



Формирование основ здорового образа жизни у младших школьников в процессе освоения краткосрочного курса

«Азбука здоровьесбережения»

Цель исследования – разработка дидактических материалов для формирования основ здорового образа жизни у младших школьников на занятиях краткосрочного курса и их апробация в школьной практике.

Основные понятия исследования

Внеурочная деятельность - образовательная деятельность, осуществляемая в формах, отличных от классно-урочной, и направленная на достижение результатов освоения основной образовательной программы (ФГОС НОО).

Краткосрочный курс (КСК) – это обязательный курс по выбору обучающихся из вариативной части учебного плана организаций, осуществляющих образовательную деятельность, обеспечивающий пространство личного образовательного выбора учащегося (Котова Е.И.).

Особенности КСК как формы внеурочной деятельности

продолжительность курса – 6 - 16 часов

содержание курса не должно совпадать с содержанием учебных программ по предметам учебного плана

самостоятельная практическая деятельность обучающихся

ориентация учащихся на создание образовательного продукта

Образовательные задачи КСК

предпрофильная подготовка

коррекция знаний

развитие познавательного интереса

развитие надпредметных способностей

развитие социально значимых компетенций

интеллектуальный рост

личностный рост

Содержание программы КСК «Азбука здоровьесбережения»

Раздел 1. Основы здорового образа жизни
Золотые правила ЗОЖ. Правило 1. Соблюдение режима дня.
Правило 2. Движение – жизнь.
Раздел 2. Питание и гигиена
Правило 3. Правильное питание.
Правило 4. Соблюдение гигиены.
Раздел 3. Умей предупреждать болезни
Правило 5. Закаливание.
Правило 6. Нет вредным привычкам.
Раздел 4. Первая медицинская помощь
Посещение медицинского кабинета.
Первая медицинская помощь.

Дидактический материал к КСК «Азбука здоровьесбережения»

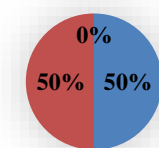


Вывод: рабочая программа краткосрочного курса «Азбука здоровья» составлена на основе анализа УМК по предмету «Окружающий мир» для 3 класса, в результате которого были определены разделы и темы данной программы.

Методика Н.С. Гаркуши «Определение общего уровня сформированности культуры здоровья школьников»

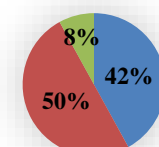
Входная диагностика

Контрольная группа
Уровень



■ Низкий ■ Средний ■ Высокий

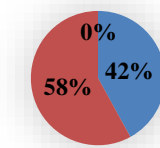
Экспериментальная группа
Уровень



■ Низкий ■ Средний ■ Высокий

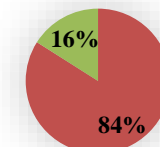
Итоговая диагностика

Контрольная группа
Уровень



■ Низкий ■ Средний ■ Высокий

Экспериментальная группа
Уровень



■ Низкий ■ Средний ■ Высокий

Вывод: методика Н.С. Гаркуши позволила определить общий уровень сформированности культуры здоровья школьников. Результаты итоговой диагностики экспериментальной группы показали, что количество учащихся с высоким уровнем увеличилось на 8%, со средним уровнем – увеличилось на 34%, с низким уровнем – не выявлено. Анализ результатов контрольной группы показал, что учащихся с низким уровнем уменьшилось на 8%, соответственно, со средним уровнем – увеличилось на 8%. Таким образом, разработанные дидактические материалы КСК «Азбука здоровьесбережения» способствовали повышению общего уровня сформированности культуры здоровья школьников.