

УДК 371.01:378

## КРИТЕРИИ И ПОКАЗАТЕЛИ ПСИХОЛОГО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ОЦЕНКИ БЕЗОПАСНОСТИ И ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ В СИСТЕМЕ «ВУЗ – ШКОЛА»

**Тюмасева З.И., Валеева Г.В., Орехова И.Л., Романова Е.А.**

*ФГБОУ ВПО «Челябинский государственный педагогический университет», Челябинск,  
e-mail: zit@cspu.ru*

Статья посвящена безопасному и здоровьесберегающему пространству «вуз – школа» как необходимому условию профессионального становления студентов педагогического вуза. Образовательная среда рассматривается авторами как искусственная система, которая целенаправленно воздействует на личность, поэтому ключевым показателем безопасности такой среды является здоровье субъектов образования. Дается характеристика составляющих безопасной и здоровьесберегающей образовательной среды. Приведены критерии психолого-оздоровительных показателей для ее оценки. Поскольку именно здоровье, как устойчивое системное качество, отображает постоянное изменение, обновление изучаемой системы, то именно исследование показателей здоровья и адаптации к образовательной среде положено в основу данной работы. Обобщены результаты многолетних исследований сотрудников кафедры по изучению объективной и субъективной составляющих здоровья студентов и разработке программ подготовки студентов к оздоровительной работе в образовательных учреждениях. В статье также приведены компоненты психологической готовности будущих учителей к оздоровительной деятельности в школе, а именно – психофизический, психоэмоциональный, когнитивный и ценностно-мотивационный.

**Ключевые слова:** безопасность, здоровьесбережение, образовательная среда, психологическая готовность, субъект образования, оздоровительная деятельность

## PSYCHOLOGICAL HEALTH-IMPROVING CRITERIA AND RATES WHICH CHARACTERIZED SAFETY AND HEALTH PROTECTION OF EDUCATIONAL MILIEU IN THE SYSTEM «UNIVERSITY – SCHOOL»

**Tyumaseva Z.I., Valeeva G.V., Orehova I.L., Romanova E.A.**

*FGBOU VPO «Chelyabinsk State Pedagogical University», Chelyabinsk, e-mail: zit@cspu.ru*

The article is devoted to the space of health-safe and «higher education institution – School» as a requisite condition professional formation of students of pedagogical high school. The educational milieu is considered by the authors as an artificial system that provides meaningful impact, therefore, a key indicator of the safety of such an environment is a health education subjects. Presents a description of the components for health-safe and educational milieu. The criteria of psychological and health wellness indicators for evaluation are considered. Since it is health as a stable system quality that displays a permanent change, update the system being studied, so it is the study of health and adaptation to the educational milieu were put in the basis of this work. Have been summarizes the results many years of research, performed by employees of the Department to study the objective and subjective components of students health and development of programs preparing students for health improvement work in educational institutions. The article also shows the components of psychological readiness of the future teachers for health improvement work and upbringing activities at school, – the psychophysical, psycho-emotional, cognitive and value-motivational

**Keywords:** safety, health-protection, educational milieu, mental set, the subject of education, recreational activity

Создание безопасного и здоровьесберегающего пространства «вуз – школа» как условия профессионального становления студентов представляет собой научно обоснованную совокупность взглядов на цели, задачи, принципы проектирования безопасной и здоровьесберегающей среды конкретной образовательной организации и является одним из важнейших факторов психологической готовности будущих учителей к оздоровительной деятельности и обучению навыкам здорового и безопасного образа жизни подрастающего поколения России. *Образовательной средой* будем называть совокупность субъективных и объективных образовательных факторов (объектов, явлений, условий, причин, движущих силы обучения, вос-

питания и развития), которые прямо или косвенно воздействуют на определенную личность (группу субъектов образования) – в режиме обучения, воспитания и развития [15]. Обучение, воспитание и развитие – взаимообусловленные, взаимосвязанные и взаимопроникающие педагогические явления. Они интегрируются в комплексный процесс образования, который носит субъективный характер. В этой связи субъективные факторы при создании образовательной среды имеют решающее значение.

Поскольку никакая материальная система не может существовать вне определенной среды или надсистемы, человек как субъект образования может находиться только в условиях образователь-

ной среды. Система «образовательная среда – субъект образования» является динамической: в ней развиваются все ее основные подсистемы – образовательная среда и субъекты образования (ученики, учителя и родители). Коадаптация образовательной среды и субъектов образования обусловливается их динамической целостностью и устойчивым целенаправленным альтернативным развитием. Системный подход рассматривает совокупность явлений как многоуровневую систему, дифференцируемую в подсистемы, каждая из которых имеет вертикальную структуру. Образовательная среда является искусственной системой и создается людьми для целенаправленного воздействия на личность, поэтому ключевым показателем безопасности такой среды является здоровье субъектов образования, включающее физическую, психическую и социальную составляющие [14]. Теоретико-методологическую основу нашего исследования составили *научные взгляды в области оздоровительной деятельности* З.И. Тюмасевой [13–15], И.Л. Ореховой [7; 9], рассматривающих здоровье и оздоровительную деятельность в педагогическом аспекте; а также понимание психологических аспектов здоровья Г.С. Никифорова и его коллег [10], О.С. Васильевой, Ф.Р. Филатова [5], интегрирующих психологические особенности человека и способы его внешних проявлений в единое целое в контексте социальных норм и ценностей, освоение которых позволяет человеку успешно ориентироваться в социокультурном пространстве.

В современных исследованиях здоровье рассматривается как сложный многомерный феномен. По мнению Н.Ф. Реймерса, здоровье человека представляет собой систему, состоящую из трех взаимосвязанных благополучий: физического, духовного, социального. Согласно нашей точке зрения, здоровье человека связано со средой его обитания и жизнеобеспечения, поэтому наиболее существенными для данного исследования являются те определения понятия «здоровье», в которых выражена закономерная зависимость достижения благополучия человека от его адаптационных возможностей и условий окружающей среды жизнедеятельности, в данном случае образовательной среды. Мы согласны с теми учеными, которые рассматривают здоровье как устойчивое системное качество, отображающее постоянное изменение, обновление соответствующей системы. В нашем случае мы используем определение З.И. Тюмасе-

вой, согласно которой здоровьем человека как самоорганизующейся, динамической системы называется равновесие между адаптационными возможностями организма и постоянно меняющимися условиями образовательной среды [13].

Образовательная среда, так же, как и здоровье, предполагает интеграцию физической, психической и социальной составляющих, что легло в основу созданной нами системы критериально-уровневого оценивания ее безопасности (табл. 1).

Мы рассматриваем характеристики составляющих безопасной образовательной среды в динамике, так как эта среда (как экологическое понятие) и субъект образования находятся в постоянном естественном изменении. Характеристикой физического показателя безопасности образовательной среды выступают динамика объективных и субъективных характеристик физической составляющей здоровья субъектов образования, а также динамика уровня реализации санитарно-гигиенических требований к образовательной среде.

В качестве показателей здоровья субъекта образования мы выделили динамику умственной продуктивности, что позволяет сделать вывод об уровне истощаемости нервной системы человека с точки зрения высшей нервной деятельности. На основе динамики соотношения антропометрических данных и данных об адаптивности сердечно-сосудистой системы мы определяем динамику уровня здоровья (методика «Экспресс-оценка уровня физического здоровья (по Г.Л. Апанасенко, Р.Г. Науменко) [1]; методика «Оценка адаптационно-приспособительной деятельности организма» по Р.М. Баевскому [2]). В педагогическом эксперименте приняли участие студенты первого – пятого курсов восьми факультетов ЧГПУ, всего 1407 человек (из них 940 девушек и 466 юношей в возрасте от 18 до 22 лет). Анализ полученных данных показал, что самым тяжелым для студентов периодом является второй курс ( $P = 120,6 \pm 23,71$ ;  $p \leq 0,01$ ), что является закономерным проявлением адаптации студентов к обучению в вузе. Положительная динамика умственной продуктивности отмечается к четвертому курсу ( $P = 175,3 \pm 27,5$ ;  $p \leq 0,01$ ), что обеспечивает успешную адаптацию студента к обучению в вузе [11].

Исследование уровня здоровья по Г.Л. Апанасенко и адаптационного потенциала системы кровообращения (индекс здоровья) по Р.М. Баевскому проводится на протяжении 11 лет (с 2004 года) на кафедре безопасности жизнедеятельности

и основ медицинских знаний ЧГПУ. Согласно нашим результатам средние показатели комплексных индексов Г.А. Апанасенко и Р.М. Баевского меняются примерно в одной динамике (рисунок). Однако если рассматривать качественные изменения внутри этих характеристик, то динамика изменений этих показателей будет достаточно сильно отличаться друг от друга. При анализе результатов исследования уровня здоровья (по Г.А. Апанасенко) выяснилось, что уровень здоровья студентов повышается, кроме того происходит уменьшение количества студентов

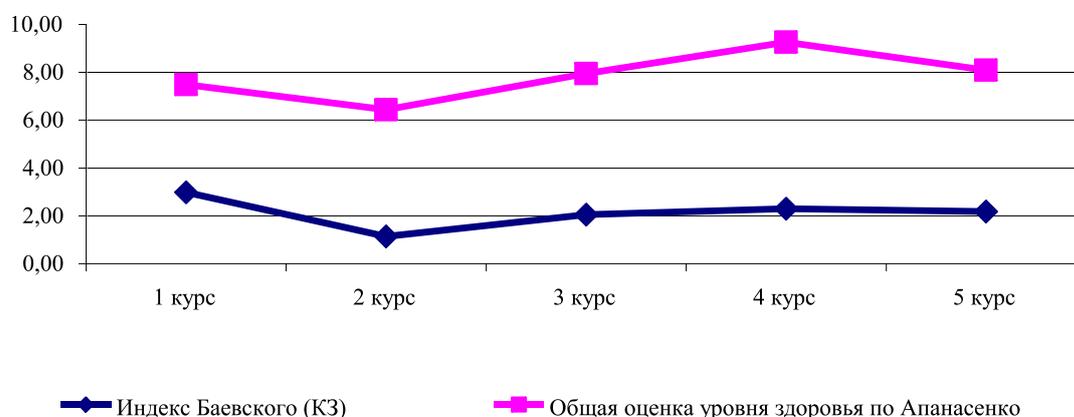
с «опасными уровнями» здоровья (низкий и ниже среднего) и рост группы студентов с «безопасными уровнями» здоровья (средний, выше среднего, высокий). Наши исследования показали, что со второго по пятый курс более чем на 13% выросло количество студентов с безопасным уровнем здоровья (27,78% студентов на 2-ом курсе и 41,67% студентов на 5-ом курсе). Более того, в течение трех лет отмечается положительная динамика уровня здоровья: средний балл по этому показателю меняется с 6,5 балла на втором курсе до 8,9 балла на четвертом курсе (табл. 2).

Таблица 1

Критерии оценки безопасности образовательной среды

Показатели безопасности образовательной среды	Критерии	Характеристики критериев	Методики диагностики характеристик
1	2	3	4
Физический	Физическое состояние	Динамика умственной работоспособности	Корректурная проба «Кольца Ландольта»
		Удовлетворенность физическим состоянием	«Методика оценки удовлетворенности физическим состоянием (модификация опросника Гессенского, адаптированного в психоневрологическом институте им. В.М. Бехтерева)»
		Уровень здоровья	Оценка адаптационно-приспособительной деятельности организма по Р.М. Баевскому Экспресс-оценка уровня физического здоровья (по Г.Л. Апанасенко, Р.Г. Науменко)
	Динамика частоты обращения к врачу. Изменения в структуре заболеваемости (диагнозов). Группа здоровья	Анкета «Уровень потребного напряжения в отношении оздоровительной деятельности» (З.И. Тюмасева, И.Л. Орехова, Г.В. Валеева)	
Санитарно-гигиеническое состояние	Освещенность. Влажность. Температурный режим. Состав воздуха в образовательном помещении. Количество метров на одного обучающегося. Соответствие мебели возрастным особенностям обучающихся. Цветовое оформление образовательного учреждения	СанПиН	
Психический	Готовность к оздоровительной деятельности	Динамика уровня развития психологической готовности к оздоровительной деятельности	Программа комплексной диагностики субъективной составляющей здоровья «Гармония»
		Динамика уровня развития оздоровительных компетенций	Оценка уровня сформированности компетенций (И.Л. Ореховой, З.И. Тюмасевой)

Окончание табл. 1			
1	2	3	4
Социальный	Коллективно-общественный статус субъектов образования	Динамика стрессоустойчивости	Оценка стрессоустойчивости по Холмсу и Раге
		Динамика изменения актуальных потребностей	Тест А. Маслоу «Актуальная потребность»
		Динамика разнообразия референтных групп, в которые включен субъект образования	Анкета «Уровень развития представления об оздоровительной деятельности» (З.И. Тюмасева, И.Л. Орехова)
		Динамика общего количества пропусков занятий. Динамика качественной успеваемости	Педагогический анализ



*Сравнительная динамика показателя уровня здоровья по Г.А. Апанасенко и индекса здоровья по Р.М. Баевскому за пятилетний период обучения в вузе*

**Таблица 2**

Общая оценка уровня здоровья студентов ЧГПУ (по Г.Л. Апанасенко)

Курс	Уровень физического здоровья (%)				
	Низкий (менее 4)	Ниже среднего (5–9)	Средний (10–13)	Выше среднего (14–15)	Высокий (более 15)
1 курс	22,22%	44,44%	22,22%	5,56%	5,56%
2 курс	25,00%	47,22%	19,44%	5,56%	2,78%
3 курс	19,44%	44,44%	25,00%	5,56%	5,56%
4 курс	19,44%	41,67%	25,00%	8,33%	5,56%
5 курс	16,67%	41,67%	27,78%	8,33%	5,56%

Несколько иная картина наблюдается при качественной оценке индекса здоровья по Р.М. Баевскому. Из табл. 3 видно: увеличение среднего балла в основном происходит за счет увеличения группы студентов, имеющих удовлетворительный уровень выраженности индекса здоровья (с 19 человек на 1 курс до 22 – на пятом), причем число

студентов с «неполным» уровнем прогрессивно увеличивается до четвертого курса. Совсем другая ситуация с показателями высокого уровня адапционных резервов (уровни «отличный» и «оптимальный»). Исследования показали тенденцию к снижению количества студентов, которые имеют эти показатели (табл. 1) [12].

Таблица 3

Качественная оценка индекса здоровья студентов ЧГПУ (по Р.М. Баевскому)

Студенты, курс, количество	Уровень выраженности адаптационного потенциала				
	Недостаточный (5 и более)	Неполный (3–3,99)	Удовлетворительный (2–2,99)	Оптимальный (1–1,99)	Отличный (0–0,9)
1 курс (36)	4	3	19	8	2
2 курс (36)	4	5	20	5	2
3 курс (36)	4	7	22	2	1
4 курс (36)	4	9	21	1	1
5 курс (36)	5	8	22	1	0

Таким образом, «плата» за улучшение показателей здоровья слишком высока и не всегда укладывается в адекватную и гармоничную стратегию адаптации организма студентов к образовательной среде вуза. Не происходит наращивания адаптационных резервов организма студентов. Поэтому для увеличения адаптационного потенциала и соответственно расширения адаптационных возможностей студентов необходима специальная эколого-валеологическая подготовка их к оздоровительной деятельности [9].

Динамика частоты обращения к врачу, а также изменений в структуре заболеваемости (диагнозов) студентов Челябинского государственного педагогического университета позволяет сделать вывод об общем состоянии здоровья. Отрицательная динамика по показателю «группа здоровья» является индикатором уровня опасности образовательной среды. Количество студентов, часто болеющих ОРВИ с первого по третий курс обучения, снижается на 30%, однако на 38% увеличивается количество студентов, имеющих ЛОР-заболевания.

Объективные характеристики здоровья не всегда совпадают с удовлетворенностью субъекта образования своим физическим состоянием (субъектные характеристики), поэтому мы исследуем их отдельно, а затем включаем в анализ безопасности образовательной среды на физическом уровне.

В контексте системного подхода субъектный уровень жизнедеятельности человека играет роль интегрирующего звена, объединяющего различные компоненты психики и формы ее организации. Именно поэтому он наиболее значим при создании искусственной среды, в нашем случае образовательной, и наиболее чувствителен к ней. Эмоциональный стереотип поведения человека оказывает влияние на восприятие соматических организменных состояний. Каждое физическое состояние сопровождается субъективным эмоциональным восприятием, а их сумма определяет выражен-

ность субъективных недомоганий, которые регистрируются через удовлетворенность физическим самочувствием. Итак, человек не только привносит в повседневные отношения с окружающими эмоциональный психосоматический фон, но и сам фон является ответной реакцией на воздействие внешней среды, а именно образовательной среды.

Анализ полученных данных в результате проведенного исследования по психофизическому самочувствию (методика Гессенского) студентов 1–3 курсов показал, что одна третья часть студентов первого курса не удовлетворена своим физическим самочувствием. Ко второму курсу количество таких студентов увеличивается до 50%, а к третьему курсу – снижается до уровня первого курса.

На психологическом уровне критерием безопасности образовательной среды выступает готовность к оздоровительной деятельности, выраженная в динамике уровня развития психологической готовности к этой деятельности и динамике уровня сформированности оздоровительных компетенций.

Опираясь на исследования психологической готовности, как состояния (М.И. Дьяченко, Л.А. Кондыбович, А.А. Деркач, В.Ф. Дубяга), и понимания психического состояния по В.К. Сафроновой, а также трактовку оздоровительной деятельности по З.И. Тюмасевой, мы определяем *психологическую готовность будущих учителей к оздоровительной деятельности в общеобразовательных организациях как состояния психологических характеристик субъекта оздоровительной деятельности, обеспечивающие расширение адаптационных возможностей на основе субъект-субъектных отношений и оздоровительных технологий* [3].

Состояния психологических характеристик субъекта оздоровительной деятельности интегрируются в разноуровневые компоненты психологической готовности

будущих учителей к оздоровительной деятельности: психофизический, психоэмоциональный, когнитивный и ценностно-мотивационный. При факторном анализе по методу главных компонент выделены компоненты структуры психологической готовности будущих учителей к оздоровительной деятельности и выявлен их рейтинг: *психоэмоциональный показатель* психологической готовности к оздоровительной деятельности несет в себе наибольшую информативность (20,495%); *когнитивный показатель* – 16,208%; *психофизический показатель* – 12,496%; *ценностно-мотивационный показатель* психологической готовности к оздоровительной деятельности несет в себе 11,915% общей информативности. Наибольшее влияние на процесс развития психологической готовности к оздоровительной деятельности оказывает психоэмоциональный показатель, который определяет активность субъекта в познавательной и оздоровительной деятельности.

*Высокий уровень* психологической готовности к оздоровительной деятельности, и соответственно, к созданию безопасной образовательной среды характеризуется удовлетворенностью состоянием сердечно-сосудистой и костно-мышечной систем, фрустрационной толерантностью, выдержанностью, спокойствием, гибкостью в изменениях, сформированным потребностным напряжением в оздоровительной деятельности и сформированным представлением об оздоровительной деятельности. Преобладают ценности, соответствующие ценностям сформированной готовности к оздоровлению. *Ценности-цели*: развитие, творчество, уверенность в себе, счастье других, здоровье, любовь. *Ценности-средства*: чуткость, жизнерадостность, ответственность, широта взглядов, честность, терпимость к недостаткам других.

*Средний уровень* характеризуется умеренной неудовлетворенностью состоянием сердечно-сосудистой и костно-мышечной систем, тревожностью среднего уровня, склонностью к словесной агрессии либо к тихому сопротивлению, фрустрационной устойчивостью среднего уровня, средней

гибкостью в изменениях; невыраженным потребностным напряжением в оздоровительной деятельности и частично сформированным представлением об оздоровительной деятельности. Преобладают ценности, соответствующие невыраженной готовности к оздоровлению. *Ценности-цели*: деятельная жизнь, интересная работа, мудрость, общественное призвание, познание, максимально полное использование своих возможностей, сил и способностей. *Ценности-средства*: образованность, эффективность в делах, самоконтроль, независимость, рационализм, твердая воля.

Низкий уровень характеризуется сильной неудовлетворенностью состоянием сердечно-сосудистой и костно-мышечной систем, фрустрационной неустойчивостью, агрессивностью, сильным беспокойством, негибкостью в изменениях, несформированностью представления об оздоровительной деятельности и несформированным потребностным напряжением в оздоровительной деятельности. Преобладают ценности, соответствующие ценностям несформированной готовности к оздоровлению. *Ценности-цели*: материально обеспеченная жизнь, наличие хороших и верных друзей, красота природы и искусства, развлечения, свобода, счастливая семейная жизнь. *Ценности-средства*: исполнительность, аккуратность, воспитанность, высокие запросы, непримиримость к недостаткам в себе и других, смелость в отстаивании своего мнения.

Динамика психологической готовности к оздоровительной деятельности исследовалась до и после изучения интерактивной практико-ориентированной «Программы развития психологической готовности к оздоровительной деятельности» (февраль – апрель 2013 г.) [4]. Диагностика осуществлялась при помощи комплексной компьютерной программы «Гармония». Возраст студентов – от 17 до 19 лет. Все участники исследования – девушки. В работе участвовало 29 человек. Анализ данных осуществлялся на основе факторной структуры психологической готовности к оздоровительной деятельности при помощи непараметрического критерия Т-Вилкоксона.

Таблица 4

Динамика психологической готовности будущих учителей к оздоровительной деятельности (интегральный показатель)

Этапы замеров	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
До изучения программы	39% студентов	34% студентов	27% студентов
После изучения программы	46% студентов	34% студентов	20% студентов

Мониторинг показывает, что в результате изучения «Программы развития психологической готовности к оздоровительной деятельности» у 7% будущих учителей повысился уровень психологической готовности к оздоровительной деятельности, то есть снизился уровень дезадаптации и повысился уровень субъективной безопасности образовательной среды для этих студентов.

Результаты исследования позволили установить, что у студентов, меняется уровень развития компонентов психологической готовности:

- по первому – *психоэмоциональному показателю* психологической готовности к оздоровительной деятельности (показатели «тревожность», «фрустрационная напряженность», «истощаемость») дезадаптация статистически значимо снижается ( $p < 0,03(0,023)$ ;  $p < 0,02(0,013)$ ;  $p < 0,01(0,001)$ );

- по второму – *когнитивному показателю* психологической готовности к оздоровительной деятельности статистически значимо повышается уровень сформированности представления студентов о своих возможностях в оздоровительной деятельности ( $p < 0,01(0,000)$ );

- по третьему – *психофизическому показателю* психологической готовности к оздоровительной деятельности («уровень неудовлетворенности состоянием сердечно-сосудистой системы» и «уровень неудовлетворенности состоянием костно-мышечной системы») дезадаптация статистически значимо снижается ( $p < 0,01(0,000;0,002)$ );

- по четвертому *ценностно-мотивационному показателю* психологической готовности студентов к оздоровительной деятельности происходят следующие изменения: выраженность дезадаптации по показателю «агрессия» статистически значимо снижается ( $p < 0,01(0,001)$ ), а уровень сформированности «ценностей-средств», соответствующих сформированной готовности к оздоровительной деятельности, статистически значимо повышается ( $p < 0,03(0,027)$ ).

По всем остальным показателям значимых изменений не обнаружено ( $p > 0,1$  (от 0,488 до 0,715)). После реализации программы развития психологической готовности к оздоровительной деятельности будущие учителя становятся спокойнее, толерантнее к фрустрирующим факторам, более гибкими и работоспособными. Представления о своих возможностях в оздоровительной деятельности у большего числа студентов становятся более целостными и устойчивыми. Студенты более удовлетворены состоянием своей костно-мышеч-

ной и сердечно-сосудистой систем. Для достижения целей они в большей степени выбирают такие средства, как чуткость, жизнерадостность, ответственность, широта взглядов, честность, терпимость к недостаткам других, благодаря чему становятся выдержаннее и миролюбивее. Таким образом, отмечается положительная динамика психофизического, психоэмоционального, когнитивного и ценностного компонента психологической готовности к оздоровительной деятельности, что говорит о субъективной безопасности образовательной среды.

Анализ теории и практики оздоровительной деятельности позволил выделить *оздоровительные компетенции*, формируемые в процессе эколого-валеологической подготовки будущих учителей и обеспечивающие создание безопасной здоровьесберегающей образовательной среды как процесса педагогического взаимодействия: «*владение знаниями о законах и принципах построения безопасной здоровьесберегающей образовательной среды*»; «*способность реализовывать субъект-субъектные отношения*»; «*индивидуальная готовность к ведению здорового образа жизни*»; «*навыки практического использования оздоровительных технологий*» и т.д. [8].

В ходе исследования реализовано последовательное отслеживание, оценивание изменений, развитие эффективности этапной эколого-валеологической подготовки студентов 1–5 курсов к оздоровительной деятельности в образовательных учреждениях. В процессе реализации разработанной нами системы подготовки будущих педагогов получены хорошие результаты: на начальном этапе хорошо подготовленных студентов насчитывалось 39,8%, на итоговом этапе – 81,3%. Отмечается положительная динамика уровня развития оздоровительных компетенций, что говорит о развитии профессионального умения создавать безопасную образовательную среду [9].

На социальном уровне критерием безопасности образовательной среды выступает коллективно-общественный статус субъектов образования, субъективным показателем которого является динамика стрессонапряженности, изменения актуальных потребностей.

Потребности студентов распределены следующим образом: защита и безопасность актуальны для 44% студентов второго курса и 35% – для студентов третьего курса; любовь и принадлежность актуальны для 32% студентов второго курса, и 43% – для студентов третьего курса; самоуважение актуально для 24% студентов второго

курса и 22% – для студентов третьего курса. Невозможность удовлетворить потребность в безопасности, любви, самоуважении, приводит к болезням и разного рода расстройствам, которые принято называть неврозами и психозами. Таким образом, исследования показали, что для 44% студентов второго курса и 35% студентов третьего курса образовательная среда является субъективно опасной. Наблюдаемая положительная динамика говорит о том, что студенты третьего года обучения воспринимают образовательную среду вуза как субъективно безопасную.

Зависимость заболеваний от различных стрессогенных жизненных событий выражается через субъективный показатель «стрессонапряженность». В проведении исследований стрессонапряженности использовалась методика определения стрессонапряженности и социальной адаптации Холмса и Раге.

По результатам исследования, проводимого в течение трех лет, наблюдался рост высокой степени стрессонапряженности студентов (60% студентов первого курса (2010–2011 учебный год), 81% студентов второго курса (2011–2012 учебный год), 80% студентов третьего курса (2012–2013 учебный год)). Данное явление мы рассматриваем как показатель снижения уровня субъективной безопасности образовательной среды. На социальном уровне критерием безопасности образовательной среды выступает коллективно-общественный статус. Объективным показателем его является динамика количества пропусков и качественной успеваемости, динамика разнообразия референтных групп, наличие которой говорит о полноте самореализации человека и соответственно о его социальной адаптивности и защищенности.

В проведении исследований разнообразия референтных групп (авторская анкета «Уровень развития представления об оздоровительной деятельности») приняли участие эти же студенты. Респонденты указывают, что им важна поддержка друзей, семьи, парня / девушки. За время обучения в вузе изменения разнообразия референтных групп не отмечается, что говорит об объективно недостаточной социальной адаптивности и защищенности.

Образовательная среда может быть как объективно опасной (здоровьезатратной) так и объективно безопасной (здоровьесберегающей) для субъекта образования. Субъектом образования образовательная среда может восприниматься как субъективно опасная (здоровьезатратная) так и субъективно безопасная (здоровьесберегающая).

Таким образом, мы можем выделить четыре варианта безопасности/опасности образовательной среды:

1. Субъективно и объективно безопасная (здоровьесберегающая) образовательная среда – «истинная безопасность» (+ +).

2. Субъективно безопасная (здоровьесберегающая), но объективно опасная (здоровьезатратная) образовательная среда – «иллюзия безопасности» (+ –).

3. Субъективно опасная (здоровьезатратная), но объективно безопасная (здоровьесберегающая) образовательная среда – «иллюзия опасности» (– +).

4. Субъективно и объективно опасная (здоровьезатратная) образовательная среда – «истинная опасность» (– –).

Рассмотрим характеристики четырех вариантов безопасности / опасности образовательной среды.

**«Истинная безопасность образовательной среды» (+ +).** Улучшение показателей умственной работоспособности, повышение уровня физического здоровья и удовлетворенности физическим самочувствием субъектов образования. Снижение частоты обращения к врачу, а также упрощение структуры заболеваемости (диагнозов) субъектов образования. Отсутствие изменений по показателю «группа здоровья». Повышением уровня психологической готовности субъектов образования к оздоровительной деятельности, уровня сформированности оздоровительных компетенций, обеспечивающих создание безопасной здоровьесберегающей образовательной среды, как процесса педагогического взаимодействия и соответственно создание безопасной образовательной среды. Наблюдаются изменения актуальных потребностей субъектов образования в сторону самоактуализации. Повышается уровень стрессоустойчивости субъектов образования, снижается количество пропусков, и повышается качество успеваемости, увеличивается разнообразие референтных групп, в которые включен субъект образования. Повышение уровня реализации санитарно-гигиенических требований в образовательной среде.

**«Иллюзия безопасности образовательной среды» (+ –).** Снижение или сохранение показателей объема памяти, устойчивости внимания, повышение или сохранение на прежнем уровне усталости, снижение или сохранение на прежнем уровне физического здоровья, на фоне увеличения удовлетворенности физическим самочувствием субъектов образования. Повышение частоты обращения к врачу, а также усложнение структуры заболеваемости (диагнозов) субъектов образования.

Понижение «группы здоровья». Повышение уровня психологической готовности субъектов образования к оздоровительной деятельности на фоне отсутствия положительной динамики сформированности оздоровительных компетенций, обеспечивающих создание безопасной здоровьесберегающей образовательной среды, как процесса педагогического взаимодействия и соответственно создание безопасной образовательной среды. Наблюдаются изменения актуальных потребностей субъектов образования в сторону самоактуализации. Повышается уровень стрессоустойчивости субъектов образования на фоне увеличения количества пропусков и снижения качества успеваемости, снижается разнообразие референтных групп, в которые включен субъект образования. Отсутствие положительной динамики реализации санитарно-гигиенических требований в образовательной среде.

**«Иллюзия опасности образовательной среды»** (– +). Ухудшение показателей объема памяти, устойчивости внимания, повышение уровня усталости; повышение или сохранение на прежнем уровне физического здоровья, на фоне снижения удовлетворенности физическим самочувствием субъектов образования. Снижение частоты обращения к врачу, а также упрощение структуры заболеваемости (диагнозов) субъектов образования. Отсутствие изменений по показателю «группа здоровья». Снижение уровня психологической готовности субъектов образования к оздоровительной деятельности, на фоне повышения уровня сформированности оздоровительных компетенций, обеспечивающих создание безопасной здоровьесберегающей образовательной среды, как процесса педагогического взаимодействия и соответственно создание безопасной образовательной среды. Наблюдается понижение уровня актуальных потребностей субъектов образования в сторону потребности в безопасности. Снижается уровень стрессоустойчивости субъектов образования, снижается количество пропусков и повышается качество успеваемости, увеличивается разнообразие референтных групп, в которые включен субъект образования. Повышение уровня реализации санитарно-гигиенических требований в образовательной среде.

**«Истинная опасность образовательной среды»** (– –). Снижение показателей объема памяти, устойчивости внимания, повышение уровня усталости, снижение уровня физического здоровья, и удовлетворенности физическим самочувствием субъектов образования. Увеличение частоты

обращения к врачу, а также усложнение структуры заболеваемости (диагнозов) субъектов образования. Понижение «группы здоровья». Снижение уровня психологической готовности субъектов образования к оздоровительной деятельности, уровня сформированности оздоровительных компетенций, обеспечивающих создание безопасной здоровьесберегающей образовательной среды, как процесса педагогического взаимодействия, и соответственно создание безопасной образовательной среды. Наблюдается понижение уровня актуальных потребностей субъектов образования в сторону потребности в безопасности. Снижается уровень стрессоустойчивости субъектов образования, повышается количество пропусков и снижается качество успеваемости, уменьшается разнообразие референтных групп, в которые включен субъект образования. Снижение уровня реализации санитарно-гигиенических требований в образовательной среде. Образовательная среда Челябинского государственного педагогического университета на основании полученных данных в нашем исследовании характеризуется следующими *объективными показателями безопасности*: положительной динамикой уровня физического здоровья студентов и их умственной продуктивности; положительной динамикой уровня развития оздоровительных компетенций; отсутствием динамики разнообразия референтных групп и *субъективными показателями*: отсутствием динамики по показателю «удовлетворенность физическим самочувствием»; положительной динамикой психологической готовности к оздоровительной деятельности и изменением актуальных потребностей от «защиты и безопасности» к «самоактуализации»; отрицательной динамикой стрессонапряженности студентов.

Таким образом, анализ результатов проведенного исследования показал, что по физическому и психическому показателям безопасности образовательной среды отмечается положительная динамика, и безопасность образовательной среды можно характеризовать как «истинную безопасность», а по социальному показателю – как «истинную опасность», поскольку, помимо сильно выраженных дезадаптивных показателей, отмечается еще их отрицательная динамика.

#### Список литературы

1. Апанасенко Г.Л. Эволюция биоэнергетики и здоровье человека / Г.Л. Апанасенко. – СПб: «Петрополис», 1992. – 123 с.
2. Баевский Р.М. Оценка адаптационных возможностей организма и риск развития заболеваний. / Р.М. Баевский, А.П. Берсенева. – М.: Медицина. 1997. – 236 с.

3. Валева Г.В. Психологическая готовность будущих учителей к оздоровительной деятельности: монография / Г.В. Валева, З.И. Тюмасева. – Челябинск: Изд-во ЗАО «Цицеро», 2014. – 140 с.
4. Валева Г.В. Психологическая готовность будущих учителей к оздоровительной деятельности и условия ее развития / Г.В. Валева, З.И. Тюмасева. // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. – 2012. – № 9. – С. 17–28.
5. Васильева О.С. Психология здоровья. Феномен здоровья в культуре, психологической науке и обыденном сознании / О.С. Васильева, Ф.Р. Филатов. – Ростов н/Д: Мини-Тайп, 2005. – 480 с.
6. Немов Р.С. Психология: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. – 4-е изд. / Р.С. Немов. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001. – Кн. 3: Психодиагностика. Введение в научное психологическое исследование с элементами математической статистики. – 640 с.
7. Орехова И.Л. Валеологическое сопровождение вариативного обучения в общеобразовательной школе: монография / И.Л. Орехова. – Челябинск: Изд-во Челяб. гос. пед. ун-та, 2004. – 389 с.
8. Орехова И.Л. Оздоровительные компетенции как системообразующий фактор эколого-валеологической подготовки будущих педагогов / И.Л. Орехова // Высшее образование сегодня. – 2010. – № 5. – С. 48–50.
9. Орехова И.Л. Эколого-валеологизация диверсифицированной подготовки студентов к оздоровительной деятельности в образовательных учреждениях: монография / И.Л. Орехова. – Челябинск: Изд-во Челяб. гос. пед. ун-та, 2012. – 340 с.
10. Психология здоровья / Под редакцией Г.С. Никифорова. – СПб: Питер, 2003. – 607 с.
11. Романова Е.А. Динамика умственной работоспособности в течение пятилетнего обучения в вузе / Е.А. Романова, В.И. Павлова, А.Н. Романова // Вестник ЮУрГУ, Серия: Образование, здравоохранение, физическая культура. 2010. Вып. 25, № 37 (213), – Челябинск: изд-во ЮУрГУ, 2010. – С. 23–25.
12. Романова Е.А. Донозологическая диагностика уровня функционального состояния организма студентов Челябинского государственного университета 1989–1988 годов рождения / Е.А. Романова, А.Н. Романова // Адаптация биологических систем к естественным и экстремальным факторам среды: материалы III международной научно-практической конференции. – Челябинск: Изд-во Челяб. гос. пед. ун-та, 2010. – С. 198–204.
13. Тюмасева З.И. Валеология и образование: монография / З.И. Тюмасева, Б.Ф. Кваша. – СПб: МАНЭБ, 2002. – 380 с.
14. Тюмасева З.И. Метатеория образования: монография / З.И. Тюмасева, Б.Ф. Кваша. – СПб.: МАНЭБ, МИНИ, ИЗЭЧ, 2004. – 414 с.
15. Тюмасева З.И. Экология, образовательная среда и модернизация образования: монография / З.И. Тюмасева. – Челябинск: Изд-во Челяб. гос. пед. ун-та, 2006. – 322 с.
- G.V. Valeeva, Z.I. Tjumaseva. Cheljabinsk: Izd-vo ZAO «Цицеро», 2014. 140 p.
4. Valeeva G.V. Psihologicheskaja gotovnost budushhih uchitelej k ozdorovitelnoj dejatelnosti i uslovija ee razvitiya / G.V. Valeeva. Z.I. Tjumaseva. // Vestnik Cheljabinskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta. 2012. no. 9. pp. 17–28.
5. Vasileva O.S. Psihologija zdorovja. Fenomen zdorovja v kulture, psihologicheskoj nauke i obydennom soznanii / O.S. Vasileva, F.R. Filatov. Rostov n/D: Mini-Tajp, 2005. 480 p.
6. Nemov R.S. Psihologija: Ucheb. dlja stud. vyssh. ped. ucheb. zavedenij: V 3 kn. 4-e izd. / R.S. Nemov. M.: Gumanit. izd. centr VLADOS, 2001. Kn. 3: Psihodiagnostika. Vvedenie v nauchnoe psihologicheskoe issledovanie s jelementami matematicheskoy statistiki. 640 p.
7. Orehova I.L. Valeologicheskoe soprovozhdenie variativnogo obuchenija v obshheobrazovatelnoj shkole: monografija / I.L. Orehova. Cheljabinsk: Izd-vo Cheljab. gos. ped. un-ta, 2004. 389 p.
8. Orehova I.L. Ozdorovitelnye kompetencii kak sistemoobrazujushhij faktor jekologo-valeologicheskoy podgotovki budushhih pedagogov / I.L. Orehova // Vysshее obrazovanie segodnja. 2010. no. 5. pp. 48–50.
9. Orehova I.L. Jekologo-valeologizacija diversificirovannoj podgotovki studentov k ozdorovitelnoj dejatelnosti v obrazovatelnyh uchrezhdenijah: monografija / I.L. Orehova. Cheljabinsk: Izd-vo Cheljab. gos. ped. un-ta, 2012. 340 p.
10. Psihologija zdorovja / Pod redakciej G.S. Nikiforova. SPb: Piter, 2003. 607 p.
11. Romanova E.A. Dinamika umstvennoj rabotosposobnosti v techenie pjatiletnego obuchenija v vuze / E.A. Romanova, V.I. Pavlova, A.N. Romanova // Vestnik JuUrGU, Serija: Obrazovanie, zdavoohranenie, fizicheskaja kultura. 2010. Vyp. 25, no. 37 (213), Cheljabinsk: izd-vo JuUrGU, 2010. pp. 23–25.
12. Romanova E.A. Donozologicheskaja diagnostika urovnja funkcionalnogo sostojanija organizma studentov Cheljabinskogo gosudarstvennogo universiteta 1989–1988 goda rozhdenija / E.A. Romanova, A.N. Romanova // Adaptacija biologicheskikh sistem k estestvennym i jekstremalnym faktoram sredy: materialy III mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoy konferencii. Cheljabinsk: Izd-vo Cheljab. gos. ped. un-ta, 2010. pp. 198–204.
13. Tjumaseva Z.I. Valeologija i obrazovanie: monografija / Z.I. Tjumaseva, B.F. Kvasha. SPB: MANJeB, 2002. 380 p.
14. Tjumaseva Z.I. Metateorija obrazovanija: monografija / Z.I. Tjumaseva, B.F. Kvasha. SPb.: MANJeB, MINPI, IZJeCh, 2004. 414 p.
15. Tjumaseva Z.I. Jekologija, obrazovatel'naja sreda i modernizacija obrazovanija: monografija / Z.I. Tjumaseva. Cheljabinsk: Izd-vo Cheljab. gos. ped. un-ta, 2006. 322 p.

**Рецензенты:**

Шамуров Ю.С., д.м.н., профессор, ГБОУ ВПО «Южно-Уральский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения РФ, г. Челябинск;

Похлебаев С.М., д.п.н., профессор, кафедра ботаники, экологии и методики обучения биологии, ФГБОУ ВПО «Челябинский государственный педагогический университет», г. Челябинск.