Т. 11. № 61. Режим доступа: <http://psystudy.ru/index.php/num/2018v11n61/1626-ivanova61.html> (дата обращения: 24.03.2021).

original article

Pedagogical Model of Health-Preserving and Adaptive Potential in Class Environment

Lyudmila V. Arlasheva

Staroposterevskaya Secondary School, Russia, Kemerovo region – Kuzbass, Staroposterevo; <https://orcid.org/0000-0003-2268-0521>

Natalia E. Kasatkina

Kuzbass Regional Institute for Advanced Studies and Retraining for Educators, Russia, Kemerovo; <https://orcid.org/0000-0002-9136-2247>

Eduard M. Kazin

Kemerovo State University, Russia, Kemerovo; kazin_valeol@mail.ru; <https://orcid.org/0000-0003-1462-5282>

Received 28 Apr 2021. Accepted 9 Jun 2021.

Abstract: The concept of life-long education and the Federal State Educational Standard for General Education presupposes teaching technologies that form a positive attitude to a safe and healthy lifestyle in teenagers. The cognitive and social tasks that teenagers have to face grow more and more complex, which means that class environment should develop their coping potential and healthy lifestyle habits. The article features a pedagogical model for improving the health-saving and coping potential of adolescents in class. The model includes functional components that consist of organizational and pedagogical conditions aimed at solving learning, developmental, educational, and social tasks in class and during extracurricular activities. Monitoring proved to be the main organizational and pedagogical condition for improving the potential of adolescents in adaptation and healthy lifestyle habits. Monitoring includes three main stages: analytical, technological, and corrective.

The research involved traditional and modified criteria of the health-saving and coping potential. The experiment proved the effectiveness of the new model.

Keywords: organizational and pedagogical conditions, analytical monitoring, technological monitoring, corrective of monitoring, life-long education, health, coping

Citation: Arlasheva L. V., Kazin E. M., Kasatkina N. E. Pedagogical Model of Health-Preserving and Adaptive Potential in Class Environment. *Vestnik Kemerovskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Gumanitarnye i obshchestvennye nauki*, 2021, 5(2): 105–113. (In Russ.) DOI: <https://doi.org/10.21603/2542-1840-2021-5-2-105-113>

Conflict of interests: The authors declared no potential conflict of interests regarding the research, authorship, and / or publication of this article.

Contribution: L. V. Arlasheva developed the model, performed the experiment, and processed the experimental data. E. M. Kazin and N. E. Kasatkina developed the methodology and wrote the manuscript.

References

1. Krasnoshlykova O. G., Vasilyeva T. V., Schaefer I. V. Regional system of information support of quality management processes of education. *Otechestvennaya i zarubezhnaya pedagogika*, 2018, 2(2): 55–66. (In Russ.)
2. Molchanov S. G., Gostev A. G. The concept of "Educational program" in the law of the Russian Federation "On Education". *Obrazovanie*, 1998, (4): 32–49. (In Russ.)
3. Potashnik M. M. *Innovative schools of Russia: formation and development*. Moscow: Novaia shk., 1996, 317. (In Russ.)
4. Korolev M. F. Guarantees of high-quality professional education. *Mechanisms of ensuring guarantees of the quality of professional education*, ed. Korolev M. F. Moscow: RAGS, 2008, 63–68. (In Russ.)
5. Bystrushkin S. K., Aizman R. I. Adaptive capabilities of primary school students in normal and impaired intellectual development in the conditions of psychoemotional impact. *Siberian pedagogical journal*, 2007, (2): 218–224. (In Russ.)
6. Kazin E. M., Varich L. A., Tarasova O. L., Chetverik O. N., Koshko N. N., Arlasheva L. V., Nemolochnaya N. V. Comprehensive psycho-physiological approach to the assessment of adaptive capacity of teenage schoolchildren with different types of vegetative regulation. *Vestnik Kemerovskogo gosudarstvennogo universiteta*, 2020, 22(2): 444–454. (In Russ.) DOI: 10.21603/2078-8975-2020-22-2-444-454
7. Maklakov A. G. The personal adaptive potential: its mobilization and prognostication in extreme conditions. *Psichologicheskij zhurnal*, 2001, 22(1): 16–24. (In Russ.)
8. Leontiev D. A. Personality personality: personality potential as a basis of self-determination. *Uchenye zapiski Kafedry obshchei psikhologii MGU im. M. V. Lomonosova*, 2002, iss. 1, 56–65. (In Russ.)
9. Kazin E. M., Abaskalova N. P., Koshko N. N., Shinkarenko A. S., Averyanova N. V., Verzhizkaya E. N. Formation of safety and healthy lifestyle in the educational environment. *Professional Education in Russia and Abroad*, 2014, (1): 50–55. (In Russ.)
10. Aizman R. I. Health and safety of participants of educational process is a criterion of health-saving activity efficacy at the educational system. *Otechestvennaya i zarubezhnaya pedagogika*, 2015, (5): 72–82. (In Russ.)
11. Gatal'skaia G. V., Zhuravleva A. E. Development of a conscious attitude to health in youth. *Psichologicheskij zhurnal*, 2008, (2): 52–59. (In Russ.)
12. Safronova M. V., Grebennikova I. N., Safronov I. D., Salimzyanov R. R. The influence of sport on psychological well-being and mental health of students of different ages of students. *Siberian pedagogical journal*, 2019, (6): 154–162. (In Russ.) DOI: 10.15293/1813-4718.1906.14
13. Abaskalova N. P., Zverkova A. Yu. Contemporary technologies of developing a program of health in the educational organization. *Research result: Pedagogy and psychology of education*, 2015, 1(2): 42–47. (In Russ.)
14. Abaskalova N. P., Zverkova A. Yu. Scientific survey: systems approach in pedagogy of health. *Nauchnoe obozrenie. Pedagogicheskie nauki*, 2016, (2): 5–24. (In Russ.)
15. Kazin E. M., Krasnoshlykova O. G., Avtushenko N. V., Ivanova O. G., Laskozhevskaya E. V. Organizational and pedagogical conditions for actualizing the health-saving and adaptive potential of primary school children. *Professional Education in Russia and Abroad*, 2020, (2): 75–83. (In Russ.)
16. Usenko A. B., Kuzmina K. A. Peculiarities of voluntary self-regulation in junior adolescents with different types of autonomic nervous system response. *Psikhologicheskie issledovaniia*, 2012, 5(24). Available at: <http://www.psystudy.ru/index.php/num/2012v5n24/706-usenko24.html> (accessed 24 Mar 2021). (In Russ.)
17. Feldstein D. I. *Social development in the space-time of childhood*. Moscow: MPPI; Flinta, 1997, 158. (In Russ.)

18. Kirichenko V. V. Optimization of health protection in the educational training process in sports schools for children and youth. *Vestnik Kemerovskogo gosudarstvennogo universiteta*, 2013, (3-1): 75–79. (In Russ.)
19. Galynskaia E. N. *Formation of the foundations of the culture of health of schoolchildren in institutions of additional education of children*. Cand. Ped. Sci. Diss. Abstr. Kemerovo, 2015, 24. (In Russ.)
20. Shinkarenko A. S. *Formation of a safe and healthy lifestyle of schoolchildren at the present stage of society development*. Cand. Ped. Sci. Diss. Kemerovo, 2015, 205. (In Russ.)
21. Chetverik O. N. *Features of the formation of the psychophysiological adaptive potential of adolescents in various modes of educational activity*. Cand. Biol. Sci. Diss. Abstr. Kemerovo, 2018, 20. (In Russ.)
22. Zvorykin V. P. Morphofunctional foundations of individuality and human spirituality. *Usp. fiziol. nauk*, 1992, 23(3): 107–124. (In Russ.)
23. Ivanova I. V. Socialization of youth in the context of information preferences. *Psikhologicheskie issledovaniia*, 2018, 11(61). Available at: <http://psystudy.ru/index.php/num/2018v11n61/1626-ivanova61.html> (accessed 24 Mar 2021). (In Russ.)