

УДК 373.5:371.72**Формирование безопасного образа жизни и ценностного отношения к здоровью у школьников в процессе изучения курса «Основы безопасности и защиты родины»****Сафонова Виктория Юрьевна**

Доктор биологических наук, профессор,
Кафедра безопасности жизнедеятельности,
физической культуры и методики преподавания БЖД,
Оренбургский государственный педагогический университет,
460014, Российская Федерация, Оренбург, ул. Советская, 19
e-mail: viktoriasafonova@bk.ru

Корнева Ирина Николаевна

Кандидат медицинских наук, доцент,
Кафедра безопасности жизнедеятельности,
физической культуры и методики преподавания БЖД,
Оренбургский государственный педагогический университет,
460014, Российская Федерация, Оренбург, ул. Советская, 19;
e-mail: ira-orsk@mail.ru

Суздалева Алла Михайловна

Старший преподаватель,
Кафедра безопасности жизнедеятельности,
физической культуры и методики преподавания БЖД,
Оренбургский государственный педагогический университет,
460014, Российская Федерация, Оренбург, ул. Советская, 19;
e-mail: suzdalla@mail.ru

Аннотация

В статье рассматриваются вопросы формирования безопасного образа жизни и ценностного отношения к здоровью у обучающихся общеобразовательной организации при изучении основ медицинских знаний в процессе освоения предмета «Основы безопасности и защиты Родины». Выявлены и обоснованы условия формирования безопасного образа жизни и ценностного отношения к здоровью в рамках курса основы безопасности и защиты Родины. В ходе педагогического эксперимента доказана эффективность выявленных педагогических условий, включающих применение разнообразных активности: интерактивные семинары, мастер-классы и практические занятия, участие в оздоровительных мероприятиях, конкурсах, ориентированных на раскрытие темы здоровья. Показано, что для повышения эффективности формирования безопасного образа жизни и ценностного отношения к здоровью необходимо

акцентировать внимание на здоровье как фундаменте успешности в жизни, личностного роста и достижения целей.

Для цитирования в научных исследованиях

Сафонова В.Ю., Корнева И.Н., Суздалева А.М. Формирование безопасного образа жизни и ценностного отношения к здоровью у школьников в процессе изучения курса «Основы безопасности и защиты Родины» // Педагогический журнал. 2025. Т. 15. № 3А. С. 14-22.

Ключевые слова

Педагогические условия, обучающиеся, безопасный образ жизни, ценностное отношение, здоровье.

Введение

В соответствии с требованиями ФГОС приоритетным направлением деятельности образовательной организации является формирование культуры здорового и безопасного образа жизни у школьников. В общеобразовательной организации, как правило, понятие о безопасном образе жизни даются в ходе изучения предмета основы безопасности жизнедеятельности и носят декларируемый характер, при этом может быть потеряна сама мотивация к сохранению как своего здоровья, так и собственно своей жизни. Действующие образовательные стандарты подчеркивают необходимость укрепления здоровья учащихся. Следовательно, обязанности обучающихся в заботе о своем здоровье подкреплены духовно-нравственным воспитанием и сотрудничеством всех участников образовательного процесса, основанным на традиционных отечественных ценностях. Поступая в школу, ребенок приобретает не только права, но и обязанности. Забота о своем здоровье, стремление к нравственному и физическому развитию — важная составляющая образовательного процесса, которой необходимо уделять больше внимания.

Анализируя научно-методическую литературу по теме формирования безопасного образа жизни и ценностного отношения к здоровью у обучающихся мы выявили противоречия между потребностями общества и государства в подрастающем поколении, владеющим навыками безопасного и здорового образа жизни и недостаточно разработанными формами и методами педагогической работы, необходимыми для реализации в общеобразовательных организациях [Бриленок, 2019, 230 с].

В связи с актуальностью исследуемой проблемы нами была определена цель и поставлены задачи экспериментальной работы. Целью исследования было выявить эффективные методы по формированию безопасного образа жизни и ценностного отношения к собственному здоровью у обучающихся, а также реализация этих методов в рамках раздела «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» при изучении предмета основы безопасности и защиты Родины. Исследование проводилось на базах общеобразовательных организаций г.Оренбурга, количество респондентов – 186 человек.

Научная новизна исследования заключается в том, что данная проблема рассмотрена с позиции содержания новой предметной области «Основы безопасности и защиты Родины» и актуализации формирования безопасного поведения и ценностного отношения к здоровью школьников.

Теоретическая значимость проведенной работы определяется тем, что был осуществлен комплексный анализ направлений формирования безопасного образа жизни обучающихся, конкретизировано понятие «ценностное отношение к здоровью».

Практическая ценность исследования подтверждается возможностью систематизации теоретических и практических знаний в области формирования безопасного поведения и ценностного отношения к здоровью школьников в курсе основ безопасности и защиты Родины для повышения эффективности достижения предметных, метапредметных и личностных результатов обучения. Результаты исследования могут быть использованы в ходе подготовки студентов-бакалавров высших учебных заведений.

Степень изученности проблемы исследования. Вопросами гигиены детей и подростков как частью комплексного подхода к здоровьесбережению занимались такие авторы, как И. Арнольди, М.В. Антропова, А.О. Василенко, Н.Ф. Петрова, П. Семенченко, С.П. Шишкунов и другие. Психологические, социальные и духовные аспекты здоровья раскрыты в трудах О.Ф. Алексеева, Б.Г. Ананьева, А.Г. Асмолова, Л.И. Божович, Б.С. Херсонской, Е.В. Гуровой, И.А. Зимней, Л.П. Ильченко, Н.В. Кузьминой, О.А. Кухтарева. Вопросы формирования здоровьесберегающей компетентности и физического благополучия учащихся общеобразовательных школ освещены в исследованиях В.Х.Аюбова, М.Е. Карамурзина, О.А. Ногаец, И.Р. Тарасенко и других специалистов.

Основное содержание

Тема о здоровье подрастающего поколения актуальна как никогда и в современных реалиях становится особенно важной. Несмотря на то, что учебно-воспитательный процесс в общеобразовательных организациях проводится в соответствии с нормами СанПина, проводятся оздоровительные мероприятия в школах, состояние здоровья современных детей вызывает серьезные опасения и тревогу общественности, а также специалистов из различных областей знания. Показатели диспансеризации детей свидетельствуют об ухудшении здоровья школьников, как в физическом плане, так и в психологическом и социальном [Корнева, 2024, 159 с.].

Мы исходили из того, что формирование безопасного образа жизни напрямую связано с ведением здорового образа жизни и ценностным отношением к здоровьюи эту работу необходимо вести по нескольким направлениям.Под формированием ценностного отношения к здоровью у обучающихся будем понимать процесс целенаправленного педагогического воздействия на обучающегося с целью развития у него качества личности, которое обуславливает здоровый образ жизни и выступает решающим фактором в сохранении и укреплении его здоровья.

В формировании ценностного отношения к здоровью выделяются такие аспекты: признание здоровья как социальной, культурной, личной и духовной ценности; интерес к своему состоянию как важному фактору для полноценной самореализации; улучшение здоровья как способ создания новой ценности через саморазвитие; выбор адекватных методов для поддержания и укрепления здоровья; предотвращение вредных зависимостей [Бачинин, 2020, 110 с.].

Первое направление должно быть связано с такой организацией педагогического процесса, где педагогические условия будут способствовать становлению безопасной и комфортной

обстановки в школе. Весь учебно-воспитательный процесс должен соответствовать санитарно-гигиеническим нормам, что будет стимулировать всестороннее развитие личности школьника, а также приобретению им достаточно высокого уровня знаний и умений по здоровому и безопасному образу жизни. Проведение самих уроков предполагает использование различных инновационных форм и методов работы, которые будут стимулировать когнитивные способности ученика и мотивировать их к обучению, при этом само обучение надо организовать интересно, меняя формы взаимодействия и ставя перед школьниками посильные задачи, предлагая самим ученикам вступать в процесс объяснения нового материала, работать в парах, микрогруппах. Применяя исследовательскую деятельность, а также работу над созданием и разработкой проекта педагоги способствуют большей эффективности в плане получения новых знаний.

Согласно второму направлению необходимо постоянно проводить со школьниками оздоровительную и воспитательную работу по повышению физической активности, так как, обучающиеся испытывают проблемы с двигательной активностью, прослеживается тенденция гиподинамии, что негативно сказывается на показателях их здоровья. Педагоги должны уделять внимание организации на уроках подвижной деятельности, использовать здоровьесберегающие формы работы, обязательно делать разминки и перерывы в течении урока, таких оздоравливающих методик имеется достаточно много, но они имеют прямое отношение к сохранению здоровья школьников урочной деятельности и помогают снять напряженные для организма нагрузки.

Модуль «Основы медицинских знаний. Оказание первой помощи» предназначен для подготовки школьников по вопросам здоровья подрастающего поколения и обучения навыкам оказания первой помощи пострадавшим. При этом, обучающиеся должны освоить смысл понятий «здоровье» и «здоровый образ жизни», понятие «первая помощь» и обязанность по ее оказанию, а также освоить универсальный алгоритм оказания первой помощи, знать назначение и состав аптечки первой помощи, порядок действий при оказании первой помощи в различных ситуациях, а также уметь оказывать психологическую поддержку пострадавшему [Сафонова, 2017, 158 с.].

Личная значимость здоровья, которая сочетается с его общественной ценностью, создает оптимальную мотивационную основу для формирования устойчивых и здоровых привычек. Такое единство интересов личности и общества способствует более эффективному достижению целей, связанных со здоровьем, и поддержанию баланса между индивидуальными и коллективными потребностями [Смирнов, 2008, 220 с.].

Была разработана и апробирована программа внеурочных мероприятий с пятиклассниками экспериментального класса. Программа рассчитана на 32 часа. Программа предполагала использование широкого спектра средств внеурочной деятельности. Предлагаемый комплекс внеурочных мероприятий основан на ключевых ценностях российского общества, таких как здоровье человека и здоровый, безопасный образ жизни. Эти мероприятия направлены на воспитание осознанного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих, а также на формирование навыков, необходимых для поддержания здоровья в различных условиях.

Программа внеурочной деятельности, включающая эффективные методы работы во внеурочной форме организации учебно-воспитательного процесса и опиралась на выявленные педагогические условия: формирование у обучающихся устойчивой мотивации к постановке жизненных целей, которые учитывают и подчеркивают важность здоровья как ключевого

ресурса; расширение теоретических представлений обучающихся о здоровье и здоровом образе жизни; организация деятельности обучающихся, направленной на сохранение здоровья с учетом принципов здорового образа жизни.

Учащиеся экспериментальной группы учились проектировать собственный здоровый образ жизни, адаптируя знания и умения к разным ситуациям и требованиям современной жизни. Кроме того, мероприятия нацелены на развитие внутренней мотивации к самообразованию в области здоровья. Школьники узнают о современных подходах к здоровому питанию, безопасности физических упражнений, управления стрессом и других аспектах, которые способствуют укреплению как физического, так и ментального благополучия. Разнообразные активности, включая интерактивные семинары, мастер-классы и практические занятия, позволяют соединить теоретические знания с практикой. Такой подход помогает привить устойчивые привычки и создать позитивное отношение к заботе о своем здоровье.

В рамках исследования были использованы следующие диагностические методики: 1) тестирование с целью выявления уровня знаний об основных вредных и опасных факторах жизнедеятельности и способах их преодоления (А.П.Чернявская); 2) методика «Гармоничность образа жизни школьников» (Н.С. Гаркуша) [Гаркуша, 2012, 18]; 3) педагогическое наблюдение о динамике ценностного отношения подростков к своему здоровью.

Уровень знаний об основных вредных и опасных факторах жизнедеятельности у учащихся контрольной и экспериментальной группы на констатирующем и контрольном этапах представлен в таблице 1.

Таблица 1 -Уровень знаний об основных вредных и опасных факторах жизнедеятельности у учащихся контрольной и экспериментальной группы на констатирующем и контрольном этапах (%)

Уровень	Констатирующий этап		ФЭМ	Контрольный этап		ФЭМ
	Эксп. гр.	Контр. гр.		Эксп. гр.	Контр. гр.	
Высокий	23,7	28,0	0,67	48,4	32,3	2,25*
Средний	32,3	36,6	0,64	39,8	44,1	0,44
Низкий	28,0	23,7	0,69	7,9	16,1	1,85*
Очень низкий	16,0	11,7	0,85	3,9	7,5	0,93

Примечание: * $\phi_{эмп} > \phi_{кр}(1,64)$, $p \leq 0,05$

На рисунке 1 представлен уровень гармоничности образа жизни обучающихся общеобразовательной организации. После формирующего воздействия высокий уровень гармоничности определяется у 38,7 % школьников, следовательно они самостоятельно овладевают навыками здоровьесбережения и безопасного образа жизни, и активно используют приобретенные навыки и знания в повседневной жизни.

На рисунке 2 представлен интегративный показатель, характеризующий уровень развития ценностного отношения к здоровью у обучающихся общеобразовательной организации на констатирующем и контрольном этапе эксперимента.

Анализ данных, представленных на рисунке 2, демонстрирует положительную динамику в экспериментальной группе по сравнению с контрольной. Доля учеников с высоким уровнем сформированности ценностного отношения к здоровью в экспериментальной группе достигла 44% на заключительном этапе исследования. Это на 8,4% превышает аналогичный показатель

в контрольной группе. У 45,2% обучающихся в экспериментальной группе был зафиксирован средний уровень. В контрольной группе доля учеников со средним уровнем составила 35,4%.

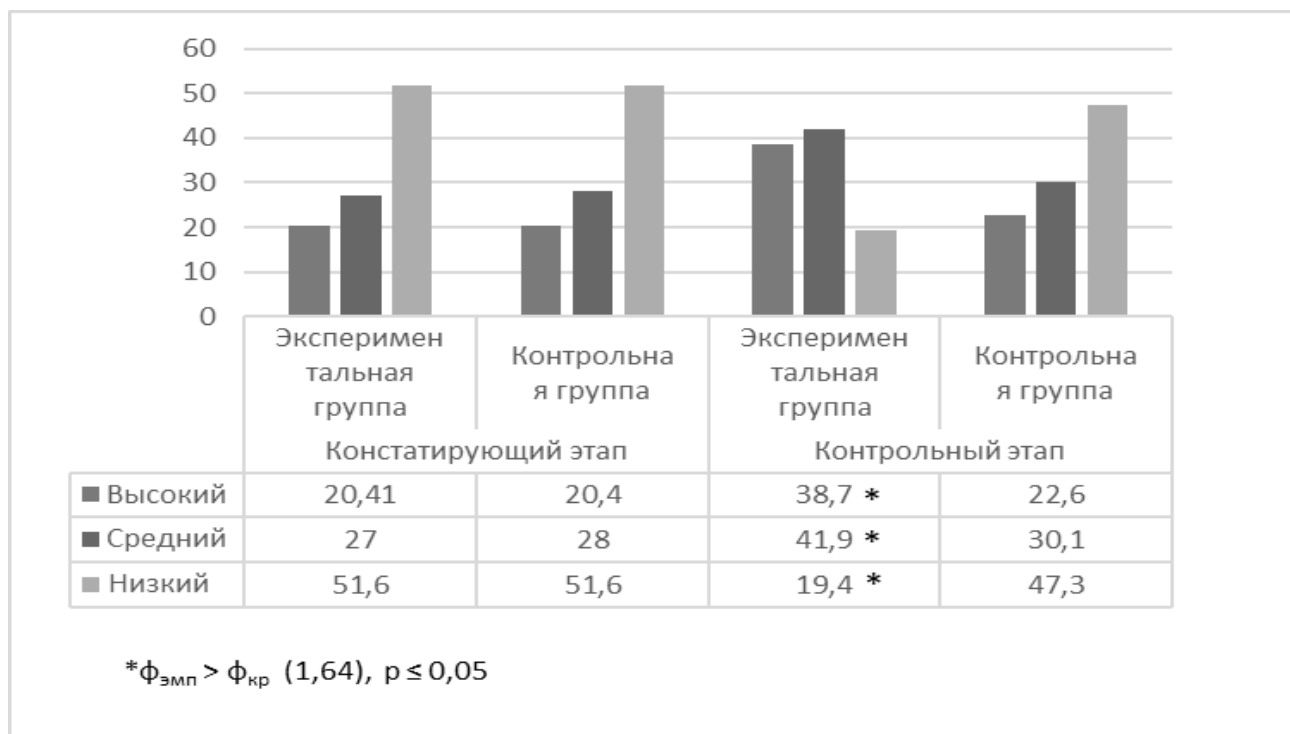


Рисунок 1 – Уровень гармоничности образа жизни обучающихся общеобразовательной организации

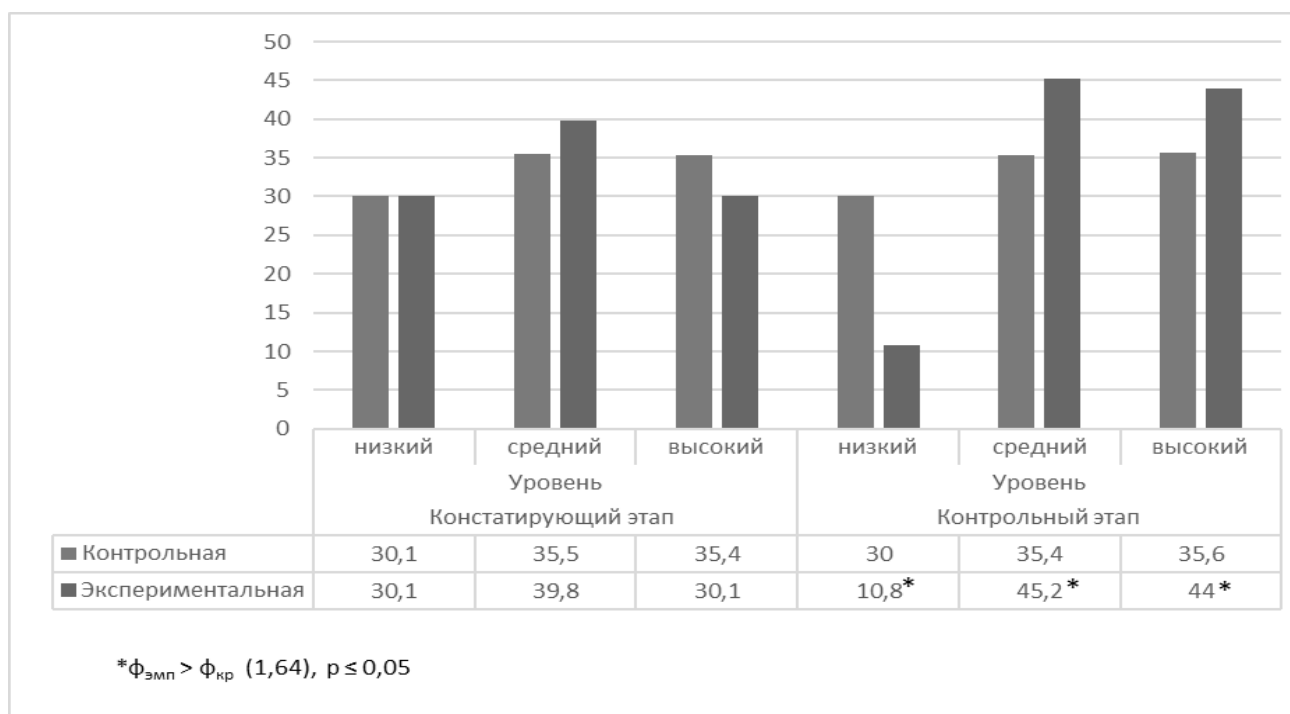


Рисунок 2 – Анализ интегративного показателя сформированности ценностного отношения к здоровью у обучающихся на констатирующем и контрольном этапе

Заключение

Проведение уроков с использованием инновационных форм и методов обучения, а именно проектной деятельности будет способствовать мотивации к активной жизненной позиции по вопросам ведения безопасного образа жизни.

Анализ интегративного показателя сформированности ценностного отношения к здоровью у обучающихся на контрольном этапе показал положительную динамику в экспериментальной группе.

Таким образом, для повышения эффективности формирования безопасного образа жизни и ценностного отношения к здоровью необходимо акцентировать внимание на здоровье как фундаменте успешности в жизни, личностного роста и достижения целей. Организовывать интерактивные занятия, тренинги и встречи со специалистами для глубокого понимания важности здоровья. Обеспечивать актуальной информацией о безопасном и здоровом образе жизни, вовлекать обучающихся в оздоровительные мероприятия и конкурсы и другие формы активности.

Библиография

1. Бачинин, И. В. Формирование ценностного отношения к здоровью у обучающихся в процессе духовно-нравственного воспитания / И. В. Бачинин, Е. Н. Бородина, С. Т. Погорелов // Педагогическое образование в России. – 2020. – № 3. – С. 105-114.
2. Бриленок, Н. Б. Педагогическое сопровождение становления здорового образа жизни у обучающихся / Н. Б. Бриленок. – Саратов: Издательство Саратовского университета, 2019. – 290 с.
3. Гаркуша, Н. С. Воспитание культуры здоровья современных школьников: проблемы и пути их решения: монография / Н. С. Гаркуша. – Челябинск: Центр Научного Сотрудничества, 2012. – 188 с.
4. Корнева, И. Н. Педагогические условия формирования у обучающихся здорового и безопасного образа жизни / И. Н. Корнева // Территория спорта, здоровья и безопасности жизнедеятельности: сборник статей к VI Международному научно-практическому форуму, Оренбург, 21–23 марта 2024 года. – Оренбург: Экспресс-печать, 2024. – С. 158-160.
5. Сафонова, В. Ю. Формирование ценностных ориентаций обучающихся в условиях информационного общества / В. Ю. Сафонова // Образование и личность: методологические и прикладные основания : Электронный сборник статей к Международной научно-практической конференции, Оренбург, 21 ноября. – Оренбург: Оренбургский государственный педагогический университет, 2017. – С.292-294.
6. Смирнов, Н. К. Руководство по здоровьесберегающей педагогике. Технологии здоровьесберегающего образования. – Москва: АРКТИ, 2008. – 282 с.

Formation of safe lifestyle and value-based attitude towards health among schoolchildren in the course “Fundamentals of safety and homeland defense”

Viktoriya Yu. Safonova

Doctor of Biological Sciences,
Professor,

Department of Life Safety, Physical Education and Life Safety Teaching Methodology,
Orenburg State Pedagogical University,

460014, 19, Sovetskaya str., Orenburg, Russian Federation;

e-mail: viktoriasafonova@bk.ru

Irina N. Korneva

PhD in Medical Sciences,
Associate Professor,
Department of Life Safety, Physical Education and Life Safety Teaching Methodology,
Orenburg State Pedagogical University,
460014, 19, Sovetskaya str., Orenburg, Russian Federation;
e-mail: ira-orisk@mail.ru

Alla M. Suzdaleva

Senior Lecturer,
Department of Life Safety, Physical Education and Life Safety Teaching Methodology,
Orenburg State Pedagogical University,
460014, 19, Sovetskaya str., Orenburg, Russian Federation;
e-mail: suzdalla@mail.ru

Abstract

The article discusses the issues of forming a safe lifestyle and a value-based attitude to health among students of a general education organization while studying the basics of medical knowledge in the process of mastering the subject "Fundamentals of safety and protection of the Motherland". The conditions for the formation of a safe lifestyle and a value-based attitude to health within the framework of the fundamentals of Homeland security and protection course have been identified and substantiated. During the pedagogical experiment, the effectiveness of the identified pedagogical conditions was proved, including the use of a variety of activities: interactive seminars, master classes and practical exercises, participation in wellness events, competitions focused on the disclosure of the topic of health. It is shown that in order to increase the effectiveness of forming a safe lifestyle and value-based attitude to health, it is necessary to focus on health as the foundation of success in life, personal growth and achievement of goals.

For citation

Safonova V.Yu., Korneva I.N., Suzdaleva A.M. (2025) Formirovanie bezopasnogo obraza zhizni i tsennostnogo otnosheniya k zdorov'yu u shkolnikov v protsesse izucheniya kursa "Osnovy bezopasnosti i zashchity Rodiny" [Formation of Safe Lifestyle and Value-Based Attitude Towards Health Among Schoolchildren in the Course "Fundamentals of Safety and Homeland Defense"]. *Pedagogicheskii zhurnal* [Pedagogical Journal], 15 (3A), pp. 14-22.

Keywords

Pedagogical conditions, students, safe lifestyle, value attitude, health.

References

1. Bachinin, I. V. (2020) The formation of a value attitude to health among students in the process of spiritual and moral education / I. V. Bachinin, E. N. Borodina, S. T. Pogorelov // *Pedagogical education in Russia*, No. 3, pp. 105-114.
2. Brilenok, N. B. (2019) *Pedagogical support for the formation of a healthy lifestyle among students* Saratov University Press, 290 p.
3. Garkusha, N. S. (2012) *Education of the health culture of modern schoolchildren: problems and ways to solve them: a monograph* / N. S. Garkusha. Chelyabinsk: Center for Scientific Cooperation, 188 p.

-
4. Korneva, I. N. (2024) Pedagogical conditions for the formation of a healthy and safe lifestyle among students / I.N. Korneva // The territory of sports, health and life safety: collection of articles for the VI International Scientific and Practical Forum, Orenburg, March 21-23, 2024. Orenburg: Express-print, pp. 158-160.
 5. Safonova, V. Y. (2017) Formation of students' value orientations in the information society/ V. Y. Safonova // Education and personality: methodological and applied foundations : Electronic collection of articles for the International Scientific and Practical Conference, Orenburg, November 21. Orenburg: Orenburg State Pedagogical University, 292-294.
 6. Smirnov, N. K. (2008) Guidelines for health-saving pedagogy. Technologies of health-saving education.–Moscow: -282 p.