

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра коррекционной педагогики

**МЕТОДИКА ФОРМИРОВАНИЯ ВАЛЕОЛОГИЧЕСКИХ
ПРЕДСТАВЛЕНИЙ У СТАРШЕКЛАССНИКОВ
С НАРУШЕНИЕМ ИНТЕЛЛЕКТА
(на материале уроков естествознания)**

АВТОРЕФЕРАТ
ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ
БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студентки 4 курса 491 группы
направления 44.03.03 Специальное (дефектологическое) образование
профиля «Олигофренопедагогика»,
факультета психолого-педагогического и специального образования

МУХАНОВОЙ АЛЬБИНЫ СЕРИККАЛИЕВНЫ

Научный руководитель
кандидат социологических наук, доцент _____ В.О. Скворцова

Зав. кафедрой
доктор социологических наук, профессор _____ Ю.В. Селиванова

Саратов, 2016

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. Одной из главных задач коррекционной школы является создание условий, гарантирующих формирование и укрепление здоровья учащихся. Основным из средств реализации этой задачи является формирование культуры здорового образа жизни (ЗОЖ). Образ жизни относят к социально-биологическим факторам, компонентами которого служит триада показателей: уровень, качество и стиль жизни.

Занятия оздоровительно-педагогического характера должны быть систематическими и комплексными, вызывать у ребенка положительные эмоциональные реакции, по возможности содержать элементы дидактической игры и двигательные упражнения. Кроме того, материалы подобных занятий должны находить отражение во всех режимных моментах учебно-воспитательного процесса коррекционной школы (учебных занятиях, режиме дня, уроках физической культуры, ЛФК, ритмики, воспитательных занятиях, внеклассных и внешкольных мероприятиях).

Формирование культуры здорового образа жизни у учащихся старших классов коррекционной школы является одним из условий сохранения и укрепления здоровья детей с нарушением интеллекта, но технология данного процесса остается недостаточно разработанной.

Объект исследования: методические приемы формирования культуры здорового образа жизни у старшеклассников с нарушением интеллекта.

Предмет исследования: процесс формирования культуры и традиций здорового образа жизни у старшеклассников с нарушением интеллекта.

Цель исследования: изучение и формирование системы валеологических знаний и представлений у старшеклассников с нарушением интеллекта в процессе изучения курса естествознания.

Гипотеза исследования. Мы предполагаем, что в условиях организации систематических занятий валеологической направленности осуществляется эффективное формирование культуры здорового образа жизни у учащихся с нарушением интеллекта:

- ✓ формирования положительной мотивации к ЗОЖ;
- ✓ создание вокруг подростка учебно-воспитательной среды, наполненной терминами, символами, атрибутами, традициями культуры ЗОЖ;

- ✓ создание положительного эмоционального фона на занятиях оздоровительно-педагогической направленности;
- ✓ наличие моделей поведения людей, придерживающихся ЗОЖ, в ближайшем окружении старшего школьника;
- ✓ активная позиция подростка в освоении знаний, умений и навыков валеологического характера;
- ✓ учет индивидуальных психофизиологических и типологических особенностей учащихся при организации занятий оздоровительно-педагогической направленности.

Задачи исследования:

1. Изучить и проанализировать научную и методическую литературу по проблеме здоровьесберегающих технологий.
2. Изучить уровень сформированности валеологических представлений у учащихся 9-х классов коррекционной школы при изучении курса естествознания.
3. Выявить условия создания положительной мотивации к здоровому образу жизни.
4. Разработать систему методических приемов по формированию понятий и представлений валеологического характера на уроках биологии.
5. Определить эффективность разработанных методических приемов по формированию культуры здорового образа жизни на уроках биологии и на внеклассных занятиях.

Методологической и теоретической основой исследования явились положения о единстве основных закономерностей развития нормальных и аномальных детей (Л.С. Выготский, А.Р. Лурия, Т.А. Власова и др.), концепция формирования культуры и традиций здорового образа жизни (А.А. Дмитриев, И.Ю. Жуковин), положение о гуманизации интегративных процессов, о коррекционной направленности учебно-воспитательного процесса в специальных учреждениях (М.С. Певзнер, Т.А. Власова и др.).

Методы исследования:

- Теоретический анализ литературы.
- Изучение медицинской и психолого-педагогической документации.
- Анализ результатов исследования.

- Метод статистического анализа с математической обработкой данных.

Методы исследования определялись в соответствии с целью, гипотезой и задачами работы. В ходе исследования нами применялись как теоретические методы (изучение, анализ научно - методической литературы), так и эмпирические (изучение документации, наблюдение, констатирующий и формирующий эксперимент, анкета, метод «Цветописи Лутошкина»).

Экспериментальная база исследования. Исследование проводилось на базе ГБОУ СО «Школы №2 АОП г. Саратова».

Экспериментальная выборка. В эксперименте принимали участие учащиеся 9-х классов с диагнозом «лёгкая умственная отсталость», 22 человека (контрольная группа - учащиеся 9 «б» класса в количестве 11 человек, экспериментальная группа - учащиеся 9 «а» класса в количестве 11 человек).

КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Во Введении обосновывается актуальность, обозначается цель, задачи, область исследования, степень изученности данной проблемы. В первой главе представлен теоретический анализ дефектологической и психолого-педагогической литературы по проблеме исследования. Во второй главе экспериментального исследования представлены результаты экспериментального изучения валеологических знаний и представлений у старшеклассников с нарушением интеллекта, проводятся количественный и качественный анализ результатов исследования. В Заключение подводятся итоги исследования, описываются рекомендации и результаты исследования.

Исследование проводилось в три этапа.

1. Диагностический эксперимент - определение уровня сформированности валеологических представлений у учащихся 9-х классов коррекционной школы, состояние их здоровья, влияние на формирование у них здорового образа жизни среды и общества.

По результатам диагностического эксперимента выявлены следующие показатели:

- в контрольной группе: знание понятия «режим дня» - 18,2% (2 чел.)
интерес к занятиям оздоровительного характера (по наблюдению)-
27,3% (3 чел.), знание понятия «здоровье» - 36,4% (4 чел.),

гигиенические знания и осознание необходимости следить за собственным здоровьем - по 45,5% (5 чел.), знание понятия «правила гигиены» - 54,5% (6 чел.), отсутствие вредных привычек - 81,8% (8 чел.);

- в экспериментальной группе: знание понятия «режим дня» - 18,2% (2 чел.), знание понятия «здоровье» и наличие интереса к занятиям оздоровительного характера - по 27,3% (3 чел.), осознание необходимости следить за собственным здоровьем - 36,4% (4 чел.), гигиенические знания и знание понятия «правила гигиены» - по 45,5% (5 чел.), отсутствие вредных привычек - 81,8% (8 чел.).

На основе полученных данных экспериментального исследования нами определены *уровни сформированности валеологических представлений у старшеклассников с нарушением интеллекта.*

1. Выше среднего – характеризуется осознанным отношением к проблеме здорового образа жизни, пониманием значения понятия «здоровье», интересом к занятиям по оздоровлению, адекватными представлениями о влиянии вредных факторов на здоровье человека, пониманием необходимости следить за своим здоровьем, соблюдать санитарно-гигиенические правила.

2. Средний уровень – характеризуется недостаточностью валеологических представлений, фрагментарностью представлений о значении здорового образа жизни для человека, эпизодическим соблюдением норм и правил здорового образа жизни, кратковременный интерес к оздоровительной деятельности, неготовность отказаться от вредных привычек.

3. Низкий уровень – у учащихся не сформированы адекватные представления и понятия о здоровье, его значении для человека, о взаимосвязях здоровья и жизнедеятельности человека, здоровья и питания, о необходимости охраны здоровья и профилактики некоторых заболеваний, отмечается отсутствие здоровьесберегающей позиции, нежелание отказаться от вредных привычек.

Данные уровни, на наш взгляд, определяют позиции старшеклассников с нарушением интеллекта по отношению к здоровому образу жизни.

Активная – осознанность отношения к своему здоровью и здоровью окружающих, негативное отношение к вредным привычкам, понимание значимости здорового образа жизни, соблюдение основных правил здоровья, участие в мероприятиях оздоровительной направленности, четкая здоровьесберегающая позиция.

Пассивная – несоблюдение основных правил здорового образа жизни (режим дня, питание, физические нагрузки), низкий уровень готовности к участию в деятельности по охране и укреплению здоровья, но достаточная степень осознания и понимания значимости здорового образа жизни для человека.

Нейтральная – безразличное отношение к здоровью, нечеткость представлений о здоровом образе жизни, его значении для человека, отстраненность от занятий физической культурой, невнимательное отношение к своему здоровью, принятие его как должного, незаинтересованность в состоянии окружающей среды.

Исходя из выработанных нами критериев, можно сделать вывод о низком уровне сформированности культуры ЗОЖ у испытуемых обеих групп. Сравнение результатов констатирующего эксперимента указало на незначительное различие уровня знаний и понятий ЗОЖ и мотивации к его осуществлению у детей двух групп.

2 этап исследования. **Формирующий эксперимент** – разработка и реализация программы экспериментального обучения «Наша традиция - быть здоровыми» в процессе обучения естествознанию учащихся с нарушением интеллекта.

На основании изучения трудов А.А. Дмитриева, И.Ю. Жуковина, В.В. Колбанова, И.И. Соковни-Семеновы и др. с учетом принципов общей и специальной педагогики, валеологии, а также результатов констатирующего эксперимента нами была разработана программа «Наша традиция - быть здоровыми!» для учащихся 9-го класса коррекционной школы. В программе учтены специфические особенности познавательной деятельности и эмоционально-волевой сферы старших школьников с нарушением интеллекта.

Программа представляет собой синтез знаний об основных факторах

ЗОЖ состоит из 20 внеклассных занятий по 30-40 минут и включает 6 взаимосвязанных блоков: Знай свое тело; Соблюдай правила гигиены; Скажи «нет» вредным привычкам; Занимайся физкультурой; Соблюдай режим дня; Следи за датчиком настроения.

Особое внимание в работе уделялось созданию и накоплению в коллективе обычаев и традиций ЗОЖ: проведение «минуток здоровья» на уроках (включение в содержание программного материала по курсу естествознания – «Человек и его здоровье» - валеологических знаний), дней здоровья (экскурсии, оздоровительные мероприятия), проведение тематических встреч и бесед, направленных на формирование культуры ЗОЖ.

3 этап исследования. **Контрольный эксперимент** проводился в форме обобщающей беседы, направленной на определение у старшеклассников с нарушением интеллекта уровня сформированности представлений о здоровом образе жизни и понимания взаимосвязи между состоянием здоровья и образом жизни человека. Для этого мы применили U-критерий Манна-Уитни.

Результаты проведенного исследования представлений о ЗОЖ у учащихся старших классов с нарушением интеллекта показали следующее:

- ❖ большинство учащихся имеют представления о здоровье как о физическом состоянии человека, противоположном болезненному, называют качества, присущие здоровому человеку;
- ❖ учащиеся 9-х классов связывают здоровье с состоянием психологического комфорта;
- ❖ у учащихся отмечается достаточный запас знаний и представлений о факторах вреда и пользы для здоровья.

Уровень культуры ЗОЖ у учащихся старших классов коррекционной школы, определяемый исходя из применяемых нами критериев (анатомические и гигиенические знания, знание понятий ЗОЖ, мотивация к ЗОЖ, практические умения и навыки сохранения и укрепления здоровья, отсутствие вредных привычек), оказался низким. Этот факт подтвердил необходимость разработки технологии формирования культуры ЗОЖ у младших школьников с нарушением интеллекта, помог определить основные

направления работы и выявить условия создания положительной мотивации к ЗОЖ у детей данной категории.

С учетом результатов диагностического эксперимента, принципов общей и специальной педагогики, валеологии на основе изучения трудов А. А. Дмитриева, И. Ю. Жуковина, В. В. Колбанова, И. И. Соковни-Семеновой, нами была разработана программа внеклассных занятий «Наша традиция - быть здоровыми!» для учащихся 9-го класса коррекционной школы, реализующая методические связи с уроками биологии (курс «Человек и его здоровье»). Так элементарные анатомические знания сформированы у 8 детей (здесь и далее в скобках указываются аналогичные показатели в контрольной группе: 1 чел.), гигиенические знания - у 7 детей (5 чел.). Конкретные способы сохранения и укрепления здоровья назывались 9 учащимися (1 чел.), при этом чаще всего они говорили о «правилах» - блоках программы. Самостоятельно соблюдают основные моменты режима дня и правила гигиены 6 учащихся (0 чел.). Уровень знания понятий ЗОЖ оказался следующим: «здоровье» - 7 учащихся (4 чел.), «режим дня» - 7 учащихся (3 чел.), «правила гигиены» - 10 учащихся (7 чел.). Причем эти понятия употребляются детьми адекватно ситуациям, с ними строятся правильные синтаксические конструкции. Интерес к занятиям оздоровительного характера и осознание необходимости следить за здоровьем были выявлены у 9 учащихся (3 чел. и 6 чел. соответственно). Профилактика вредных привычек, реализуемая в ходе экспериментального обучения, была достаточно эффективной: количество детей, не имевших вредных привычек, осталось на прежнем уровне, более того, учащиеся (2 чел.) в экспериментальной группе, у которых в начале исследования была выявлена вредная привычка (курение), отказались от нее, в то время как в контрольной группе количество детей, имеющих вредные привычки увеличилось на 1 человека.

Результатом проведенного нами исследования стала разработка системы формирования культуры ЗОЖ в условиях коррекционной школы и программы «Наша традиция - быть здоровыми!», которая зарекомендовала себя как эффективное средство формирования культуры ЗОЖ у учащихся с нарушением интеллекта.

Формирование валеологических знаний и навыков здорового образа жизни у данной категории детей способствует:

- успешной социализации учащихся с нарушением интеллекта;
- предупреждению нарушений учебной деятельности;
- предупреждению и преодолению вредных привычек;
- эффективному включению в здоровьесберегающую среду;
- социальной адаптации и интеграции обучающегося с отклонениями в развитии.

Научная новизна заключается в том, что на уроках биологии в качестве средства формирования культуры здорового образа жизни у учащихся с нарушением интеллекта была использована программа оздоровительно-педагогических занятий, представляющая собой синтез знаний об основных факторах здорового образа жизни и направленная на усвоение умений и навыков сохранения собственного здоровья.

Теоретическая значимость исследования определяется тем, что его результаты позволяют расширить и углубить научные представления об особенностях формирования культуры здорового образа жизни у учащихся с нарушением интеллекта.

Практическая значимость исследования заключается в разработке содержания программы оздоровительно-педагогической направленности, способствующей созданию положительной мотивации к здоровому образу жизни и усвоению знаний валеологического характера в процессе изучения естествознания, что, в конечном счете, позволит успешнее решить проблему формирования культуры здорового образа жизни у старшеклассников с нарушением интеллекта.

Список использованных источников

1. Айрапетов, С.Г. Здоровье, эмоции, красота. 3-е изд., испр. и доп. / С.Г. Айрапетов. М.: Молодая гвардия, 1997. 96с.
1. Амосов, Н. М. Раздумья о здоровье. 2-е изд. / Н.М. Амосов. М.: Молодая гвардия, 1999. 191с.
2. Анисимов, Л.Н. Профилактика пьянства, алкоголизма и наркомании среди молодежи / Л.Н. Анисимов. М.: Юридическая литература, 1988. 176с.
3. Антропова, М. В. Гигиена детей и подростков. 6-е изд., перераб., и доп. М.: Медицина, 1992. 186с.
4. Атлас для начальной школы. Организм человека и охрана здоровья. СПб.: Издательский Дом «Нева», М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2000. 32с.
5. Белецкая, В.И., Громова, З.П., Егорова, Т.И., Школьная гигиена: Учебное пособие для студентов биологических специальностей педагогических институтов. М.: Просвещение, 2003. 160с.
6. Гигиена детей и подростков / под редакцией В.Н. Кардашенко. М.: Медицина, 1980. 440с.
7. Грегор, О. Жить не старея (Искусство вести здоровый образ жизни. Не стареть - это искусство.): Пер. с чешского/Предисловие Н. Б. Коростелева. М.: Физкультура и спорт, 1991. 271с.
8. Гамаюнова А.Н. Уроки естествознания в специальной (коррекционной) школе VIII вида. М., 2000. 220 с.
9. Гонеев, А.Д. Основы коррекционной педагогики: Учеб. пособие для студ. высш пед. учеб. заведений/ А.Д. Гонеев, Н.И. Лиринцева, Н.В. Ялпаева; Под ред. В.А. Сластенина. – 3-е изд., перераб. – М.: Издательский центр «Академия», 2004.
10. Гритченко, Р.Е. Активизация познавательной деятельности умственно отсталых учащихся на уроках естествознания.//Дефектология. 1990. №3
11. Дмитриев, А.А., Веневцев, С.И. Проблемы укрепления здоровья и психофизического развития учащихся старших классов специальных (коррекционных) школ 8-го вида//Диагностика, коррекция, валеология в специальном (коррекционном)

- образовании. Красноярск: РИО КГПУ, 1999. с. 30 - 44.
- 12.Дмитриев, А.А., Жуковин, И.Ю. Некоторые концептуальные положения валеологической работы во вспомогательной школе//Московские педагогические чтения. Актуальные проблемы специальной педагогики и специальной психологии. 1999. с. 190 - 193.
 - 13.Дмитриев, А.А. Коррекция двигательных нарушений у учащихся вспомогательных школ средствами физического воспитания. Красноярск, 1987. 151с.
 - 14.Дмитриев А. А. Оздоровление учащихся средствами физической культуры. Красноярск, 1990. 81с.
 - 15.Зайцев, Н.К., Колбанов, В.В. Стратегия понимания здорового образа жизни у учителей / Валеология: Диагностика, средства и практика обеспечения здоровья. Выпуск 3. Владивосток: Дальнаука, 1996. с. 148-153.
 - 16.Запороженко, В. Г. К понятию «здоровый образ жизни»//Международная научная конференция «Здоровый образ жизни»(Ленинград, 12-14 декабря 1990г.): Тезисы доклада. Часть 1. Новгород, 1990. с. 26.
 - 17.Коррекционная работа по социальной реабилитации детей с ограниченными возможностями здоровья (курс лекций): учебно-методическое пособие / Ю.В. Селиванова, Е.Б. Щетинина. [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие в электронном формате, ИЦ «Наука», Саратов, 2012. 118 с.
 - 18.Коррекционная педагогика: Основы обучения и воспитания детей с отклонениями в развитии / под ред.Б.П. Пузанова. М.,1999. 260 с.
 - 19.Коррекционная педагогика в начальном образовании / под ред. Г.Ф. Кумариной. М.: Академия, 2001. 450 с.
 - 20.Кулагина, И.Ю., Колюцкий, В.Н. Возрастная психология / И.Ю. Кулагина, В.Н. Колюцкий. - М.,2001 – 240 с.
 - 21.Лифанова, Т.М. Использование программированных заданий на уроках естествознания во вспомогательной школе / Т.М. Лифанова // Обучение учащихся вспомогательной школы. М., 2004. С.48-56.

- 22.Мамайчук, И.И. Психокоррекционные технологии для детей с проблемами в развитии / И.И. Мамайчук. М., 2003. 280 с.
- 23.Матасов, Ю.Т. Изучение мыслительной деятельности учащихся вспомогательной школы. М., 1996. 120 с.
- 24.Методические основы коррекционного обучения детей с нарушениями развития: учеб.-метод. пособие для студентов оч. и заоч. форм обучения, обучающихся по специальности "Олигофренопедагогика" и по программе подгот. бакалавров по направлению 050700 "Специальное (дефектологическое) образование" / Н. В. Павлова [и др.]; [Электронный ресурс]: учебник в электронном формате. Саратов. гос. ун-т им. Н. Г. Чернышевского. - Саратов: Изд-во Саратов. ун-та, 2012. – 82с.
- 25.Новгородцева, И. В. Педагогика с методикой преподавания специальных дисциплин [электронный ресурс]: учеб. пособие модульного типа / сост. И.В. Новгородцева. – 2-е изд., стереотип. – М. : ФЛИНТА, 2011. – 378 с.
- 26.Никишов, А.И. Внеклассная работа по биологии / А.И. Никишов. М., 1994. 180 с.
- 27.Обучение и воспитание детей с нарушением интеллекта / под ред. Б.П. Пузанова. М., 2000. 340 с.
- 28.Петросова, Р.А. Методика обучения естествознанию и экологическое воспитание в начальной школе / Р.А. Петросова. М., 2000. 240 с.
- 29.Пакулова, В.М. Методика преподавания природоведения. М., 2000. 320 с.
- 30.Печерский, В.Г. Использование программированных заданий на уроках естествознания в коррекционной школе / В.Г. Печерский // Дефектология. №3. 1999. С.15-21.
- 31.Программы коррекционной школы / под ред. В.В. Воронковой. М., 2000.
- 32.Петрова, В.Г. Практическая и умственная деятельность детей-олигофренов. – М., 1998. 160 с.
- 33.Пидкасистый, П.И. Программированное обучение. М., 2008. 280 с.

34. Практикум по психологии умственно отсталого ребенка / под ред. А.В. Виноградовой. М., 2005. 340 с.
35. Талызина, Н.Ф. Теория программированного обучения / Н.Ф. Талызина. М., 2005. 240 с.
36. Скворцова, В.О. Основы методики преподавания естествознания в коррекционной школе VIII вида: учебное пособие. Саратов, 2014. 98 с.
37. Синев, В.Н., Стажок, Л.С. Коррекционная работа на уроках географии и естествознания. Киев, 2007. 224 с.
38. Учебники по естествознанию для общеобразовательной и коррекционной школ.
39. Усвайская, А.В. Изучение природы в младших классах вспомогательной школы \ А.В. Усвайская.. М., 1990. 168 с.
40. Усвайская, А.В. Предметные уроки и экскурсии / А.В. Усвайская. М., 1999. 184 с.
41. Уфимцева Л.П. Нетрадиционные приемы передачи зрительной информации и их влияние на познавательные процессы учащихся с нарушением интеллекта. // Дефектология. 1997. №4. С.23-29.
42. Худенко, Е.Д. Наглядно-практические методы обучения естествознанию во вспомогательной школе / Е.Д. Худенко // Дефектология. №1. 1993. С.25-29.
43. Шевандрин, Н.И. Психодиагностика, коррекция и развитие личности / Н.И. Шевандрин. М., 2001. 256 с.
44. Ягодковский, К.П., Исаенко, Л.А. Методика естествознания для вспомогательной школы. М., 1996. 240 с.