

Министерство образования и науки Российской Федерации
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ имени Н. Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра начального естественно-математического образования

**ПРИБОЩЕНИЕ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ
К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ
ВО ВНЕКЛАССНОЙ РАБОТЕ**

АВТОРЕФЕРАТ
ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ
БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студентки 5 курса 512 группы
направления 44.04.01 Педагогическое образование
профиля «Начальное образование»
факультета психолого-педагогического и специального образования

ЧЕЧЕРИНОЙ ИРИНЫ ЮРЬЕВНЫ

Научный руководитель
канд. биол. наук, доцент _____

О. А. Исаева

Зав. кафедрой
доктор биол. наук, доцент _____

Е. Е. Морозова

Саратов
2018

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ

Одной из главных стратегических задач развития Российской Федерации в настоящее время является сохранение и укрепление здоровья детей. Она установлена и регулируется рядом нормативно-правовых документов: Закон РФ «Об образовании», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», Указами Президента России.

Приобщение младших школьников к здоровому образу жизни следует проводить как в школе, на уроках, так и вне школы. Этот процесс должен осуществляться учителями и родителями совместно, помимо этого, он должен иметь систематический характер. Привлечение родителей для проведения внеклассных мероприятий позволяет создать благоприятный эмоциональный фон, стимулирует у детей интерес к занятиям, лучше развивает их физические качества, а также вырабатывает у детей отношение к собственному здоровью как к ценности. Организовывать психолого-педагогическое просвещение родителей с целью их участия во внеклассной работе по приобщению школьников к здоровому образу жизни возможно посредством проведения родительских собраний, а также тематических и индивидуальных консультаций и беседований.

Проблемы формирования представлений о здоровом образе жизни изучали такие ученые, как М.И. Лисина [1997], А.Л. Венгер [2005], В.В. Давыдов [2008], А.А. Бодалев [2011], А.В. Мудрик [2013], В.А. Сластенин [2013], Е.О. Смирнова [2016].

Актуальность исследования, проведенного в настоящей выпускной квалификационной работе, определена противоречиями между необходимостью теоретического обоснования формирования у младших школьников знаний и навыков здорового образа жизни, обусловленного социальным заказом нашего государства, и отставанием в разработке этого вопроса. По причине существования данных противоречий, возникла

проблема обоснования педагогической технологии и поиска способов приобщения детей к здоровому образу жизни в младших классах.

Тема выпускной квалификационной работы была сформулирована согласно противоречиям и проблеме: «Приобщение младших школьников к здоровому образу жизни во внеклассной работе».

Объект исследования – формирование здорового образа жизни.

Предмет исследования – формирование здорового образа жизни у младших школьников.

Цель исследования – определить эффективные способы формирования у младших школьников навыков здорового образа жизни во внеклассной работе.

Гипотеза исследования: формирование здорового образа жизни у младших школьников во внеклассной работе будет более эффективно при соблюдении организационно-педагогических условий, предполагающих:

1. изучение теоретических основ формирования навыков здорового образа жизни у младших школьников, определение значимости ЗОЖ в воспитании личности;
2. экспериментальное исследование уровня знаний и навыков здорового образа жизни у младших школьников в начале первого класса и по окончании каждого учебного года, анализ полученных данных;
3. выбор наиболее действенных способов формирования знаний и навыков ЗОЖ во внеклассной работе для младших школьников.

Задачи исследования:

1. изучить теоретические основы формирования знаний и навыков здорового образа жизни у младших школьников;
2. исследовать экспериментально формирование знаний и навыков здорового образа жизни у младших школьников, представить результаты и произвести анализ данных;
3. выявить эффективные способы формирования знаний и навыков здорового образа жизни во внеклассной работе.

Методы исследования: теоретический анализ и педагогические эксперименты.

Практическая значимость исследования: возможность использования программы «Если хочешь быть здоров» в учебно-воспитательном процессе МОУ СОШ №2 с целью приобщения младших школьников к здоровому образу жизни во внеклассной работе.

База исследования: МОУ СОШ № 2 р.п. Лысье Горы Саратовской области.

Структура исследования. Работа состоит из введения, двух частей, разделенных на пункты, заключения, списка использованных источников и приложений. Общий объем 56 страниц. Список использованных источников включает в себя 52 источника.

СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

1.1 Проблемы формирования знаний и навыков ЗОЖ у младших школьников

В уставе Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) приводится более полное определение понятия «здоровье». Здоровье является состоянием полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствием болезней или физических дефектов [Устав Всемирной Организации Здравоохранения 1946].

Понятие «здоровье» тесно связано с понятием «здоровый образ жизни». Здоровый образ жизни представляет собой реализацию комплекса действий в основных формах жизнедеятельности человека, а именно: трудовой, общественной, семейно-бытовой и досуговой [Гончарова 2018].

Известно, что именно младший и средний школьный возраст является фундаментальным в формировании личности, поскольку в это время усваивается важнейшая информация, связанная со здоровым образом жизни, а также закладываются фундаментальные жизненные принципы, происходит

формирование своей личности. Исходя из этого, в школах действуют образовательные и образовательно-оздоровительные программы. Здоровому образу жизни посвящены не только уроки физической культуры, но и некоторые другие предметы, а также внеклассные занятия для школьников, проводимые учителями совместно с их родителями.

В младших классах центральное место в жизни школьников занимает их учитель. Чем выше уровень грамотности педагога в области ведения ЗОЖ, тем более результативно его педагогическое воздействие на учеников. Необходимо также отметить, что педагог должен сам подавать пример в вопросах здоровьесбережения, только в этом случае ученики станут должным образом воспринимать педагогику здоровьесбережения.

Следовательно, понимание необходимости заботиться о своем здоровье и стремление к здоровому образу жизни (ЗОЖ) как важнейшему элементу общей культуры человека важно воспитывать на самых первых этапах обучения в школе, прежде всего потому, что потери здоровья на младшей ступени обучения практически невозможны, их чрезвычайно трудно компенсировать в дальнейшем [Боровская, 2013]. Заложенные в это время знания о здоровье будут закреплены у человека на подсознательном уровне на всю жизнь, а приобретенные умения и навыки ЗОЖ войдут в привычку и станут основой его жизнедеятельности.

1.2 Содержание и методы формирования знаний и навыков здорового образа жизни во внеклассной работе в начальных классах

Каждый ребенок приобретает первые навыки по сохранению и укреплению здоровья в своей семье. Важную роль играют условия жизни в семье, соблюдение санитарных норм и правил, гигиеническая культура семьи и уровень образования родителей малыша.

В семье также определяется режим дня младшего школьника, который позволяет сохранить высокий уровень работоспособности детей на весь день. Так, ребенок приходит в школу с некоторой базой знаний о ЗОЖ: наличие

навыков самообслуживания, понятий о личной гигиене и о культуре поведения.

Педагог должен составлять план взаимодействия «учитель-ученик-родитель» на 4 года с целью приобщения младших школьников к здоровому образу жизни. Реализация этого плана должна осуществляться при активном сотрудничестве педагога с родителями школьников. Цель этого взаимодействия – углубление и расширение знаний об отношении к себе и своему здоровью, к здоровью близких, к природе, к труду [Парамонова, 2015].

Очень важную роль в пополнении знаний и формировании навыков здорового образа жизни играют внеклассные мероприятия. Они проводятся совместно с родителями младших школьников. Существует ряд традиционных мероприятий, которые каждый год проводятся в каждом классе. К таким мероприятиям относятся: «День семьи»; «Знаю, умею, буду!»; «Мама, папа, я – спортивная семья»; «День матери»; «День пожилого человека»; «Масленица»; «День лыжника».

На классных часах дети обсуждают и анализируют жизненные ситуации, которые приводят их к выводу, что занятие спортом, почитание старших, чтение книг, привычка вовремя ложиться спать, быть вежливым, не грубить, не обижать слабых, спать с открытой форточкой, не обманывать, чистить зубы, класть вещи на место, выполнять домашнее задание и др. – все это является положительными привычками – главной составляющей здорового образа жизни [Парамонова, 2015].

Учебно-воспитательный процесс должен быть организован таким образом, чтобы во время учебной деятельности школьники всесторонне развивались. Поэтому все задания должны развивать у детей мышление, воображение, фантазию, творческие способности, а также внимание и память.

Формированию потенциала ЗОЖ у младших школьников способствуют такие факультативные занятия, как, например, «Ты и твоё здоровье», «Будь здоров». Они дают представление о ряде компонентов ЗОЖ: знания о факторах, полезных и вредных для здоровья; потребности ведения и выработка навыков ЗОЖ.

Основные знания о ЗОЖ закладываются на уроках и во внеклассной деятельности. Для развития представлений о ЗОЖ следует использовать такие методы и приемы, как «уроки здоровья», практические занятия, беседы, чтение, рисование, наблюдение за природой, игры и проектная деятельность детей.

Учебный процесс может быть организован в различной форме: занятия в классе или на природе, экскурсия, урок – путешествие, урок – КВН, праздник, игра, викторина и др. Эффективность формирования знаний и навыков ЗОЖ при этом зависит от тех методов, которые использует учитель, от возрастных особенностей младших школьников и от личного примера педагога и родителей, а также от степени привлечения родителей для проведения внеклассных мероприятий.

2 ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЗНАНИЙ И НАВЫКОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ВО ВНЕКЛАССНОЙ РАБОТЕ

2.1 Исследование уровня знаний ЗОЖ у учащихся младших классов

С целью диагностировать у младших школьников уровень знаний о здоровье и ЗОЖ, было проведено экспериментальное исследование в МОУ СОШ №2 р.п. Лысые Горы Саратовской обл. Данное исследование проводилось ежегодно на протяжении четырех лет обучения школьников. В эксперименте участвовало 25 учеников.

В настоящей работе будут приведены и рассмотрены данные экспериментов, проведенных в 1 «А» классе в начале и в конце учебного года, а также по окончании каждого учебного года.

Поскольку дети приходят в первый класс с начальной базой знаний о собственном здоровье и здоровом образе жизни, мы провели в начале первого учебного года их анкетный опрос. Цель опроса – выявление первичных знаний о ЗОЖ и их изменение.

Изучение уровня знаний о ЗОЖ было проведено по следующим компонентам: «Режим дня», «Гигиена питания», «Личная гигиена», «Гигиена одежды и обуви», «Гигиена помещения», «Органы чувств. Уход за зрением и слухом», «Профилактика простудных заболеваний», «Профилактика вредных привычек».

С целью выяснения первичных знаний о ЗОЖ мы предложили учащимся заполнить анкету «Первоначальные знания о здоровом образе жизни».

В результате анализа анкет было выявлено, что из 25 учащихся у 20 «здоровый человек» ассоциируется со спортом и здоровым питанием. Также 2 ученика указали еще и на отсутствие болезней. Трое отметили, что здоровый человек – это «тот, который всегда весел и счастлив». Таким образом, акцент был сделан не только на физическое здоровье, но и на психическое.

Далее учащиеся заполняли анкету, цель которой – определение уровня основных знаний здоровом образе жизни. Были получены следующие результаты: высокий уровень - 3 (12%) учащихся; достаточный уровень - 15 (60%) учащихся; недостаточный уровень - 7 (28%) учащихся.

Вывод: ученики 1«А» класса имеют поверхностные знания о ЗОЖ. Они понимают важность правильного питания, физической нагрузки и положительных эмоций в жизни человека, но при этом путают понятия. Предположительно это обусловлено с малым жизненным опытом и небольшой информированностью детей о здоровье и ЗОЖ.

С классным руководителем 1 «А» класса была проведена беседа. Было установлено, что учитель ответственен в отношении своего здоровья, старается быть примером в вопросах ЗОЖ для учащихся. Учитель создает

комфортную психологическую атмосферу на уроке. В качестве факторов внутришкольной среды педагог отметил учебную нагрузку, санитарно-гигиенические условия обучения и воспитательную работу по формированию культуры здоровья.

Таким образом, представления младших школьников о здоровье и ЗОЖ весьма скудные, лишены полного понимания ряда терминов. Кроме того, некоторые ребята путают понятия, а также плохо знакомы с правилами гигиены и расписанием приема пищи. Исходя из результатов данного исследования, был сделан вывод о том, что знания младших школьников о здоровье и ЗОЖ необходимо пополнить. С этой целью был составлен учебно-тематический план на каждый из четырех учебных лет.

2.2 Практическая работа по формированию ЗОЖ на внеклассных занятиях у учащихся младших классов

Существует много путей и программ по профилактике курения и употребления наркотических веществ. Но очень важно, чтобы они начинались именно в начальных классах.

Учитель начальных классов, принимая детей в первый класс, ставит перед собой ряд задачи, в том числе: сформировать здоровый жизненный стиль и реализовать индивидуальные способности учеников. Для реализации этих задач педагог разрабатывает программу приобщения младших школьников к ЗОЖ. Данная программа должна развивать коммуникабельность у детей, а также научить их делать самостоятельный выбор, принимать решения и ориентироваться в информационном пространстве.

Действие программы приобщения младших школьников к здоровому образу жизни начинается с 1 класса и длится до окончания начальной школы, то есть 4 года. Чтобы сформировать у младших школьников привычки к ЗОЖ, необходима совместная работа всех непосредственных участников

программы: педагога, родителей, психологической и медицинской службой, администрации школы.

Цель программы: найти оптимальные способы сохранения и укрепления здоровья учеников, создать благоприятные условия для формирования у них положительного отношения к здоровому образу жизни, то есть научить детей быть здоровыми и телом, и душой.

Задачи:

1. Профилактика вредных привычек.
2. Создание условий для охраны здоровья младших школьников, формирования у них ЗОЖ и их полноценного физического развития.
3. Просвещение школьников в области физической культуры и спорта.
4. Работа с родителями по сохранению здоровья их детей.
5. Формирование у детей мотивации гигиенического поведения и безопасной жизни.

Предполагаемый результат: здоровые и физически, и психически, и нравственно выпускники начальной школы.

Реализация программы:

- проведение мероприятий по профилактике вредных привычек;
- проведение санитарно-гигиенической работы по организации жизнедеятельности учеников младших классов в школе;
- организация питания школьников;
- проведение совместных мероприятий с детьми и их родителями;
- организация и проведение мероприятий по профилактике детского травматизма;
- организация и проведение работы с родителями школьников по профилактике наиболее распространенных заболеваний;
- проведение встреч родителей учеников с медицинскими работниками;
- проведение внеклассных мероприятий с детьми (беседы, лекции, КВН, конкурсы и т.д.), согласно плану программы;

– проведение периодических исследований уровня физического и психофизического здоровья школьников, участвующих в программе.

Далее представим учебно-тематический план программы «Если хочешь быть здоров», рассчитанной на каждый год обучения для младших школьников (Таблицы 1-4).

Таблица 1 – Учебно-тематический план для 1 класса

Месяц	Внеклассная воспитательная работа	Внешкольные мероприятия	Работа с родителями
Сентябрь	Тема «Как быть здоровым?»: 1. беседа: «Быть здоровым – это здорово»; 2. классный час: «Друзья Вода и Мыло».	-	Родительское собрание «Режим дня младшего школьника»
Октябрь	Тема «Что такое хорошо, и что такое плохо»: 1. Игра «Знаешь ли ты правила в школе?»; 2. беседа на тему «Вредные привычки».	Конкурс поделок	-
Ноябрь	Тема «Настроение в школе и после школы»: 1. беседа «Как настроение?»; 2. игра «Я пришёл из школы».	-	Спортивный праздник «Мама, папа, я -спортивная семья»
Декабрь	Тема «Час здоровья»: 1. КВН «Если хочешь быть здоров»; 2. беседа «Надёжная защита организма».	КВН «Если хочешь быть здоров»	-
Январь	Тема «Уход за зубами»: 1. беседа и отгадывание кроссворда «Чтобы зубы были здоровыми»; 2.беседа «Как сохранить здоровую улыбку».	Сочинение стихотворений на тему «Здоровые зубы»	-
Февраль	Тема «Здоровое питание»: 1.Классый час «Как следует питаться»; 2.Конкурс «Здоровая пища для всей семьи».	Конкурс рисунков «Здоровая пища»	Лекция медика «О физиологии младшего школьника. Полезные советы» и анкетирование
Март	Тема «Как закаляться»: 1. беседа «Обтирание и обливание»; 2.ролевые игры «Уроки здоровья».	-	-
Апрель	Тема «Как сделать сон полезным»: 1. беседа «Сон как лучшее лекарство»; 2.театрализованная постановка «Здоровый сон».	-	-
Май	Тема «Туристический поход»: Подвижные игры	Конкурс рисунков «Сохраним здоровье»	Туристический поход
		День Здоровья	

Таблица 2 – Учебно-тематический план для 2 класса

Месяц	Внеклассная воспитательная работа	Внешкольные мероприятия	Работа с родителями
Сентябрь	Тема «Почему мы боеем»: 1. беседа «Причины болезни»; 2. тест «Здоровый образ жизни».	-	-
Октябрь	Тема «Прививки от болезней»: 1. беседа «Инфекционные болезни и прививки от них»; 2. Игра «Полезно - вредно».	-	Круглый стол «Причины и последствия детской агрессии»
Ноябрь	Тема «Правила безопасного поведения дома и на улице»: 1.беседа «Опасность в нашем доме»; 2. викторина «Как вести себя на улице».	Конкурс рисунков «Сохраним здоровье»	-
Декабрь	Тема «Домашняя аптечка»: 1.урок творчества «Как здоровье?»; 2.игра «Светофор Здоровья».	-	Родительский урок «Как научить ребёнка необходимым правилам поведения»
Январь	Тема «Правила общения с огнём»: классный час «Огонь – друг, огонь – враг»	Конкурс рисунков «Пожарная безопасность»	-
Февраль	Тема «Вредные привычки»: беседа «Вредные привычки»	Конкурс рисунков «Всё о пожаре»	-
		Конкурс рисунков «Второй класс против курения и алкоголя»	
Март	Тема «Как защитить себя»: 1. беседа «Травмы»; 2. беседа «Отравление ядовитыми грибами».	-	Родительский урок «Как научить ребёнка жить в мире людей»
			Уроки этики поведения
Апрель	Тема «Забота медицины»: 1. игра «Воспитай себя»; 2. спортивные соревнования «Я выбираю движение».	«Алло! Мы ищем таланты» под девизом «Мы – за здоровый образ жизни»	-

Май	Тема «Путешествие в страну здоровячков»: 1. праздник «Путешествие в страну здоровья»; 2. конкурс рисунков на асфальте	День Здоровья	-
-----	---	---------------	---

Таблица 3 – Учебно-тематический план для 3 класса

Месяц	Внеклассная воспитательная работа	Внешкольные мероприятия	Работа с родителями
Сентябрь	Тема «Почему мы говорим неправду»: 1. классный час «Поможет ли тебе обман?»; 2. конкурс пословиц и поговорок на тему: «Неправда-ложь».	-	Родительское собрание «Формирование у ребёнка желания трудиться»
Октябрь	Тема «Здоровый образ жизни»: 1. беседа-диалог «Борьба за здоровый образ жизни»; 2. беседа «Как отучить себя от вредных привычек».	Занятие «Как вредные привычки решили завоевать мир людей»	Участие родителей в неделе творчества в классе
Ноябрь	Тема «Умей себя сдерживать!»: 1. беседа «Все ли желания выполнимы»; 2. викторина «Как воспитать в себе сдержанность»	-	Встреча с родителями представителей правоохранительных органов
Декабрь	Тема «Нехорошие слова. Недобрые шутки»: 1. игра «Вежливое общение»; 2. беседа «Умеем ли мы разговаривать по телефону».	-	-
Январь	Тема «Как надо себя вести»: 1. постановка сценки «Ты идёшь в гости»; 2. беседа «Как вести себя в транспорте и на улице».	-	Лекция врача-нарколога
Февраль	Тема «Дружба»: 1. беседа «Что такое дружба»; 2. Конкурс сочинений на тему: «Кто может считаться настоящим другом».	Конкурс рисунков «Дружба и друзья»	-
Март	Тема «Занятия после школы»: 1. беседа «Умей организовать свой досуг»; 2. Конкурс рисунков на тему: «Моё любимое занятие».	-	Родительское собрание на тему: «Чем занимаются дети после школы»
Апрель	Тема «Как помочь больным и беспомощным»: 1. классный час «Давай поговорим»; 2. беседа «Спешите делать добро».	-	-
Май	Тема «Огонёк здоровья»: 1. урок «Путешествие в страну здоровья»; 2. урок-соревнование «Культура здорового образа жизни».	День Здоровья	-

Таблица 4 – Учебно-тематический план для 4 класса

Месяц	Внеклассная воспитательная работа	Внешкольные мероприятия	Работа с родителями
Сентябрь	Тема «Наше здоровье»: 1. классный час «Наше здоровье»; 2. игра «Что? Зачем? Как?».	-	-
Октябрь	Тема «Как сохранить здоровье»: 1. практикум «Чувства и поступки»; 2. диспут «Что такое эмоции».	Акция «За нами будущее»	Классное собрание «Мой ребёнок становится трудным»
Ноябрь	Тема « Моё решение»: 1. беседа «Я принимаю решение»; 2. диспут «Учимся думать и действовать!».	-	-
Декабрь	Тема «Мы – одна семья!»: 1. игра-путешествие: «Откуда берутся грязнули»; 2. КВН «Наше здоровье».	-	-
Январь	Тема «Вредные привычки»: 1. беседа «Умей сказать «Нет»»; 2. праздник «Я здоровье берегу – сам себе я помогу».	Спортивные соревнования	Практикум для родителей «Школа здоровья»
Февраль	Тема «Злой волшебник – Алкоголь»: 1. беседа: «Алкоголь – ошибка»; 2. презентация «Злой волшебник Алкоголь».	Конкурс рисунков «Молодежь против наркотиков»	-
Март	Тема «Злой волшебник – Табак»: 1. беседа «Что мы знаем о курении»; 2. презентация «Злой волшебник – Никотин».	-	-
Апрель	Тема «Злой волшебник – Наркотик»: 1. тренинг безопасного поведения «Наркотик»; 2. презентация «Злой волшебник – Наркотик».	Конкурс «Алло! Мы ищем таланты» под девизом «Мы – за здоровый образ жизни»	Лекция-презентация «Здоровье сберегающие технологии в воспитании младших школьников»
Май	Тема «Чистота и здоровье»: 1. урок-КВН « Будьте здоровы!»	День здоровья	-

В течение всего периода обучения младших школьников проводятся внеклассные мероприятия, целью которых является формирование и

развитие знаний и навыков здорового образа жизни у детей. В начале и в конце каждого учебного года проводится оценка уровня этих знаний у детей, как правило, в форме анкетного опроса. Данные сопоставляются и анализируются, а также принимаются решения возникших у детей проблем приобщения к ЗОЖ.

2.3 Анализ результатов практической работы

В завершение исследования было проведено анкетирование «Отношение детей к ценности здоровья и ЗОЖ».

Цель: узнать отношение детей к ценности здоровья и ЗОЖ.

Задачи:

1. повторное анкетирование учеников 4 «А» класса;
2. анализ результатов и выводы.

Результаты исследования: Высокий уровень знаний имеют 5 (20%) учащихся, достаточный - 18 (72%) учащихся, а недостаточный уровень знаний - 2 (8 %) учащихся.

За первый учебный год количество учеников с высоким уровнем знаний о здоровье и ЗОЖ увеличилось на 6 %, с достаточным уровнем знаний – на 12 %, а с недостаточным – сократилось на 20 %.

Таким образом, сравнительный анализ доказал эффективность методов работы над формированием знаний о здоровье и здоровом образе жизни у младших школьников 1 класса.

За второй учебный год по сравнению с предыдущим годом количество учеников с высоким уровнем знаний о здоровье и ЗОЖ увеличилось на 6 человек, с достаточным уровнем знаний сократилось на 5 человек, а с недостаточным - на 1 человека.

За третий учебный год по сравнению с предыдущим годом значения показателей также изменились. Количество учеников с высоким уровнем знаний о здоровье и ЗОЖ увеличилось на 5 человек (20%), с достаточным

уровнем знаний сократилось на 4 человек (16%), а с недостаточным не было уже ни одного.

За четвертый учебный год по сравнению с предыдущим годом значения показателей изменились так: количество учеников с высоким уровнем знаний увеличилось на 6 человек (24%), а с достаточным – знаний сократилось на 6 человек (24%).

Рассмотрим общую диаграмму, отражающую динамику уровня знаний о здоровье и ЗОЖ за 4 года (Рисунок 1). За последние два года в классе не было учеников с недостаточным уровнем знаний о здоровье и ЗОЖ. С каждым годом увеличивалась численность детей с высоким уровнем знаний.

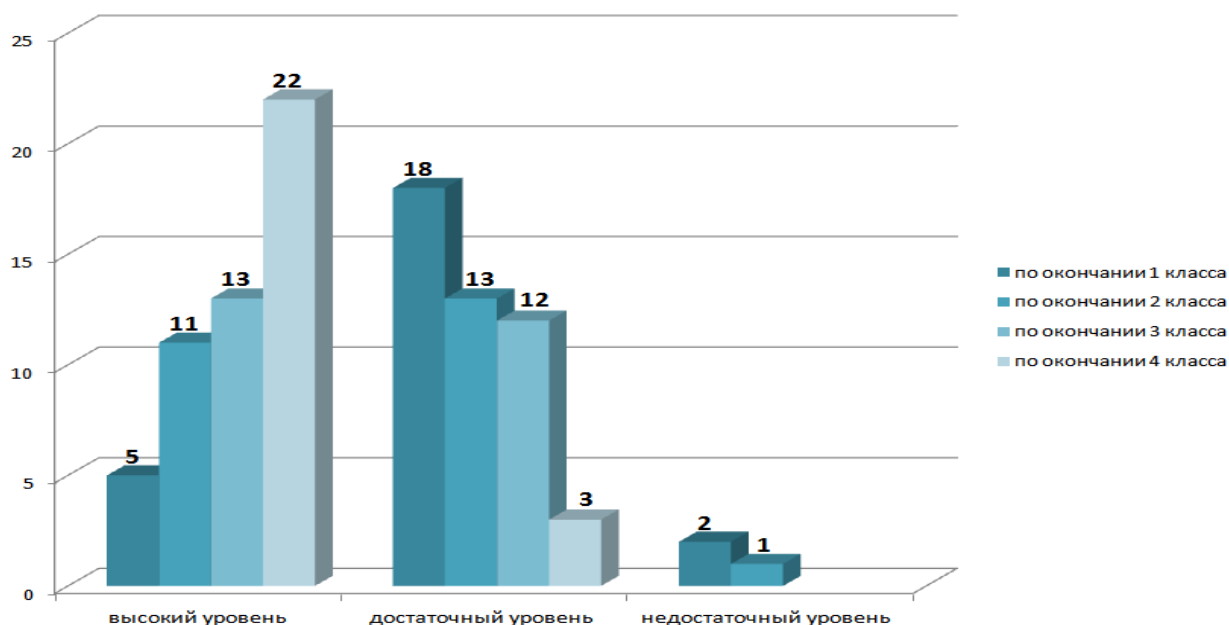


Рисунок 1 – Динамика уровня знаний о здоровье и ЗОЖ у младших школьников за 4 года обучения

Итак, реализация программы «Если хочешь быть здоров» позволила достичь следующих результатов:

1. учащиеся младших классов имеют высокий уровень информированности о здоровье и ЗОЖ;
2. среди учеников отсутствуют курящие дети;
3. повысилась активность учеников в мероприятиях класса и школы;

4. взаимодействие класса с младшими классами для приобщения к ЗОЖ (приглашение их на уроки здоровья);
5. активное участие родителей в процессе приобщения их детей к ЗОЖ;
6. 70% учеников 4 «А» класса посещают спортивные секции;
7. 90% учеников 4 «А» класса заняты во внеурочной деятельности (получение дополнительного образования).

ВЫВОДЫ

При выполнении работы было проведено исследование, подтвердившее свою актуальность, а также теоретическую и практическую значимость.

Было выяснено, что система школьного образования играет важную роль в формировании знаний о здоровом образе жизни у младших школьников. Укрепление здоровья ребенка – это проблема и медицинская, и педагогическая. Поэтому воспитательно-образовательная работа со школьниками оказывает не меньше влияния на формирование здоровья и ЗОЖ, чем какие-либо медико-гигиенические мероприятия. Особое место в формировании привычек ЗОЖ и знаний о здоровье занимают классные и внеклассные мероприятия.

Методология воспитания у младших школьников навыков ЗОЖ включает в себя не только обеспечения их грамотности в вопросах здоровьесбережения, но и мотивацию на ведение ЗОЖ, воспитание ответственности за свое здоровье и здоровье близких людей. В этом случае деятельность учителя должна представлять собой комплекс мероприятий гигиенического, психолого-педагогического, природно-оздоровительного и художественно-эстетического характера. Все эти мероприятия по приобщению младших школьников к ЗОЖ должны проводиться не только на уроках, но также и в качестве внеклассных мероприятий. Для повышения эффективности внеклассной работы и создания более комфортной психологической атмосферы следует привлекать родителей учеников.

Опытно-экспериментальное исследование было проведено на базе МОУ СОШ №2 р.п. Лысье Горы Саратовской области. Оно заключалось в разработке программы «Если хочешь быть здоров», рассчитанной на четыре года, ее реализации, сборе результативных данных и их анализе.

По итогам опытно-экспериментальной работы следует отметить, что разработанная и реализованная программа по приобщению младших школьников к здоровому образу жизни была очень эффективна. Она позволила не только повысить уровень знаний детей по данной теме, но также оказала благоприятное воздействие на родителей, сделала проведение внеклассных мероприятий более интересными и комфортными с психологической точки зрения.

Известно, что основные знания и навыки у человека закладываются с раннего детства. Поэтому нами была разработана программа «Если хочешь быть здоров». Благодаря успешной реализации и отличным результатам эта программа была оставлена для начальных классов в МОУ СОШ №2.

The screenshot displays the RUKONTEKST plagiarism checker interface. On the left is a dark sidebar with navigation options: Поиск плагиата, История проверок, Создать билет, Выданные билеты, Семантический поиск, Тематический анализ, Анализ текста, Аккаунт, and Тарифы. The main area is titled 'Результат проверки' and shows a donut chart with a 69.6% originality score. A legend below the chart indicates: 69.6% Original fragments (green), 30.4% Incorrect matches (red), and 0.0% Partially correct matches (blue). To the right of the chart, a table lists file details: Title: Автореферат, Year: 2018, Author: Чечерина, Checker: Исаева. Below this is a comment field with 'Отсутствует' and buttons for 'Действия' and 'Редактировать проверку'. At the bottom, there are buttons for 'Просмотр работы' and 'Значимые фрагменты', along with a 'Сохранить результаты' section with various sharing icons.

Category	Percentage
Оригинальные фрагменты	69,6%
Некорректные совпадения	30,4%
Условно корректные совпадения	0,0%

Заглавие:	Автореферат
Год публикации:	2018
Автор:	Чечерина
Проверяющий:	Исаева