

Рылова Диана Вадимовна

магистрант

Пярсон Полина Михайловна

студентка

Научный руководитель

Попова Регина Ивановна

канд. пед. наук, доцент, заведующая кафедрой

ФГБОУ ВО «Российский государственный
педагогический университет им. А.И. Герцена»

г. Санкт-Петербург

**РЕАЛИЗАЦИЯ КРАЕВЕДЧЕСКОГО ПОДХОДА
ПРИ ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ:
РЕГИОНАЛЬНЫЙ ОПЫТ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
И ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ**

***Аннотация:** в статье рассматривается роль интеграции краеведческого подхода при формировании здорового образа жизни у обучающихся. На примере Санкт-Петербурга и Ленинградской области рассматриваются региональные факторы риска (климатические, экологические) и ресурсы (инфраструктурные, нормативные), которые могут быть использованы в обучении. Предлагаются методические подходы к включению краеведческого содержания в преподавание учебного предмета «Основы безопасности и защиты Родины».*

***Ключевые слова:** здоровый образ жизни, краеведение, Санкт-Петербург, экологическое образование, основы безопасности и защиты Родины, здоровьесберегающие технологии, региональный компонент.*

Современный этап развития отечественной системы образования характеризуется возрастающим вниманием к формированию у подрастающего поколения целостного мировоззрения, в котором забота о собственном здоровье и окру-

жающей среде становится неотъемлемой частью повседневной культуры. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования закрепляет формирование экологической культуры с учётом региональных и местных природно-климатических особенностей [1]. Успешное формирование компетенций в данной области невозможно без опоры на краеведческий материал, поскольку именно локальный контекст делает обучение личностно значимым [2, с. 56].

Это положение коррелирует с задачами предмета «Основы безопасности и защиты Родины» (ОБЗР), в структуре которого модуль «Основы медицинских знаний» включает изучение здоровья, факторов его определяющих, и мер профилактики заболеваний. Авторы учебника и практикума под редакцией Т.В. Маликовой и П.В. Станкевича подчеркивают, что здоровьесберегающая деятельность требует учёта климатических, экологических и социально-экономических факторов конкретной территории [3, с. 204–207]. Краеведческий подход позволяет наполнить принципы здорового образа жизни (ЗОЖ) личностно значимым содержанием. В учебнике под редакцией С.В. Абрамовой и Л.Г. Буйнова выделяется необходимость формирования умений оценивать экологические риски своей местности [4, с. 312–315].

Для Санкт-Петербурга и Ленинградской области интеграция регионального компонента в программы по формированию ЗОЖ объективно необходима. Климат Северо-Западного региона характеризуется высокой влажностью, перепадами давления и дефицитом солнца, особенно осенью и зимой. Эти особенности создают предрасположенность к снижению иммунитета и росту заболеваемости респираторными инфекциями среди детей и подростков [6]. Обучение школьников пониманию этих связей и методам адаптации (светотерапия, закаливание, режим дня) – конкретная задача краеведческой работы.

Серьёзным фактором риска выступает и экологическая обстановка. В Санкт-Петербурге отмечается рост заболеваемости детского населения из-за комплексного воздействия окружающей среды. Основные источники загрязнения – авто-

транспорт (до 84,6% выбросов), крупные промышленные предприятия в Кировском, Невском и Выборгском районах, а также города Кириши, Волхов и Тосно [4]. Почвы содержат превышение фоновых значений тяжёлых металлов, что влияет на риск болезней органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. Поэтому важно эффективное включение заданий по анализу экологической обстановки своего микрорайона [5, с. 45–47].

Потенциал краеведческого подхода раскрывается и при изучении истории борьбы с инфекциями. Санкт-Петербург пережил эпидемии чумы (1771 год, Чумной бунт), холеры (1831 год, Сенная площадь) и «испанки» (1918–1919 годы). В XIX веке здесь работали основоположники гигиены А.П. Доброславин и Ф.Ф. Эрисман. Экспозиции Музея истории медицины и Музея гигиены демонстрируют механизмы распространения инфекций и ценность профилактики, формируя личностное отношение к эпидемиологической безопасности.

Важен учёт возрастных особенностей обучающихся 8–9 классов. В 14–16 лет ведущей становится учебно-профессиональная деятельность с прагматическим запросом: знания ценны при их применимости в реальной жизни. Краеведческий материал описывает риски и алгоритмы, которые школьник может использовать сегодня. Изучение распространённости клещевого энцефалита в лесопарках Сестрорецка, Токсово или Шушар и знакомство с картой пунктов серо-профилактики превращает теорию первой помощи при укусе клеща в востребованный навык.

Несмотря на факторы риска, регион располагает развитой инфраструктурой для поддержки ЗОЖ. Действует План мероприятий по реализации Концепции демографической политики Санкт-Петербурга, включающий мотивацию граждан к ЗОЖ и развитие профилактической медицины [7]. Созданы велодорожки в Приморском парке Победы, лыжные трассы в Токсово и Юкках, площадки ГТО в парке 300-летия. Практическим заданием для школьников может стать разработка индивидуального антистресс-маршрута по своему району с чередованием зон активного движения и тихих зелёных зон для релаксации. Такая работа интегрирует знания о физиологии стресса, географии и саморегуляции.

Для наглядного представления ниже приведена обобщающая таблица.

Таблица 1

**Интеграция краеведческого материала в изучение основ
здорового образа жизни и первой помощи
(на примере Санкт-Петербурга и Ленинградской области)**

Тема модуля	Краеведческий ресурс или пример	Форма работы с обучающимися
Факторы, влияющие на здоровье человека, экологические риски	Ежегодный доклад «Об экологической ситуации в СПб и ЛО», данные о загрязнении воздуха и почвы в Кировском, Невском районах	Проект «Карта экологических рисков моего микрорайона» с использованием открытых данных
Инфекционные заболевания, механизмы распространения	История эпидемий в Петербурге (чума 1771 г., холера 1831 г.), Музей гигиены (СПб, ул. Итальянская, 25)	Виртуальная экскурсия, анализ причин и последствий эпидемий, сопоставление с современными мерами профилактики
Меры профилактики инфекций, вакцинация	Система вакцинации в СПб и ЛО, график прививок в поликлиниках (№4, №91, №122), передвижные ФАПы в Лодейном Поле и Подпорожье	Составление «Карты прививочных пунктов моего района», расчёт коллективного иммунитета
Эпизоотии и панзоотии	Вспышки бешенства во Всеволожском и Выборгском районах (2019–2021 гг.), африканская чума свиней в Лодейнопольском районе (2018 г.)	Анализ постановлений губернатора ЛО о карантине, разработка памятки для жителей
Неинфекционные заболевания, факторы риска (гиподинамия, стресс)	«Петербургский синдром» (повышенная тревожность), высокая учебная нагрузка в лицеях №239, Аничковом лицее, ФМЛ №30	Исследование «Уровень стресса у школьников моего района», разработка рекомендаций по саморегуляции
Психическое здоровье, способы саморегуляции	Телефон доверия 8–800–200–01–22, подростково-молодёжные центры «Восход» и «Невский», Ботанический сад СПб (курс «Антистресс среди тропиков»)	Ролевая игра «Звонок другу в стрессе», практическое занятие по дыхательным техникам в оранжерее
Первая помощь: укус клеща	Лесопарки «Сосновка», «Шушары», Токсово (эндемичные территории), карта пунктов серопрфилактики (40+ пунктов в СПб)	Тренинг «Алгоритм действий при укусе клеща в условиях Ленобласти», заполнение маршрутной карты
Первая помощь: переохлаждение	Лыжные трассы Токсово, Юкки (зимний период), климатические особенности региона	Решение ситуационной задачи: «Лыжник получил обморожение в Токсово» – отработка алгоритма помощи
Первая помощь: утопление	Финский залив, пляж «Ласковый», реки Нева, Охта, Ижора (необорудованные места купания)	Практикум по сердечно-легочной реанимации с учётом специфики (холодовой шок, солёная вода)

При организации работы с краеведческим материалом важно опираться на деятельностный подход: школьники сами собирают и анализируют информацию о родном крае. Эффективны такие формы, как наблюдение (календарь активности клещей), опросы (анкетирование жителей о травмах) и картографирование (безопасные маршруты от школы до дома). Это позволяет перейти от эпизодического использования местных сведений к их системному включению в обучение, что повышает качество знаний и уровень практических умений [8].

Краеведческий материал можно интегрировать в проектную деятельность. Школьники проводят мини-исследования по оценке качества воздуха методом лишеноиндикации, изучают распространённость аллергии в связи с цветением берёзы в Ленинградской области, анализируют меню школьных столовых с использованием продуктов местных производителей («Выборжец», «Лето»). Результаты представляют на школьных краеведческих конференциях.

Таким образом, краеведческий подход при обучении здоровому образу жизни позволяет решить три ключевые задачи: удовлетворить запрос школьников на практически полезные знания, сформировать ответственное и бережное отношение к природе родного края, а также обеспечить реальную готовность учащихся к действиям в опасных ситуациях, характерных именно для Санкт-Петербурга и Ленинградской области.

Список литературы

1. Приказ Минпросвещения России «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» от 31 мая 2021 г. №287. – URL: <https://base.garant.ru/401433920/> (дата обращения: 05.06.2026).

2. Киселева Э.М. Технологии и методики обучения и воспитания безопасности жизнедеятельности: учебно-методическое пособие для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению 44.03.01 «Педагогическое образование» / Э.М. Киселева, Р.И. Попова, В.Ю. Абрамова. – Барнаул: ИП Колмогоров И.А., 2017. – 67 с. EDN ZTGDUL

3. Безопасность жизнедеятельности для педагогических и гуманитарных направлений: учебник и практикум / Т.В. Маликова, П.В. Станкевич, Р.И. Попова [и др.]. – 1-е изд. – М.: Юрайт, 2019. – 399 с. EDN QJVVXL

4. Безопасность жизнедеятельности для педагогических и гуманитарных направлений: учебник и практикум для прикладного бакалавриата / С.В. Абрамова, Л.Г. Буйнов, Ю.В. Громов [и др.]. – М.: Юрайт, 2018. – 399 с. EDN YXNRMT

5. Организация образовательного процесса по безопасности жизнедеятельности в общеобразовательном учреждении: учебно-методическое пособие / Р.И. Попова, Э.М. Киселева, В.Ю. Абрамова [и др.]. – СПб.: Медиапапир, 2025. – 134 с. EDN IULFYR

6. Медведева Н. Большие вопросы о маленьких: как защитить детей от осенних лор-заболеваний: интервью / Н. Медведева. – 2025.

7. План мероприятий на 2021–2025 годы по реализации Концепции демографической политики Санкт-Петербурга: утверждён распоряжением Правительства Санкт-Петербурга от 24 мая 2021 г. №17-рп. – URL: <https://base.garant.ru/400828315/> (дата обращения: 05.06.2026).

8. Шмакова Г.В. Теоретические и методологические основы краеведения: учебник для вузов / Г.В. Шмакова. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Юрайт, 2026. – 116 с. – URL: <https://urait.ru/bcode/586309> (дата обращения: 09.06.2026).