

ФОРМИРОВАНИЕ ОСНОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ШКОЛЬНИКА КАК НАПРАВЛЕНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СОВРЕМЕННОГО ПЕДАГОГА

Гарашкина Н.В.

Государственный университет просвещения
nagaraisr@mail.ru

Дружинина А.А.

Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина
drugininaan@yandex.ru

Аннотация. В статье показана актуальность формирования основ здорового образа жизни в школьном возрасте, обоснована роль педагога в этом процессе. Представлены результаты анкетирования студентов, будущих педагогов, а также опыт проектирования модуля дисциплины, направленной на подготовку педагога к формированию основ здорового образа жизни младшего школьника. Сделаны выводы о необходимости включения проектов по данному направлению педагогической деятельности на всех этапах общего образования.

Ключевые слова: основы здорового образа жизни, школьник, педагог, педагогическая деятельность

Образование и благополучие являются взаимосвязанными феноменами социально-гуманитарных практик. Важной миссией любой образовательной системы является обеспечение того, чтобы все учащиеся были здоровы и могли успешно учиться в безопасных развивающих средах. Профессиональные стандарты педагогических работников и единый подход в образовании, как отражение реализации современной государственной образовательной политики, связаны с передачей традиционных ценностей нашей страны. Воспитание, формирование культуры здоровья, основ здорового образа жизни в детском возрасте – задачи каждого профессионала в образовательных организациях.

К особенностям социализации и развития детей цифровых поколений относится отсутствие достаточной физической активности, неправильное питание, нагрузка в рамках школьной программы, постоянное использование различных электронных устройств. Это приводит к увеличению количества детей с проблемами со здоровьем.

Л.А. Боровская отмечает, что именно «младший школьный возраст является одним из важнейших этапов становления здоровья. Именно в этот период закладываются основы здорового образа жизни» [1]. Обновленные ФГОСы по всем уровням общего образования, а также Федеральные программы воспитания включают физическое воспитание. Во ФГОС НОО в «качестве одной из содержательных линий воспитательного процесса в образовательной организации определено физическое воспитание и формирование здорового образа жизни» [2].

Мероприятия по формированию здорового образа жизни должны начинаться как можно раньше, затрагивая все сферы жизнедеятельности детей, и планироваться на разных уровнях функционирования: от универсальных программ для всей школы до целевых профилактических действий, ориентированных на наиболее уязвимые группы для всех возрастных категорий.

В связи с этим возникает необходимость в подготовке современных квалифицированных педагогов с применением инновационных образовательных технологий [3]. Настоящие и будущие педагоги должны осознавать степень своей ответственности за воспитание здорового подрастающего поколения.

Для решения данной проблемы был разработан модуль «Формирование основ здорового образа жизни младшего школьника» в рамках дисциплины «Методика преподавания курса «Окружающий мир». В ходе подготовительного этапа разработки модуля курса было проведено анкетирование студентов, будущих педагогов начальных классов - 2,3 курс Тамбовского государственного университета имени Г.Р. Державина (n=46 человек).

В результате ответа на вопрос - Насколько важно, на ваш взгляд, уделять особое внимание здоровью и благополучию учеников при реализации программы начального образования? – получены следующие данные - 100 % опрошенных студентов отмечают, что очень важно уделять внимание здоровью и благополучию учеников, наряду с реализацией образовательной программы. Что подчеркивает актуальность включения данного модуля в содержание курса.

Также 100 % студентов ответили, что необходимо включать модули по подготовке будущих педагогов начального образования к формированию основ здорового образа жизни младших школьников.

Среди форм и технологий, которые может использовать учитель при формировании здорового образа жизни младшего школьника, респонденты отметили (можно было написать несколько вариантов ответов):

- внеклассные мероприятия (100 %);
- индивидуальные (76 %) и групповые (91 %) беседы;
- включение в различные учебные предметы тем, связанных со здоровым образом жизни (100 %);
- проектная работа (96%);
- игры (98 %);
- анализ и решение конкретных ситуаций (74 %).

Данные формы и технологии, с добавлением ряда современных, были проработаны со студентами в рамках лекционных занятий, практической и самостоятельной работы.

К направлениям формирования здорового образа жизни младшего школьника опрошенные студенты отнесли – представим чаще встречающиеся ответы:

- формирование режима двигательной активности учеников (гимнастика, физкультурная минутка и т.п.) – 94 %;
- изучение организма человека и здоровья в урочной и внеурочной деятельности – 100 %;
- планирование режима дня младших школьников – 96 %;
- профилактика вредных привычек – 100 %.

Все представленные направления легли в основу проектной деятельности студентов (необходимо было разработать мероприятия, соответствующие всем выделенным направлениям).

В результате ответа на вопрос: Какие проблемы и трудности в формировании основ здорового образа жизни младшего школьника Вы видите? (можно было выбрать несколько вариантов ответа) – получаем следующие данные:

- отсутствие ценности здорового образа жизни – 33 %;
- отсутствие критического мышления – 100 %;
- привязанность к электронным устройствам – 96 %;
- недостаточная информированность – 43 %;
- другое – 80 %.

Респонденты отмечают, что основной трудностью в формировании основ здорового образа жизни младшего школьника является отсутствие критического мышления, соответственно необходимо включение данной темы в разрабатываемый модуль.

Отвечая на вопрос – Какие методы и технологии проведения лекционных занятий Вы предпочитаете, студенты выбирают:

- традиционные лекции – 22 %;
- перевернутое обучение – 41 %;
- интерактивные занятия – 11 %;
- другое – 26 %.

При разработке модуля курса была подобрана информационная база, которая рекомендовалась студентам для самостоятельного обучения в рамках перевернутого обучения, а также проводились традиционные лекции с применением презентаций и интерактивных методов.

При ответе на вопрос - Какую помощь и поддержку от преподавателя Вы хотели бы получить в ходе самостоятельной работы по изучению модуля «Формирование основ здорового образа жизни младшего школьника» - респонденты выбрали:

- конкретные руководства, инструкции преподавателя – 26 %;
- обратная связь и комментарии на выполненные задания – 67 %;
- частые консультации и помощь со стороны преподавателя – 7 %;
- другое – 0 %.

Опираясь на данные ответы студентов при организации самостоятельной работы, преподаватель дал конкретную структуру педагогического проекта, определил основные направления мероприятий проекта, а также назначил наставника – студента старшего курса, по результатам выполнения задания для самостоятельной работы в рамках данного модуля каждый студент получил обратную связь и комментарии со стороны преподавателя.

Учитывая данные анкетирования, нормативно-правовых документов был разработан модуль «Формирование основ здорового образа жизни младшего школьника». На лекционных и практических занятиях со студентами – будущими педагогами начальных классов изучались современные концепции формирования здорового образа жизни младших школьников, формы, технологии и методы по формированию основ здорового образа жизни, способы преодоления трудностей в формировании основ здорового образа жизни младших школьников, методы и методики диагностики сформированности основ здорового образа жизни младшего школьника.

Итоговая аттестация по данному модулю включала разработку педагогического проекта по развитию показателей основ здорового образа жизни обучающихся начальных классов по четырем основным направлениям (формирование режима двигательной активности учеников; изучение организма человека и здоровья в урочной и внеурочной деятельности; планирование режима дня младших школьников; профилактика вредных привычек).

Представленные студенческие проекты по основам здорового образа жизни школьника могут быть применимы на всех уровнях общего образования. Технологии включения в проектную деятельность по формированию здорового образа жизни востребованы в образовательных практиках, в пространствах коллективного, группового и личностного развития и саморазвития, партнерского взаимодействия субъектов образовательных отношений. Применение ученического наставничества, развития систем взаимообучения, разнообразия форматов общения и коммуникаций; применение виртуальных и реальных способов демонстрации созданных проектов, проявление уникальности здоровьесберегающих проектов - возможности поделиться своими навыками для физического развития и благополучия другого.

Таким образом, формирование основ здорового образа жизни школьника – важное направление педагогической деятельности в современных образовательных практиках. Значимость и необходимость формирования основ здорового образа жизни детей показывает, что педагог начального образования становится ключевой фигурой этого процесса. Педагог, работающий с младшими школьниками, имеет возможность положительно влиять на их привычки и отношение к здоровью. Он может организовывать разнообразные физические активности во время уроков и внеурочное время, проводить занятия по правильному питанию, рассказывать о вреде вредных привычек и показывать пример здорового образа жизни.

Внимание к здоровью учащихся должно стать частью любого ежедневного педагогического процесса. Педагоги должны поощрять принятие здорового образа жизни и способствовать развитию критического мышления школьника в отношении нездорового поведения. Необходимо включение модулей по подготовке педагогов к формированию основ здорового образа жизни школьника в различные дисциплины вузовской подготовки с учетом Ядра высшего педагогического образования.

Литература

1. Боровская Л.А. Формирование у младших школьников основ здорового образа жизни как требование федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования // Вестник ПГГПУ. Серия 1. Психологические и педагогические науки. 2013. № 2. С. 97-102.
2. Басюк В.С., Виноградова Н.Ф., Лазебникова А.Ю. Федеральные государственные образовательные стандарты начального и основного образования: характер изменений и проблемы внедрения // Отечественная и зарубежная педагогика. 2021. Т. 1, №4 (77). С. 7-29.
3. Гарашкина Н.В. Дружинина А.А., Личностно-профессиональное развитие студентов - будущих педагогов с использованием форм перевернутого обучения // Перспективы науки и образования. 2022. № 4 (58). С. 128-145.