

УДК 37

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ У УЧАЩИХСЯ УМЕНИЙ ОРГАНИЗОВАТЬ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩУЮ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТЬ СРЕДСТВАМИ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

БОРТНИКОВА Светлана Анатольевна,

кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики физической культуры;

БОГАЧЕВА Елена Васильевна,

кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой теории и методики физической культуры, Воронежский государственный педагогический университет;

БОРТНИКОВА Екатерина Сергеевна,

ординатор,

Воронежский государственный медицинский университет им. Н.Н. Бурденко

АННОТАЦИЯ. В статье раскрываются особенности организации педагогического процесса, направленного на формирование у учащихся младших классов умений организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность, достижение ими высокого уровня представлений о ценности здоровья средствами внеурочной деятельности по физической культуре.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: педагогический процесс, педагогические условия, здоровьесберегающая жизнедеятельность, внеурочная деятельность учащихся.

PEDAGOGICAL CONDITIONS OF STUDENTS' SKILLS FORMATION TO ORGANIZE HEALTH-SAVING AND LIFE-SUSTAINING ACTIVITY BY MEANS OF EXTRACURRICULAR ACTIVITY IN PHYSICAL EDUCATION

Bortnikova S.A.,

Cand. Pedagog. Sci., Docent of the Department of Theory and Methodology of Physical Education;

Bogacheva E.V.,

Cand. Pedagog. Sci., Docent, Head of the Department of Theory and Methodology of Physical Education, Voronezh State Pedagogical University;

Bortnikova E.S.,

Resident Physician,

Voronezh State Medical University named after N.N. Burdenko

ABSTRACT. The article reveals the organization peculiarities of the pedagogical process directed on junior students' skills formation to organize the health saving and life sustaining activity and their attainment of high-level perception of health value by extracurricular activities in physical education.

KEY WORDS: pedagogical process, pedagogical conditions, health saving and life sustaining activity, students' extracurricular activity.

Для детей младшего школьного возраста является естественной потребностью в высокой двигательной активности.

Большое суммарное количество двигательных действий, совершаемых ребенком в процессе повседневной жизни способствует его физическому развитию и соответствует возрастным особенностям.

Однако в период учебных занятий, как и в свободное от учебы время младшие школьники все больше времени проводят за письменным столом и даже за монитором компьютера. Поэтому важно обеспечить, чтобы дети имели достаточную ежедневную двигательную активность в соответствии с их возрастом и здоровьем.

В этой связи, проблема организации внеурочной деятельности по физической культуре в образовательных учреждениях общего образования, направленной на овладение учащимися младших классов

умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность приобретает особую актуальность.

В ходе исследования будем исходить из предположения, что организация внеурочной деятельности по физической культуре младших школьников классов на основе учета их возрастных особенностей будет способствовать формированию высокого уровня представлений о ценности здоровья и умений организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность.

Учитывая вышеизложенное, необходимо изучить возрастные особенности организма младшего школьника, обосновать цель и принципы внеурочной деятельности по физической культуре младших школьников организовать внеурочную деятельность по физической культуре, формирующую представления о ценности здоровья и умения организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность у обучаемых.

Младший школьный возраст – благоприятный период для формирования элементарных знаний личной гигиены, режима дня, влияния физических

© Бортникова С.А. Богачева Е.В., Бортникова Е.С., 2019
Информация для связи с авторами: svetlanabortnikova1971@yandex.ru

упражнений на состояние здоровья и работоспособность, умения организовать здоровьесберегающую деятельность.

В программах по физической культуре отечественных педагогов-методистов (Лях В. И. и др.), четко обозначены организационно-дидактические особенности традиционного школьного урока. При этом, на уроке учителю приходится решать триединую образовательную, воспитательную и оздоровительную задачи, и, в этой связи, не всегда возможно сформировать у обучающихся умения организации рекреационных и оздоровительных мероприятий в режиме дня, так как акцент все же делается на обучении отдельным видам движений. Существующая школьная система физического воспитания представляется недостаточной в организационно-методическом и материально-техническом плане, вследствие этого устоявшаяся классно-урочная система не способна в полной мере решить эту проблему самостоятельно.

В связи с этим особую актуальность приобретает проблема организации внеурочной деятельности по физической культуре в образовательных учреждениях общего образования, направленной на овладение умениями младшими школьниками организации здоровьесберегающей жизнедеятельности.

Учитывая, что в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (ФГОС НОО), одним из результатов освоения основной образовательной программы начальной школы в области физической культуры должно стать формирование у детей первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья (физического, психологического, социального), необходимо разработать и провести ряд мероприятий внеурочной деятельности, которые будут направлены на приобретение детьми младшего школьного возраста умений организации здоровьесберегающей жизнедеятельности и рекреационных мероприятий (следование режиму дня, правилам гигиены, утренним упражнениям и др.).

Целью организуемой нами внеурочной деятельности по физической культуре является формирование высокого уровня понимания ценности здоровья и способности к организации здоровьесберегающей жизнедеятельности у учащихся начальной школы. Для достижения этой цели необходимо решить следующие педагогические задачи: – изучить состояние проблемы здоровья младших школьников; – выяснить влияние внеклассной деятельности, учитывающей интересы каждого ребенка, на представление о здоровом образе жизни; – обеспечить организацию досуговой деятельности учащихся по направлению «Здоровье»; – разработать и осуществить спортивно-оздоровительную деятельность в образовательном процессе учащихся начальной школы, организовать работу, направленную на овладение навыками организации оздоровительной деятельности (соблюдение режима дня, правил гигиены, выполнение утренних упражнений и др.).

В ходе специально организованного педагогического процесса, направленного на достижение обучающимися высокого уровня представлений о ценности здоровья и способности организовывать здоровьесберегающие мероприятия через развитие здо-

ровьесберегающей и здоровьесоздающей среды необходимо:

1. сформировать необходимые знания и навыки для здорового образа жизни у детей младшего школьного возраста и мотивационную сферу гигиенически грамотного поведения, безопасной жизни, физической культуры;

2. научить использовать эти знания в повседневной жизни;

3. сформировать потребность выполнения элементарных правил здоровьесбережения.

В связи с этим личностными результатами педагогического процесса станет формирование у младших школьников следующих умений:

- определять и высказывать под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения и этические нормы здоровьесберегающей жизнедеятельности;

- в ситуациях общения и сотрудничества, предложенных учителем, опираясь на общие простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, что сделать и как поступить;

- знать о необходимости заботы о своем здоровье и развивать поведение, которое поможет избежать опасности для жизни и здоровья, сократить пропуски уроков из-за болезни и увеличить количество младших школьников, посещающих спортивные клубы и спортивно-оздоровительные мероприятия;

- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, опыт взаимодействия с окружающим миром;

- осознанное отношение младших школьников к собственному здоровью.

Основным критерием формирования у младших школьников на высоком уровне представлений о ценности здоровья будет повышение значимости здоровья в индивидуальной иерархии ценностей.

Основными критериями формирования у младших школьников навыков организации здоровьесберегающей жизнедеятельности будут являться:

1. Знания о необходимости соблюдения правил режима дня и питания.

2. Знание необходимости личной гигиены.

3. Осведомленность о правилах оказания первой помощи.

4. Активное отношение детей к своему здоровью, овладение умениями здорового образа жизни.

Внеурочная деятельность, направленная на формирование у учащихся младших классов умений организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность и достижение ими высокого уровня представлений о ценности здоровья была организована на базе муниципального бюджетного образовательного учреждения средняя общеобразовательная школа №94 г. Воронежа, в исследовании приняли участие 26 учеников экспериментального 3 «А» класса и 25 – контрольного 3 «Б» класса.

Диагностика уровня представлений обучающихся о ценности здоровья и умений организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность осуществлялась при помощи методики, разработанной Науменко Ю.В.

Результаты мониторинга овладения обучающимися умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность представлены на диаграммах (рис. 1-2).



Рис. 1 – Диаграмма 1-2 «Результаты мониторинга умений организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность у обучающихся экспериментального класса»

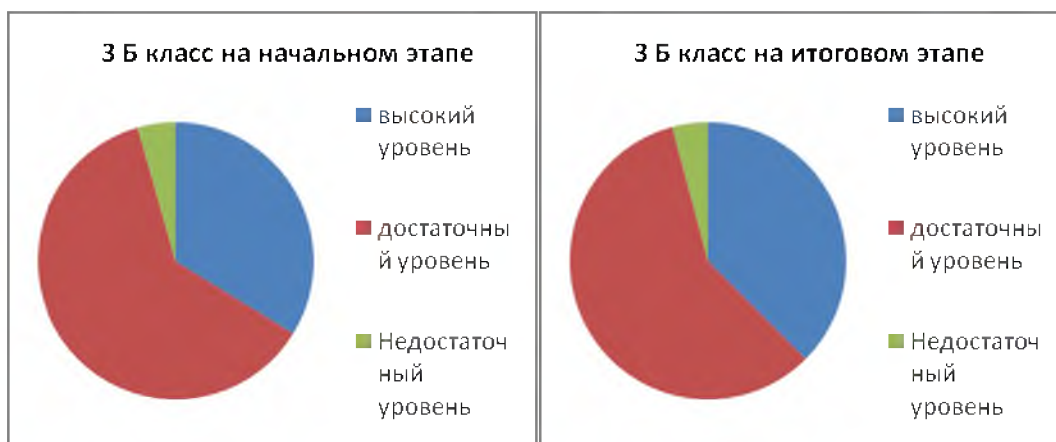


Рис. 2 – Результаты мониторинга умений организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность у обучающихся контрольного класса

В начале эксперимента умения организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность у обучающихся экспериментального класса были развиты хуже, чем у контрольного, поскольку количество обучающихся, имеющих недостаточный и низкий уровень превышало по аналогичному показателю контрольный класс.

На итоговом этапе было выявлено увеличение количества обучающихся, имеющих высокий и достаточный уровень в экспериментальном классе, детей, показавших низкий уровень умений, не оказавшихся как результаты овладения обучающимися умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность в контрольном классе не изменились.

Результаты мониторинга уровня представлений обучающихся о ценности здоровья представлены на рис. 3.

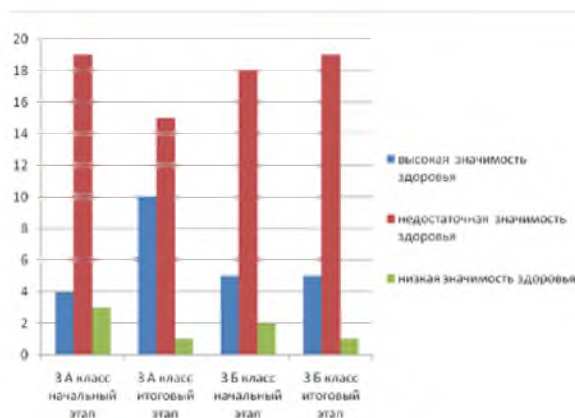


Рис. 3 – Результаты мониторинга уровня представлений обучающихся о ценности здоровья

На начальном этапе место, занимаемое здоровьем в иерархии ценностей обучающихся экспериментального и контрольного классов было примерно одинаково и соответствовало возрастным психологическим особенностям младшего школьника.

Полученные данные показали, что в ходе эксперимента по организации внеурочной деятельности «Азбука здоровья» у 38,5% детей экспериментального класса сформирован высокий уровень личностной значимости здоровья; уменьшилось количество учащихся с недостаточным и низким уровнем личностной значимости.

Таким образом, полученные результаты доказывают, что организация внеурочной деятельности по физической культуре младших школьников по спортивно-оздоровительному направлению с учетом их возрастных особенностей, на основе реализации комплексной программы «Азбука здоровья» способствовала формированию высокого уровня представлений о ценности здоровья и умений организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность.

Таким образом, педагогическими условиями формирования у учащихся умений организации здоровьесберегающей жизнедеятельности средствами внеурочной деятельности по физической культуре является соблюдение следующих требований:

1. Формирование у детей первоначальных представлений о значении физической культуры в укреплении здоровья.

2. Организация и проведение мероприятий по повышению физической активности во внеурочное время.

3. Систематическое вовлечение детей младшего школьного возраста в занятия физической культурой и спортом посредством осещения роли физи-

ческого воспитания и пропаганды здорового образа жизни.

4. При планировании внеклассной деятельности большое внимание следует уделять учету возрастных особенностей школьников, материально-техническому обеспечению, организации мероприятий и сотрудничеству с родителями и работниками школьного здравоохранения.

5. Разработка и внедрение в практику школы программу внеурочной деятельности, направленную на формирование у учащихся высокого уровня представлений о ценностях здоровья и умений организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность путем освоения учащимися необходимых знаний и умений организации мероприятий для укрепления здоровья; формирование мотивационной сферы гигиенически грамотного поведения и потребностей реализации основных правил охраны здоровья, изучение способов использования полученных знаний в повседневной жизни.

Организуя педагогический процесс по формированию у учащихся умений организации здоровьесберегающей жизнедеятельности средствами внеурочной деятельности по физической культуре, занятия необходимо проводить на двух основных уровнях:

1) аудиторный – знакомство с правилами и законами организации здорового образа жизни, полезных и вредных привычек во время разговоров, часов здоровья и др.;

2) внеаудиторный, позволяющий формировать и закреплять навыки здорового образа жизни во время игр на свежем воздухе и спортивных мероприятий.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Акимова, М. К. Обучаемость и здоровье школьника [Текст] / М. К. Акимова, В. Т. Козлова // Школа здоровья. – 1996. – Т. 2. – № 2. – 21-31 с.
2. Галан, Т. Г. Здравоохранение в рамках внеурочной деятельности в начальной школе (из опыта работы учителя) [Электронный ресурс] // Теория и практика образования в современном мире: материалы IV Международной научной конференции. – СПб., 2015. – С. 78-79. – Режим доступа: <https://moluch.ru/conf/ped/archive/99/4764/> (дата обращения: 01.03.2019).
3. Гребнева, М. В. Анкета «Отношение детей к ценности здоровья и здорового образа жизни» [Электронный ресурс] / М.В. Гребнева. – Режим доступа: schule1277.ru/pages/docs/zozh/gz/monitoring2010.doc
4. Лях, В. И. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В. И. Ляха. 1–4 классы : пособие для учителей общеобразоват. организаций [Текст] / В. И. Лях. – 4-е изд. – М. : Просвещение, 2014. – 64 с.
5. Науменко, Ю. В. Анкета «Уровень сформированности знаний о ЗОЖ» [Электронный ресурс] / Ю.В. Науменко. – Режим доступа: <http://www.findsmarter.ru>.
6. Павинская, К. В. Сущность здоровьесберегающей деятельности в научном понимании [Электронный ресурс] / К.В. Павинская // Концепт. – 2016. – Т. 11. – С. 146–150. – Режим доступа: <http://e-koncept.ru/2016/86033.htm>.