

ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ
ПОСРЕДСТВОМ ФАКУЛЬТАТИВА «ПУТЕШЕСТВИЕ ПО ТРОПЕ ЗДОРОВЬЯ»

Соломина Е.В., Мамедова Л.В.

Технический институт (филиал) государственного автономного образовательного учреждения высшего профессионального образования «Северо-Восточный федеральный университет имени М.К. Аммосова» г. Нерюнгри, Россия

THE FORMATION OF THE HEALTH CULTURE OF THE YOUNGER (junior)
SCHOOLCHILDREN. BY MEANS OF THE OPTIONAL (elective) COURSE “THE JOURNEY
ALONG THE HEALTH PATHWAY”

Ekaterina V. Solomina, Larisa V. Mamedova

Technical Institute (branch) of State Autonomous Educational Institution of higher professional education "North-Eastern Federal University named after M.K.Ammosov" in Neruyngry, Russia

В последние годы в нашем обществе все очевиднее становится катастрофическое ухудшение здоровья учащихся. Наряду с неблагоприятными социальными и экологическими факторами в качестве причины признается и отрицательное влияние школы на здоровье детей. Закономерно возросло внимание и к здоровью школьников, потому что состояние здоровья подрастающего поколения является важнейшим показателем благополучия общества и государства, отражающим не только ситуацию, но и дающий точный прогноз на будущее. Поэтому с раннего возраста необходимо формировать культуру здоровья младших школьников.

В Федеральном Государственном образовательном стандарте начального общего образования отмечается, что: «основная образовательная программа начального общего образования определяет содержание и организацию образовательного процесса на ступени начального общего образования и направлена на формирование общей культуры, сохранение и укрепление здоровья обучающихся» [1].

Формирование культуры здоровья становится все более актуальной. Актуальность данного исследования обусловлена потребностью человека, общества и государства в формировании культуры здоровья младших школьников. Исследованием этого вопроса занимались многие педагоги, философы, психологи доктора медицинских наук такие как, И. И. Брехман, Л. И. Занина, А. П. Баранов, С.С. Боткин, В. М. Бехтерев, Б. Н. Чумаков, В. И. Глазко и другие.

Но в данных работах недостаточно уделено внимания методам и приемам, направленным на формирование культуры здоровья на факультативных занятиях. Поэтому нами была составлена программа факультатива «Путешествие по тропе здоровья» для учащихся второго класса, целью, которого является формирование культуры здоровья младших школьников.

При составлении программы мы основывались на программу авторов Л.А.Обуховой, Н.А. Лемяскиной, О.Е.Жиренко «Новые 135 уроков здоровья или школа докторов» ориентированной на формирование у обучающихся позиции признания ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, расширение знаний и навыков по гигиенической культуре.

Изучение культуры здоровья, воспитание здорового образа жизни является формированием положительной учебной мотивации на раннем этапе развития ребенка. Этот вопрос помогают решать занятия факультатива «Путешествие по тропе здоровья». Здесь в игровой форме закладываются навыки правильного режима дня, знание о строении организма, умение на практике изучать его функции, а также осуществлять тесную связь с природой. Опыт проведения таких занятий показывает, что они хорошо воспринимаются детьми, приносят положительные результаты. Программа дает школьнику возможность открыть в себе главные психологические и физические возможности.

Факультатив имеет два направления - теоретическое и практическое. По степени значимости они практически равнозначны. Программа рассчитана на объем во 2 классе 28 часов в год.

Каждый раздел имеет следующую структуру: теоретический блок, практический блок, контрольные задания, тестирование. Темы построены по алгоритму: лекционный материал (беседа, чтение художественных произведений, экскурсия); практические занятия (деловая игра, сюжетная игра, сюжетно-ролевая игра, дидактическая игра, обыгрывание диалогов, проигрывание ситуаций); индивидуальная работа и контрольные занятия.

В процессе обучения учащимся предлагаются различные формы итоговых испытаний: реферат, деловая игра, тестирование программного материала, обыгрывание ситуаций, диагностические тесты, упражнения, оздоровительные минутки. Занятия становятся эффективным средством развития, и воспитания детей, если выполняются определенные условия. В своей работе мы ориентируемся не только на усвоение ребенком знаний и представлений, но и становление его мотивационной сферы гигиенического поведения, реализации усвоенных знаний и представлений в поведении. Учитываем, что ребенок, изучая себя, особенности своего организма, психологически готовится к тому, чтобы осуществлять активную оздоровительную деятельность, формировать свое здоровье. Методика работы с детьми строится в направлении личностно-ориентированного взаимодействия с ребенком, делается акцент на самостоятельное экспериментирование и поисковую активность детей. Содержание занятий наполняются сказочными и игровыми сюжетами и персонажами. Введение игры в занятие позволяет сохранить специфику младшего школьного возраста. Мало научить ребенка чистить зубы утром и вечером, делать зарядку и есть здоровую пищу. Надо,

чтобы уже с раннего детства он учился любви к себе, к людям, к жизни. Только человек, живущий в гармонии с собой и с миром, будет действительно здоров. Занятия о пище, питании проводим в столовой. Здесь дети изучают правила хорошего тона, теория закрепляется практикой, формируется положительный настрой, закрепляются здоровые принципы питания (тщательное пережевывание, разумное отношение к приему жидкости, в том числе воды).

При безотметочном обучении факультатива «Путешествие по тропе здоровья» используем оценочные суждения, построенные на выделении тех шагов, которые получились у ребенка и обозначены ближайшими шагами, которые ребенку необходимо сделать.

В содержание программы входят 17 тем, а именно; «Дружи с водой», «Забота о глазах», «Уход за ушами», «Уход за зубами», «Уход за руками и ногами», «Забота о коже», «Как следует питаться», «Как сделать сон полезным», «Настроение в школе», «Вредные привычки», «Мышцы, кости и суставы», «Как закаляться».

По окончании курса факультативных занятий учащиеся имеют представление о своем организме, о функциях органов и уход за ними, о правилах личной гигиены. Знают, как правильно ухаживать за своим организмом, что нужно сделать, чтобы не заболеть, необходимость в соблюдении правил личной гигиены, соблюдают правила здорового образа жизни, понятия «здоровье», «режим дня», «личная гигиена». Доводим до сознания детей, что организм человека - самое совершенное творение природы. В нем нет ничего лишнего и ненужного. Каждая клетка, каждый орган, каждая часть тела выполняет свою функцию, определенную им биологическим законом. Понимание тех процессов, которые происходят в организме, является главным условием для организации здорового образа жизни ребенка.

Литература:

1. О введении в действие Федерального Государственного образовательного стандарта начального образования. - М.: Приказ Министерства образования от 22.12.09. URL: Федеральный образовательный портал Российское образование Режим доступа: <http://www.edu.ru>