

**Министерство образования и науки Российской Федерации
Татарский государственный гуманитарно-педагогический
университет**

**Кафедра экономической географии и социально-
культурного сервиса и туризма**

Кафедра теории и методики обучения географии

Кафедра теории и методики обучения физике

Школа №18 Приволжского района г. Казани

**Инновационные образовательные
технологии в естественнонаучном
образовании школы и вуза**

**Материалы Всероссийской научно-практической
конференции, посвященной 70-летию Заслуженного
учителя школы РТ, заведующего кафедрой теории и
методики обучения физике**

Габидуллина Азбара Самигулловича

23 апреля 2010 г

Казань 2010

САМООБРАЗОВАНИЕ И САМОВОСПИТАНИЕ ЛИЧНОСТИ РЕБЕНКА НА ОСНОВЕ ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ К СВОЕМУ ЗДОРОВЬЮ И ЗДОРОВЬЮ ДРУГИХ ЛЮДЕЙ

*Марголис О.В., учит. информатики,
магистр физ.-мат. наук, школа-интернат №74
г. Ростов-на-Дону.*

В рамках национальной образовательной инициативы «Наша новая школа» одним из основных направлений развития общего образования является сохранение и укрепление здоровья школьников.

Современные дети должны научиться правильно планировать свою трудовую, семейную и личную жизнь, нести ответственность за нее, включая собственное здоровье и благополучие.

В связи с этим, проблема формирования здорового образа жизни школьников стала приоритетной в деятельности и государства, и всего общества.

В санаторной школе-интернате №74 г.Ростова-на-Дону педагоги стремятся к тому, чтобы у воспитанников сформировалась потребность в хорошем здоровье, чтобы ребенок ответственно относился не только к собственному здоровью, но и здоровью других людей, а также к сохранению среды обитания. Мы должны помочь детям в этом.

Среди учащихся 5-9 классов санаторной школы-интерната №74 г. Ростова-на-Дону была проведена серия анкет. Количественная характеристика уровня здоровья (психического и соматического) школьников была направлена на выявление учащихся группы риска, оценивания уровня их здоровья.

Исследования, проведенные, например в 5 – 6 классах, показали, что в этом коллективе у большинства детей уровень здоровья в пределах нормы. Однако есть дети с низким уровнем здоровья по астеническому синдрому.

Астенический синдром – поведение, характеризующееся повышенной утомляемостью, ослаблением или утратой способности к продолжительному физическому или умственному напряжению, раздражительностью, частой сменой настроения, слезливостью, капризностью, вегетативные расстройства [1].

Такой эксперимент показал, что нужно помочь этим детям научиться самостоятельно приобретать новые знания по сохранению и укреплению здоровья, сформировать здоровый образ жизни.

Чтобы помочь детям в умении самим правильно оценивать свое здоровье, вести здоровый образ жизни педагогами санаторной школы-интерната №74 г.Ростова-на-Дону был разработан комплекс оздоровительно-профилакти-

ческих мероприятий, направленный на формирование ценностного отношения к своему здоровью.

Целью данного комплекса мероприятий является обучение воспитанников умению организовывать собственную деятельность как здоровьесохраняющую с мотивом заботы об окружающих людях и среды обитания.

Исходя из главной цели были сформулированы и задачи данного комплекса мероприятий:

- Создание условий для включения ребенка в формирование здорового образа жизни, восприятия ценностного отношения здоровья как явления позитивного и многогранного, приносящего радость и удовлетворение;

- Научить воспитанников практическим методам самодиагностики, самооценки, самоконтроля и самокоррекции состояния здоровья на разных этапах жизни.

Для реализации поставленных цели и задач были использованы следующие формы и методы работы с детьми:

- Проведение цикла классных часов на тему: «Как научиться сохранению и укреплению здоровья. Уроки здорового образа жизни для детей и взрослых»;

- Активное распространение современных подходов к сохранению и укреплению здоровья детей через СМИ;

- Оборудование игровых комнат для проведения ролевых игр с последующей рефлексией для правильного запечатления сценариев ценностных отношений к здоровью или их корректировки;

- Организация выставок детского творчества, конкурсов, олимпиад, лекториев, фото- и видеоклубов с целью демонстрации учащимися практических методов самостоятельного принятия решений, ориентированных на сохранение здоровья.

Конечно, формирование у ребенка ценного отношения к здоровью происходит не только в школе. Интерес к здоровому образу жизни формируется у детей и в семье.

Педагогами школы был проведен опрос в котором участвовали и дети, и их родители. Проведенный опрос показал, что не все родители знают как помочь своему ребенку

сформировать здоровый образ жизни, научить его сохранять и укреплять здоровье.

Чтобы сформировать у детей потребность в хорошем здоровье и здоровый образ жизни, родители должны привлекать детей к физическому воспитанию и обсуждению различных доступных их пониманию психолого-физиологических проблем.

Чтобы помочь родителям в умении самим ответственно относиться не только к собственному здоровью, но и здоровью окружающих людей, педагоги школы провели родительское собрание, на котором были рассмотрены вопросы, связанные с пониманием значения здорового образа жизни в современной семье, формированием у родителей интереса к сохранению и укреплению здоровья ребенка.

Включение родителей во внедрение инновационных технологий по формированию здорового образа жизни ребенка побудило взрослых задуматься о роли сохранения и укрепления здоровья, характере ценностного отношения к здоровью в семье, которые в основном влияют на формирование потребности в хорошем здоровье ребенка.

В семьях, где родители с высокой требовательностью относятся к выполнению детьми физических упражнений, к получению детьми новых знаний о сохранении и укреплении здоровья, есть все предпосылки к тому, что у ребенка сформируется ценностное отношение к здоровью, здоровый образ жизни. Наоборот, в семьях, где родители пренебрегают собственным здоровьем и здоровьем детей, ребенок может иметь отклонения физического и психосоматического здоровья.

Итак, задача педагога, анализируя полученные сведения в ходе проведения эксперимента, стремиться помочь ученику научиться сохранять и укреплять здоровье, вести здоровый образ жизни.

Таким образом, учитель вместе с учеником и родителями создают программу самодиагностики, самоконтроля и самокоррекции психосоматического состояния систем организма на разных этапах жизни.

АНКЕТА ДЛЯ УЧАЩИХСЯ

1. Удовлетворен ли ты состоянием своего здоровья, почему?
2. Что значит, по твоему мнению, вести здоровый образ жизни?
3. Считаешь ли ты возможным сохранять и укреплять здоровье по отношению к себе?
4. Что для этого нужно предпринять?
5. Говорят ли с тобой родители о здоровом образе жизни?
6. Считаешь ли ты необходимым вести здоровый образ жизни?
7. Как ты думаешь, почему нужно сохранять и укреплять здоровье?
8. На какие вопросы по данной теме ты бы хотел получить ответ на классном часе?
9. Нужно ли учиться людям сохранять и укреплять свое здоровье?
10. Чтобы ты хотел пожелать своим одноклассникам по данной проблеме?

АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

1. Удовлетворены ли Вы состоянием своего здоровья, почему?
2. Удовлетворены ли Вы состоянием здоровья своего ребенка, почему?
3. Считаете ли вы необходимостью поднимать проблему здорового образа жизни, сохранения и укрепления здоровья на родительском собрании?
4. Нудно ли проводить дома мероприятия, направленные на сохранение и укрепление здоровья вашего ребенка?
5. Читаете ли вы литературу по этой проблеме?
6. Обсуждаете ли вы прочитанные книги по формированию здорового образа жизни?
7. Если бы вам предложили послушать лекцию по данной проблеме, приняли бы вы это предложение?
8. Убеждаете ли вы своего ребенка вести здоровый образ жизни или он делает это без принуждения?

9. Являетесь ли вы примером для своего ребенка в плане сохранения и укрепления здоровья?
10. На какие вопросы по данной теме вы хотели бы получить ответ на родительском собрании?

Литература

1. Практикум по валеологии / ред. Г.А. Кураева. - Ростов-на-Дону: ВАЛЕОЛОГИЯ, 1999. - 195с.