

© 2012 г. Л.В. Баукина
УДК 376

**МЕТОДИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ
РЕАЛИЗАЦИИ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ
ПО ФОРМИРОВАНИЮ ГОТОВНОСТИ ПОДРОСТКОВ
К УКРЕПЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ В ГИМНАЗИИ**

Здоровье и образование являются приоритетными направлениями государственной политики. Анализ сложившейся в мире ситуации показывает, что учащиеся недостаточно четко осознают зависимость здоровья от образа жизни, не готовы к самооценке своего состояния здоровья, к самостоятельной деятельности по его сохранению и укреплению. Это обуславливает актуальность проблемы, связанной с поиском и научным обоснованием условий формирования готовности подростков к укреплению здоровья. Целью работы является обеспечение эффективного формирования готовности подростков к укреплению здоровья в образовательном процессе гимназии. Анализ источников позволил нам сделать вывод о том, что готовность к укреплению здоровья – это интегративное качество личности, мотивированной на умение оценивать возможности и результаты собственной деятельности по укреплению здоровья на основе сформированных знаний и умений.

В данной статье раскрыты методические приемы реализации педагогических условий по формированию готовности подростков к укреплению здоровья в гимназии. В качестве таковых были выявлены следующие условия: формирование ценностного отношения к здоровью с применением активных методов, интеграция знаний учащихся о здоровье человека в образовательном процессе, развитие рефлексивных умений обучающихся в области укрепления здоровья. Введенные педагогические условия являются взаимосвязанными и взаимозависимыми. Удаление одного сделает весь процесс неэффективным. Поэтому в проведенном исследовании речь идет о комплексе педагогических условий.

Формирующий этап эксперимент проводился с учащимися 6-8 классов в гимназии №14 г. Белорецк. В ходе эксперимента решались следующие задачи:

- а) сформировать потребность по приобретению знаний о здоровье;
- б) выработать навык использования полученных знаний и умений;
- в) выработать умение обосновывать свои действия по укреплению здоровья.

Данные задачи направлены на реализацию компонентов готовности к укреплению здоровья: мотивационно-ценностного, когнитивного, деятельностного.

Мотивационно-ценностный компонент заключается в наличии мотивации и потребности к получению знаний и формированию умений в области укрепления здоровья. В мотивационно-ценностный компонент включен ряд показателей: потребность учащихся в здоровом образе жизни, уровень ценностного отношения к своему здоровью.

Когнитивный компонент обусловлен необходимостью наличия знаний и умений в области укрепления здоровья. Данный компонент включает показатели; знание основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни, знания о вредных привычках и их влиянии на здоровье человека, глубина интересов учащихся в сфере деятельности, связанной со здоровьем.

Деятельностный компонент заключается в практическом отношении к своему здоровью, без него невозможно сформировать готовность к укреплению здоровья. Он содержит в себе показатели: сформированность умений учащихся укреплять здоровье, готовность учащихся включаться в практические действия по укреплению здоровья, рефлексивные умения оценивать свои действия по укреплению здоровья.

Основными методами реализации комплекса условий по формированию готовности подростков к укреплению здоровья выступают: методы проблемного изложения (решение проблемных ситуаций, метод), частично-поисковые (решение познавательных задач, проблемный рассказ, проблемно-поисковая беседа, проблемно-поисковые упражнения, исследовательские лабораторные работы), исследовательские (метод проектов,), игровые методы (деловая игра, перс-конференция, моделирование ситуаций).

Все эти методы являются активными, поэтому способствуют побуждению учащихся к активной мыслительной и практической деятельности.

Метод проблемного изложения позволяет сформировать у учащихся 6-8 классов следующие умения: самостоятельно увидеть и сформулировать

источник вреда для здоровья, выдвинуть способ решения обозначенной проблемы, грамотно обосновать свое решение, проанализировать последствия выбранного способа укрепления здоровья. Постановка проблемы в данном методе осуществлялась за счет создания ситуаций неожиданности («Иногда, при одновременном употреблении двух разных лекарств, одно из них перестает действовать. Как вы думаете, какие возможны механизмы такого взаимодействия лекарств?»), конфликта («можно все-таки есть на ночь ли нет»), неопределенности («Почему жители полярных стран редко болеют инфекционными болезнями?»), ситуации несоответствия («Обязательно ли включать в рацион белковую пищу, если главным источником энергии являются жиры?»).

Использовались также специально разработанные проблемные вопросы. Общую логику представления материала с использованием проблемных вопросов можно представить следующим образом: формулировка основной мысли нового материала, раскрытие сути изучаемой закономерности с двумя-тремя примерами, фактами, введение проблемного вопроса с включением понятий о здоровье и его укреплении, требующего от учащихся умения на основе сознательного использования полученной информации обнаруживать закономерности изучаемой темы с знаниями о здоровье. Как результат – получение учащимися знаний о здоровье, повышение содержательности урока и формирование заинтересованности у учащихся своим здоровьем. Так, при изучении на уроках биологии в 8 классе материала о пищеварении в ротовой полости изучено значение вкусовых рецепторов, строение ротовой полости и топография основных слюнных желез, типовое разнообразие зубов и их внутреннее строение, повторены правила гигиены ротовой полости. Затем учащимся предложено ответить на вопрос: почему человек тратит много средств на лечение зубов и средства ухода за зубами, какие факторы могут влиять на состояние ротовой полости? Учащиеся, решая поставленную учителем проблему, раскрывают причины заболеваний зубов и выводят основные правила профилактики заболеваний зубов и десен.

При составлении проблемных вопросов, направленных на формирование ценностного отношения к здоровью, необходимо учитывать следующие требования: вопрос должен обязательно содержать в себе еще нераскрытую учащимися область субъективно новых для них знаний об организме и укрепле-

нии здоровья; вопрос может быть направлен на применение имеющихся знаний о здоровье для решения проблем укрепления здоровья; вопрос должен возбуждать у учащихся интерес к решению проблемы укрепления здоровья.

Нами также использовался другой метод проблемного обучения - частично-поисковый метод. Использование данного метода позволило организовать активный поиск решения выдвинутых в обучении (или самостоятельно сформулированных) познавательных задач относительно укрепления здоровья. В ходе исследования разработаны и апробированы разные типы познавательных задач для учащихся 6-8 классов. При их составлении мы использовали алгоритм составления биологических задач В. А. Бухвалова [1]: задачи на выбор информации, задачи на исправление ошибок, задачи на сравнение и составление выводов, задачи на установление взаимосвязей, задачи на выявление приспособлений, задачи на выявление противоречий, задачи на постановку опытов, задачи на выдвижение гипотез, задачи на объяснения результатов опыта, задачи на анализ гипотезы.

Для эффективного использования познавательных задач необходимо соблюдение ряда требований: задания должны быть доступны по трудности, задания должны быть интересными и значимыми для учащихся, задания должны быть рассчитаны на возможность их самостоятельного выполнения учащимися, задания могут повторять одну и ту же проблему, но должны предъявляться в разных контекстах, задания должны открывать новое для учащихся знание.

Успешная работа методом проблемного изложения и частично-поисковым методом дает возможность использования исследовательского метода обучения. В исследовании использован метод проектов как один из методов исследовательского обучения. За период экспериментальной работы предложены учащимся, организованы и защищены следующие проекты: «Физиологическое обоснование ухода за кожей», «Роль воды в жизни человека», «Витамины», «Работоспособность человека», «Оценка биологического возраста», «Культура пользования химическими средствами, их рациональный выбор», «Острота слуха», «Гигиена зрения», «Гигиена одежды», «Качество пищевых продуктов», «Химизация» организма человека, ее последствия», «Ритм жизни и здоровье человека», «Болезни цивилизации (сердечно-сосудистые заболевания, психические расстройства и др.) и их профилактика», «Влияние

запахов на организм человека», «Плоскостопие», «Фитотерапия», «Гигиеническая оценка микроклимата помещений», «Значение физических нагрузок», «Гигиена питания», «Техногенное влияние на органы дыхания», «Влияние гиподинамии на функциональное состояние учащихся», «Реакция ЧСС на физическую нагрузку», «Психогигиена общения», «Оценка функционального состояния школьников в зависимости от двигательной активности», «Оценка уровня гармоничности физического развития школьников, «Влияние техногенных факторов на здоровье человека», «Гигиена жилища и здоровье человека». Для каждого проекта совместно с учащимися разработаны подробные алгоритмы проектов с указанием этапов работы, исследовательских методик, вопросов для промежуточных и основных выводов. Этот алгоритм включал в себя следующие пункты: тип и характеристика проекта, общая цель проекта, сроки работы над проектом, материально-техническое и учебно-методическое оснащение, дополнительно привлекаемые участники (специалисты), предполагаемые приращения, предполагаемый результат проекта, перечень методик по реализации проекта, этапы реализации проекта.

Для корректировки знаний об укреплении здоровья, для переноса знаний и опыта деятельности из учебной ситуации в реальную, использованы игровые методы. В первую очередь, использованы деловые игры. Они дают возможность проиграть практически любую конкретную ситуацию, связанную с риском для здоровья, позволяют лучше понять ее возможные последствия, а также спланировать поэтапные действия по коррекции ситуации. Во внеурочной работе, на занятиях факультатива по биологии, физике с учащимися 6-8 классов проведены «Круглые столы» по темам: «Каблук, высокий и опасный», «В чем тайна слез?», «Кружевное солнышко», «Не верь глазам своим».

Для отработки полученных знаний по укреплению здоровья, восполнения недостающей информации, формирования умений решать проблемы, связанные с состоянием здоровья, формирования умений аргументировать свои способы укрепления здоровья в контексте обсуждаемых тем были проведены пресс-конференции и круглые столы по темам «Как пища становится лекарством», «Вода – это горе или беда», «Компьютер – зло?». Данные уроки проведены совместно с учителями физики, химии, и являются наглядным примером интеграции знаний учащихся о здоровье человека в образовательном процессе.

В основе всех проведенных уроков и внеклассных мероприятий с использованием игровых методов лежит разрешение какой-либо проблемы, связанной с укреплением здоровья, ориентация на активность учащихся, связь с жизнью. Значимость интеграции с другими предметами естественно-научного цикла заключается в активизации разносторонней познавательной деятельности учащихся, развитии их целостного мышления относительно проблем, касающихся укрепления здоровья. Дети учатся видеть объект или явление с позиции различных научных дисциплин, соединяя знания по различным предметам. Таким образом, формируется их самостоятельное мышление при выборе способов укрепления здоровья, повышается заинтересованность учащихся сфере жизнедеятельности, связанной со здоровьем. Эти задачи реализуются не только на интегрированных уроках. В курсы физики и химии включены вопросы, связанные с укреплением здоровья.

Эффективность первых двух педагогических условий комплекса повышается за счет введения третьего условия - развития рефлексивных умений обучающихся в области укрепления здоровья. В своем исследовании под рефлексивными умениями мы понимаем умения, направленные на самоанализ, самоконтроль, самооценку своих действий по укреплению здоровья, на формирование осознанной потребности в здоровье. Для развития рефлексивных умений нами использованы следующие приемы:

- Предложить ученикам придумать способы представления информации, альтернативные тому, что представлено в учебнике или в объяснении учителя. Например: «Я чищу зубы, потому что...», «Я поранился в лесу...», «Если нет с собой бинта...», «Завтрак не отдам врагу...» и т.д.
- Предложить ученикам сравнить разное изложение и интерпретацию тех же событий, идей, явлений. Например: «Для чего надо делать утреннюю зарядку» (физическое развитие, тренировка дыхательной системы, улучшение кровоснабжения органов, повышение работоспособности, улучшение настроения, для похудения и т.д.)
- Предложить ученикам игровой прием «что было бы, если...». Например, «Что было бы, если бы кожа перестала выделять пот ...», «Что было бы, если бы ухо воспринимало ультразвук...», «Что было бы, если бы человек перестал спать...», «что было бы, если бы мы перестали мыться...», «что было бы, если убрать из дома всю бытовую технику...»

Статистически доказано, что, применяя вышеназванные методы для реализации педагогических условий по формированию готовности подростков к укреплению здоровья в образовательном процессе гимназии, мы решили следующие задачи в экспериментальных классах:

- сформировали потребность учащихся в здоровом образе;
- сформировали отличные и хорошие знания об основных понятиях о здоровье; и здоровом образе жизни, о вредных привычках и их влиянии на здоровье;
- сформировали умения учащихся укреплять здоровье;
- повысили готовность учащихся включаться в практические действия по укреплению здоровья;
- выработали умение обосновывать свои действия по укреплению здоровья.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Чупрасова В.И.* Современные технологии в образовании. Владивосток, 2000.
2. *Герчак Я.М.* Формирование готовности к здоровьесбережению студентов высшего профессионального образования : автореф. дис. ... канд. пед. наук. Новокузнецк, 2007.
3. *Игошина Н.В.* Формирование готовности к саморазвитию младших школьников в процессе учебной деятельности: автореф. дис. ...канд. пед. наук. Магнитогорск, 2011.
4. *Кучма В.Р.* Теория и практика гигиены детей и подростков на рубеже тысячелетий. М., 2001.
5. *Федосимов Е.Г.* Формирование готовности старшеклассников к здоровьесбережению: диссерт. канд. пед. наук. Оренбург, 2004.

LITERATURE

1. *Gerchakov Y. M.* Formation of preparedness zdorovesberezheniya students of higher education: Abstract. thesis. ... candidate. ped. science. Novokuznetsk, 2007.

2. *Igoshina N. V* Formation of readiness for self-development of junior schoolchildren in the process of learning activity: Abstract. thesis. ... candidate. ped. Magnitogorsk, 2011.
3. *Kuchma V. R.* Theory and practice of hygiene of children and adolescents at the turn of the millennium. Moscow, 2001.
4. *Chuprasova VI* Modern Technology in Education / VI Chuprasova. Beijing: Augustine, 2000.
5. *Fedosimov E. G.* Formation of high school students ready to zdorovesberezhniya: Dissertation. candidate. ped. science. Orenburg, 2004.

Гимназия №14 г. Белорецк, Россия

17 сентября 2012 г.
