

ШКОЛЬНАЯ СРЕДА КАК УСЛОВИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В УСЛОВИЯХ ОВЛАДЕНИЯ НОВЫМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМИ СТАНДАРТАМИ

В концепции новых образовательных стандартов центральное место отводится воспитанию здоровой личности. Ныне существуют разнообразные стратегии воспитания здоровой личности, обобщение которых позволяет выделить главные: здоровьесберегающая, здоровьеформирующая, адаптивная. На наш взгляд, наиболее перспективным представляется адаптивный подход, в котором «на первый план выходят социально-психологические аспекты здоровья школьников» [2. С. 64]. Действительно, как многократно указывал А. С. Макаренко, воспитание есть организация жизни ребенка. В рамках учебного заведения — это среда, в которую погружается школьник с первых шагов обучения. «Ребенок должен адаптироваться к образовательному процессу в школе, но и школа должна адаптироваться к индивидуальности каждого ребенка, развивая способности личности к самосовершенствованию» [2. С. 64].

Проблема организации школьной среды — первоочередная и важнейшая задача, приобрела особую актуальность в связи с введением новых образовательных стандартов, в соответствии с которыми требуются значительная интенсивность и высокая самостоятельность учения. Новые стандарты предполагают не только возрастание объема обязательного к усвоению учебного материала, но и изменения требований к уровню учебных умений школьника. Основная задача современного школьника состоит в овладении умением учиться, составляющим основу его личностного развития, способности познавать и преобразовывать мир, ставить проблемы, искать и находить пути их решения. Это приводит к повышению требований к психофизиологической организации ребенка. Поэтому в каждой школе необходимо создание таких условий, которые смогут обеспечивать способность детей к успешному овладению содержанием образования с сохранением и укреплением физического и психического здоровья.

Практика показывает, что наиболее целесообразно проявлять заботу о здоровье детей не только в форме отдельных мероприятий, но как непрерывное сопровождение учебно-воспитательного процесса.

Первым шагом в построении здоровьесберегающей среды является физкультурно-оздоровительная работа, которая традиционно присутствует в каждой школе, как в рамках расписания занятий, так и во внеурочное время. На сохранение и укрепление здоровья школьников направлена работа секций, танцевальных студий и различных кружков, позволяющая снять или, по крайней мере, снизить, физическую и эмоциональную перегрузку после учебного дня.

Здоровьесбережение школьника возможно только в среде, в которой существуют условия выбора и принятия решений ребенком, проектирования им своего здорового образа жизни в соответствии с индивидуальными потребностями. Разнообразие организованных школой направлений оздоровительной деятельности должно обеспечивать учащимся возможность выбора того или иного вида занятий. При этом расписание занятий должно позволять принимать участие в нескольких секциях или кружках. Если же школьник, осознав для себя необходимость участия в них, пожелает избрать другие занятия, у него не должно быть никаких препятствий. Иными словами, обстановка школьной среды должна быть благоприятной для смыслоосознания и смыслостроительства. Однако последние не могут существовать без установки (смыслообразования) на здоровьесбережение, на формирование которой оказывают влияние родители и педа-

гоги, поскольку потребности саморазвития младших школьников еще в высокой степени интуитивны, а желания — ситуативно-спонтанны. Актуализации потребности школьников в хорошем здоровье способствует проведение физкультурных фестивалей, праздников, спортивных игр.

Однако здоровье ребенка зависит как от внешних условий, так и от его психического состояния. Всемирная организация здравоохранения определяет психическое здоровье как «состояние полного физического, духовного и социального благополучия» [8. С. 1]. Если физическое здоровье зависит от природных данных человека, то духовное и социальное благополучие определяются гармонией человека с окружающим миром, что отражается в психологическом здоровье. «Психологическое здоровье описывает личность в целом, имеет отношение к эмоциональной, мотивационной, познавательной и волевой сферам, а также проявлению человеческого духа» [5]. Показатели отмеченных сфер развития младших школьников свидетельствуют о мере адаптации к условиям их школьной жизнедеятельности.

Изменение образовательной парадигмы побудило к изучению психологической адаптации младших школьников, уже включившихся в процесс освоения новых образовательных стандартов. Так, в целях проверки показателей развития младших школьников и их соответствия научно-практическим и психолого-педагогическим данным кафедрой методов психологического познания Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена в сотрудничестве с Государственным бюджетным общеобразовательным учреждением средняя школа № 653 им. Рабиндрата Тагора с углубленным изучением иностранных языков (хинди и английского) Калининского района Санкт-Петербурга проводится пролонгированное исследование адаптации младших школьников к реализации новых образовательных стандартов.

Цели данного исследования — получение ответов на важнейшие вопросы: Соответствуют ли предъявляемым к формам мышления требования интеллектуальным возможностям детей? Как сказываются нововведения на здоровье учеников? Достаточен ли их физический и психический потенциал?

Школа № 653 представляет собой современное общеобразовательное учреждение, эргономично оборудованное и оснащенное прогрессивными компьютерными и телекоммуникационными средствами. Каждый класс оснащен рабочим местом учителя, куда входят персональный компьютер, принтер, сканер, мультимедийный проектор, телевизор с жидкокристаллическим экраном. Учебные классы и кабинеты снабжены ультрафиолетовыми бактерицидными рециркуляторами воздуха.

Современная школьная библиотека/медиатека занимает площадь 260 кв. м. Здесь выделены зоны для абонентного обслуживания, читальный зал для среднего и старшего возраста, детский читальный зал, книгохранилище, зона медиатеки и медиаресурсов (357 CD-дисков). Материально-техническая база библиотеки/медиатеки: 2 компьютера, 15 ноутбуков (мобильный компьютерный класс), экран, проектор, плазменная панель, 2 принтера, 2 сканера. Для верстки и печати школьной газеты «Наша газета» в медиатеке есть современное рабочее место и плоттер. Для проведения видеоконференций в школе оборудована студия, оснащение которой позволяет проводить аудио-видеоконференции как с российскими, так и зарубежными школами-партнерами.

Кабинеты физики и химии оснащены по последнему слову техники. Школа имеет кабинеты технологии для девочек и для мальчиков.

В актовом зале школы установлено самое современное оборудование: компьютеры, длиннофокусный проектор, микшеры, микрофоны, акустические системы высокого класса, разнообразное светотехническое оборудование для выступлений и творческого самовыражения школьников. Закуплены инструменты для музыкального ансамбля и

индийские народные инструменты. Есть два танцевальных зала: зал хореографии и индийских танцев.

Школа имеет большой (физкультурный) и малый (тренажёрный) спортивные залы с новейшим оборудованием. Школьный стадион с искусственным покрытием включает беговую дорожку, волейбольную, баскетбольную и футбольную площадки. Бассейн имеет две чаши: одна для младших школьников, вторая — для учащихся 5–11-х классов, раздевалки, технические помещения, предусмотренные СНИПами. В школе закуплены лыжи для всех учащихся, велосипеды, самокаты, теннисные столы и другой спортивный инвентарь. Для дополнительных занятий физкультурой и спортом организованы разнообразные секции. Один из девизов школы — «Человек, занятый спортом, не будет иметь вредных привычек».

В школе работает современный медицинский кабинет. За здоровьем детей следят психолог и социальные работники.

Обучение младших школьников осуществляется по развивающей образовательной системе «Школа 2100». Данный учебно-методический комплекс основан на деятельностном, проблемно-диалогическом подходе в организации обучения, который ориентирован на максимальное раскрытие личностных качеств ученика в процессе творческой деятельности по «поиску и открытию нового знания». Обеспечить учебный процесс по такой трудной программе, как «Школа 2100», да еще с изучением двух иностранных языков и использованием современных технологий весьма не просто. Решению этой задачи способствуют высокая работоспособность, энтузиазм и сплоченность педагогического коллектива школы, воспитанники которой активно участвуют в различных конкурсах, олимпиадах, соревнованиях, часто показывая высокие результаты.

Таким образом, описанные условия образовательной среды школы № 653 соответствуют всем приведенным выше требованиям к здоровьесбережению и благоприятному развитию школьника. В школе созданы необходимые условия для самовыражения и комфортного пребывания каждого ребенка.

Каковы же психологическое здоровье и результаты обучения младших школьников в такой среде? Выполненный первый этап опытно-экспериментальной работы позволяет привести следующие предварительные данные.

Экспертная оценка социально-психологической адаптации школьников, проведенная с использованием модифицированного варианта карты наблюдений Д. Стотта, позволила получить результаты по 15 комплексам симптомов, отражающих следующие ресурсы адаптации младших школьников: соматический, средовой, функциональный и эмоционально-коммуникативный.

«Соматический ресурс адаптации включает в себя поведенческие проявления, отражающие эмоциональные расстройства, отклонения в поведении, физические отклонения, подверженность заболеваниям, что может вызывать депрессивные состояния, тревожность, страхи, боли и неприятные ощущения, не имеющие органической причины. Ослабление данного ресурса адаптации может быть одной из причин целого ряда соматических заболеваний, а также снижения успешности обучения и развития социальных навыков» [4. С. 24].

Содержание данного симптомокомплекса отражает поведенческие проявления, связанные с ослабленностью соматического и неврологического характера. Эти проявления обусловлены функциональными и динамическими нарушениями центральной нервной системы, что может проявляться на фоне перенесенной инфекции или другой соматической причины. Обычно астения проявляется не только физической, но и интеллектуальной утомляемостью, неспособностью к концентрации внимания, снижением памяти и волевых качеств.

«Средовой ресурс адаптации включает в себя поведенческие проявления, отражающие адаптационный ресурс ребенка, который формируется условиями окружающей среды и определяет успешность адаптации в ней. Высокий уровень выраженности хотя бы одного из симптомокомплексов позволяет говорить о проблемах во взаимодействии с социумом» [4. С. 31].

Данный симптомокомплекс характеризует отношение ребенка к установлению социальных контактов и новым ситуациям социального взаимодействия.

«Функциональный ресурс адаптации — это блок симптомокомплексов, отражающих недостаточное развитие саморегуляционных и когнитивных структур, обеспечивающих успешное включение в учебную деятельность, выполнение требований и норм поведения школьника. Своевременная диагностика данного ресурса социально-психологической адаптации позволит оптимизировать психическое состояние ребенка (работоспособность, эмоциональную стабильность, самочувствие, отсутствие страхов и т. д.)» [4. С. 39].

«Эмоционально-коммуникативный ресурс адаптации представляет собой блок симптомокомплексов, отражающих особенности эмоциональной сферы младшего школьника, которые оказывают негативное влияние на содержание, процесс и сущность учебной коммуникации. Преобладание этих симптомокомплексов свидетельствует об особенностях эмоционального реагирования детей на трудности, сопутствующие адаптации, к начальной школе, которое усугубляет ситуацию дискомфорта» [4. С. 45].

Результаты показателей проявления симптомокомплексов приведены в таблице 1 и свидетельствуют, что ни по одному из симптомокомплексов не проявился высокий уровень выраженности.

Таким образом, результаты экспертной оценки социально-психологической адаптации учеников 2-х и 3-х классов показывают, что обследованные дети обладают достаточным адаптационным потенциалом и не имеют сложностей в адаптации к школе.

При этом школьники 2-х и 3-х классов обладают достаточным уровнем волевой регуляции — у более половины детей отмечается ее высокий уровень. Сформированность организованного стиля выполнения заданий наблюдается у половины учеников 2-х классов и у двух третей от общего числа школьников 3-х классов.

Тревожность школьников, следуя А. М. Прихожан, понимается как переживание эмоционального дискомфорта, связанное с ожиданием неблагоприятия, с предчувствием грозящей опасности. Ее оценка в проведенном исследовании производилась с помощью шкалы тревожности, основанной на принципе «Шкалы социально-ситуационного страха, тревоги» [3].

Проведенное обследование выявило тот факт, что учащиеся младшей школы обладают нормальным (средним) уровнем тревожности: 78,6% и 82% соответственно детей 3-х и 2-х классов.

Повышенная тревожность проявилась у 21,4% и 12,7% учащихся 3-х и 2-х классов соответственно. Дополнительное обследование таких детей показало, что ее причиной в большинстве случаев являются детско-родительские отношения, а в отдельных случаях — завышенное стремление к взрослости и успеху.

Как известно, в период обучения ребенка в младшей школе мотивы, связанные с содержанием и процессом учебной деятельности, не выступают ведущими. Вместе с тем именно они определяют положительное отношение младших школьников к деятельности, даже в том случае, когда познавательный интерес у них отсутствует [1]. Важный момент в мотивации учения состоит в способности школьников соподчинять мотивы. Это, в свою очередь, зависит от их способности к самоконтролю и самооценке, что проявляется в аккуратности и старании, умении организовать свою деятель-

Результаты изучения социально-психологической адаптации учащихся

№ п/п	Показатели отклонения в здоровье	Число учащихся 2-х классов (% от 50 чел.)	Число учащихся 3-х классов (% от 70 чел.) на среднем уровне
1	Соматический ресурс		
	Ослабленность (астения)	2 чел. (4 %)	0
	Невротические симптомы	0	3 чел. (4,2%)
	Болезни и физические дефекты	0	0
2	Средовой ресурс адаптации		
	Недоверие к новым людям, вещам, ситуациям	0	3 чел. (4,2%)
	Уход в себя	0	0
	Недостаток социальной нормативности (ассоциальность)	0	2 чел. (2,8%)
	Неблагоприятные условия среды	0	0
3	Функциональный ресурс		
	Неутомляемость	1 чел. (2%)	1 чел. (1,4%)
	Эмоциональное напряжение	0	0
	Умственная отсталость	0	0
4	Эмоционально-коммуникативный ресурс		
	Тревога по отношению к взрослым	2 чел. (4%)	2 чел. (2,8%)
	Враждебность по отношению к взрослым	2 чел. (4%)	1 чел. (1,4%)
	Тревога по отношению к детям	2 чел. (4%)	4 чел. (5,7%)
	Враждебность к детям	0	0

ность, не отвлекаться на уроке, доводить начатое до конца, адекватно относиться к своим ошибкам и др.

Соотношение мотивов, выявленное у испытуемых школьников, вполне соответствует этапу их возрастного развития (табл. 2).

Таблица 2

Соотношение выборов мотивов учащимися 3-х и 2-х классов

Мотив	% учеников, выбравших мотив	
	3-е классы	2-е классы
Учебный	16	19,6
Игровой	21	17,9
Взрослости	8	12,5
Нежелания учиться	2	0
Социальный	33	19,6
Успеха	19	30,4

При этом следует отметить, что внешний мотив у детей данной группы не проявился. Это означает, что обучение в школе протекает без давления взрослых, и развитие школьников происходит на основе самоуправления и саморегуляции. Следуя Вильяму Штерну [9], идет самоопределение школьников данной группы, их психическое развитие, понимаемое как саморазвитие, саморазвертывание имеющихся у человека природных данных. Ориентация на игровую деятельность (в нашем случае ярко проявилась у 21% третьеклассников и у 17,9% второклассников) способствует развитию врожденных качеств.

Опираясь на теорию конвергенции В. Штерна, другим важнейшим фактором психического развития выступает среда. Высокие показатели социального мотива (выявились у 33% детей 3-х классов и у 19,6 % учеников 2-х классов) свидетельствуют о благоприятной атмосфере школьной среды, поскольку содержание игр задается средой и в данном случае помогает реализации заложенных в детях не только врожденных инстинктов, но и их социализации (К. Гросс) [6]. При этом, согласно Ф. Бойтендайку [7], игры являются детской потребностью реализовать основные черты характера, свойственные растущему организму и обусловленные постепенным созреванием его нервно-психических структур.

Мотив нежелания учиться выявился только в двух случаях в 3-х классах, при этом в одном из них — в сочетании с ярко выраженным мотивом успеха, а во втором — в сочетании с доминирующим игровым мотивом. В первом случае можно надеяться на положительное изменение в формировании мотива учения, а во втором проявляется инфантильность, нежелание взросления.

Здесь уместно заметить, что для формирования мотивов учения важно осознание их школьником. Как известно, для этого необходимы школьные условия, позволяющие ребенку и побуждающие его к проявлению своих внутренних побуждений. О благоприятных условиях в данном контексте свидетельствует выявленное состояние среднего ресурса адаптации младших школьников.

Исходя из изложенного, можно утверждать, что в данной группе существуют явная и скрытая тенденции формирования мотивации учения. Это подкрепляется также мотивом успеха, проявившимся у 19% третьеклассников и 30,4% учеников 2-х классов.

Обобщая, можно заключить, что формирование мотива учения при освоении новых Федеральных государственных образовательных стандартов (ФГОС) проходит в условиях здоровьесбережения весьма успешно у 85% третьеклассников и 88% второклассников.

Анализ результатов освоения образования школьниками 3-х и 2-х классов показал отсутствие неуспевающих учеников. При этом успеваемость достаточно высокая (табл. 3).

Таблица 3

Успеваемость

% учащихся	Оценки		
	3 и 4	4 и 5	Все 5
3-и классы	7,7	72,3	20
2-е классы	19,6	66,7	13,7

Данные таблицы 3 свидетельствуют что 80,4% второклассников и 92,3% третьеклассников учатся без троек. Причем, например, в 3-х классах почти половина «хорошистов» имеют по 1–2 четверки, а среди тех, кто учится с тройками, 30% учеников имеют по 1–2 тройки. Это указывает на то, что школьники 2-х и 3-х классов успешно справляются с учением в условиях новых ФГОС.

В расширенном объеме результаты исследования, фрагменты которого приведены в данной статье, обсуждались на общегородском фестивале инновационных педагогических идей «Стратегия будущего». Единодушное мнение педагогов-практиков состояло в том, что именно здоровьесберегающая школьная среда выступает мощным фактором, обеспечивающим высокий уровень адаптации младших школьников к требованиям современных ФГОС и обуславливает успешные результаты обучения.

ЛИТЕРАТУРА

1. Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте. М., 1968.
2. Голованова Н. Ф. Проблема здоровой личности в контексте педагогики. / Здоровая личность / Под ред. Г. С. Никифорова. СПб.: Речь, 2013.
3. Проективная методика для диагностики школьной тревожности (А. М. Прихожан) // Диагностика эмоционально-нравственного развития / Ред. и сост. Дерманова И. Б. СПб., 2002. С. 47–60.
4. Психодиагностика в системе саногенетического мониторинга / В. В. Семикин, А. Н. Кошелева, И. М. Богдановская, Ю. Л. Проект, В. Ф. Луговая, Д. М. Абдульманова. СПб., 2011. 224 с.
5. Психологос: Энциклопедия практической психологии // http://www.psychologos.ru/articles/view/psihologicheskoe_zdorove (Дата обращения 10.12.2013).
6. Сапогова Е. Е. Психология развития человека. М.: Аспект пресс, 2001.
7. Теория игры // Большая психологическая энциклопедия <http://psychology.academic.ru> (Дата обращения 10.12.2013).
8. Устав (Конституция) Всемирной организации здравоохранения.
9. Штерн В. Дифференциальная психология / Пер. с нем. М.: Наука, 1998.

Ю. В. Макаров

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ТЕХНОЛОГИЗАЦИЯ ТРЕНИНГОВ

Социально-психологическая технологизация тренингов представляет собой одно из новых направлений практической социальной психологии и является составной частью единого, целостного процесса технологизации, охватившего все сферы нашего общества: социальную, экономическую, политическую и самого человека.

Возникновение данной проблемы обусловлено, с одной стороны, бурным развитием технологий, в том числе в сфере человеческих отношений, с другой — недостаточным уровнем развития той области практической социальной психологии, которая связана с формами и методами технологического обеспечения психологических тренингов.

О сущности технологизации социальных процессов говорится в работе Л. В. Тарасовой [19. С. 100].

В диссертации В. Н. Воронина отмечается, что «...все более усиливается тенденция технологизации обучения» [3. С. 15].

В диссертационном исследовании А. В. Платоновой раскрываются различные аспекты технологизации педагогического процесса, автор, в частности, констатирует, что «...попытки целенаправленной технологизации педагогического процесса стали реализовываться в середине XX века» [11. С. 39].