

На правах рукописи

Мулявина Элеонора Александровна

**АКТУАЛИЗАЦИЯ ЗДОРОВЬЕФОРМИРУЮЩЕГО ПОТЕНЦИАЛА
ЕСТЕСТВЕННОНАУЧНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ**

13.00.02 – теория и методика обучения и воспитания
(естествознание; уровень начального образования)

Автореферат

диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук

Екатеринбург – 2007

Работа выполнена в ГОУ ВПО
«Тюменский государственный университет»

- Научный руководитель:** доктор педагогических наук, профессор
Игнатова Валентина Александровна
- Официальные оппоненты:** доктор педагогических наук, профессор
Миронов Анатолий Владимирович
доктор педагогических наук, профессор
Тюмасаева Зоя Ивановна
- Ведущая организация:** ГОУ ВПО «Пермский государственный
педагогический университет»

Защита состоится 22 февраля 2007 г. в 10.00 часов в ауд. 316 на заседании диссертационного совета К 212.283.01 при ГОУ ВПО «Уральский государственный педагогический университет» по адресу: 620017, г. Екатеринбург, пр. Космонавтов, 26.

С диссертацией можно ознакомиться в диссертационном зале научной библиотеки Уральского государственного педагогического университета.

Автореферат размещен на сайте www.uspu.ru

Автореферат разослан 12 января 2007 г.

Ученый секретарь
диссертационного совета

Лазарева О. Н.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ИССЛЕДОВАНИЯ

Актуальность проблемы и темы исследования. На современном этапе развития человеческого общества такие универсальные ценности, как Жизнь и Здоровье человека приобретают особое значение. Здоровье и образование признаются приоритетами государства. В «Национальной доктрине образования в РФ до 2025 г.», «Концепции Федеральной целевой программы развития образования на 2006–2010 гг.», Законе РФ «Об образовании» и других государственных документах в качестве ведущих выделяются задачи сохранения здоровья детей, оптимизации учебного процесса, разработки здоровьесберегающих технологий обучения и формирования ответственного отношения к здоровью и здоровому образу жизни. Это обуславливает актуальность исследования на *социально-педагогическом уровне*.

Задачи, стоящие перед педагогической общественностью, требуют своего решения на теоретическом и практическом уровнях. Исследователи в разных регионах России обращают внимание на неблагоприятную динамику основных показателей здоровья учащихся (В. Н. Касаткин, Н. К. Смирнов, Е. А. Стальков и др.). В исследованиях НИИ Гигиены и охраны здоровья детей и подростков Научного центра здоровья РАМН отмечается, что за последние 10 лет заболеваемость младших школьников увеличилась на 89 %. Анализ работ отечественных ученых (М. М. Безруких, Н. А. Голиков, З. И. Тюмасева и др.) показывает, что проблема нарастает с переходом детей из класса в класс. В связи с этим существует потребность в теоретическом обосновании и разработке педагогических условий и средств, обеспечивающих формирование мотивации к сохранению и укреплению индивидуального здоровья, стремление к здоровому образу жизни (ЗОЖ), осознание ценности здоровья как важнейшего элемента общей культуры человека уже на самых первых этапах обучения в школе. Это определяет актуальность исследования на *научно-теоретическом уровне*.

На младшей ступени обучения познание основ здорового образа жизни происходит, главным образом, в рамках естественнонаучного образования. Формирование ЗОЖ как педагогическая проблема рассматривается в трудах многих отечественных педагогов: Г. К. Зайцева, В. В. Колбанова, Л. Г. Татарниковой и др. Разработан ряд учебных пособий, посвященных проблеме обучения школьников здоровьесбережению. Знания о человеке как биосоциальной системе, о здоровье и способах его сохранения младшие школьники получают, изучая предмет «Окружающий мир». В его содержании представления о человеке раскрываются с точки зрения культурно-исторического подхода, основывающегося на работах Б. Д. Комиссарова, И. Я. Лернера, К. П. Ягодковского и др. Особое значение для нашего исследования имеют философские и гуманистические идеи о ценности здоровья и путях его сохранения И. И. Брехмана, А. М. Амосова и др., теоретические основы оздоровительных технологий, разрабатываемые

В. В. Матовым, Б. С. Толкачевым, концепции становления начальных знаний о сохранении здоровья у младших школьников Л. В. Баль, В. В. Ветровой, М. Л. Лазарева.

Но несмотря на ведущиеся в разных направлениях исследования, в современной науке и практике до сих пор не сложились целостная система и технология обучения здоровому образу жизни как форме и способу повседневной жизнедеятельности человека, которые укрепляют и совершенствуют генетически детерминированные возможности организма. Это указывает на актуальность исследования на *научно-методическом уровне*.

Анализ философской, психолого-педагогической и методической литературы, изучение опыта работы учителей начальных классов позволили выделить **несоответствия, противоположности и противоречия** между:

– необходимостью формирования у школьников здорового образа жизни в связи с объективно существующей потребностью государства в членах общества, обладающих полноценным здоровьем, с одной стороны, и отсутствием целостной системы его формирования в массовой общеобразовательной школе – с другой;

– наличием значительных здоровьесформирующих возможностей естественнонаучного образования младших школьников и степенью их реализации в педагогической практике;

– бесспорным признанием детьми и их родителями ценности здоровья и низкой поведенческой активностью, направленной на его сохранение и укрепление.

Под **здоровьесформирующим потенциалом (ЗФП) естественнонаучного образования** мы понимаем – *такие условия учебно-воспитательного процесса, которые могут быть приведены в действие и использованы для обеспечения успешности воспитания у учащихся здорового образа жизни. Его **актуализация** заключается в реализации полученных детьми теоретических знаний в практической деятельности.*

Отмеченные особенности современной ситуации в начальном образовании позволили выделить **проблему** настоящего диссертационного исследования, которая состоит в разработке средств и создании необходимых условий для актуализации здоровьесформирующего потенциала естественнонаучного образования в начальной школе, позволяющих не только сохранять, укреплять, приумножать здоровье в период обучения, но и обеспечить предпосылки для его сохранения во взрослой жизни. Это определило выбор **темы исследования: «Актуализация здоровьесформирующего потенциала естественнонаучного образования младших школьников».**

Цель исследования: теоретически обосновать, разработать и реализовать на практике совокупность методических условий и средств, позволяющих полнее использовать возможности естественнонаучного образования для

формирования у детей знаний, умений и навыков, составляющих основу ЗОЖ.

Объект исследования: процесс естественнонаучного образования в начальной школе.

Предмет исследования: комплекс методических условий и средств, обеспечивающих актуализацию здоровьесформирующего потенциала естественнонаучного образования учащихся младших классов общеобразовательной школы.

Гипотеза исследования: потенциальные здоровьесформирующие возможности естественнонаучного образования в начальной школе реализуются более полно, если:

- процесс естественнонаучного образования осуществлять в условиях специально созданной здоровьесформирующей образовательной среды, важнейшим элементом которой является содержание образования;

- актуализировать теоретические знания, заложенные в предмете «Окружающий мир» путем введения факультативных практико-ориентированных поддерживающих курсов валеологической направленности, интегрирующих содержание федерального, регионального и школьного компонентов Базисного учебного плана;

- структурировать содержание естественнонаучного образования на основе комплексного подхода, заключающегося в последовательном выделении системы модулей, нацеленных на формирование ценностного отношения детей к здоровью как динамичной, развивающейся категории и на формирование потребности ведения ЗОЖ, навыков и привычек ЗОЖ, повышение уровня знаний о полезных и вредных для здоровья факторах;

- обеспечить практическую направленность разработанного содержания образования, для чего наряду с традиционными методами обучения использовать интерактивные технологии (работа в малых группах сотрудничества, проблемные ситуации, обыгрывание сюжетов, ситуативные, имитационные, ролевые, психологические игры и др.), обучение технологиям самооздоровления (приемы самомассажа, аутотренинговые упражнения).

Согласно цели, объекту, предмету и гипотезе исследования, необходимо было поставить и решить следующие **задачи**:

1. Проанализировать состояние проблемы обучения здоровому образу жизни младших школьников и на этой основе определить предпосылки, условия и средства актуализации здоровьесформирующего потенциала естественнонаучного образования в начальной школе.

2. На основе системного и деятельностного подходов разработать комплекс условий и средств, обеспечивающих приведение в действие здоровьесформирующего потенциала естественнонаучного образования младших школьников: создание здоровьесформирующей среды, модернизация содержания образования с помощью специальных модулей и

интегрированных курсов, обновление способов подачи материала, форм организации учебной и внеучебной деятельности, разработка методических рекомендаций для учителей и родителей.

3. С помощью специально разработанных показателей изучить динамику процесса формирования ЗОЖ у младших школьников под влиянием вводимых новаций, выявить его тенденции, условия и факторы успешности.

Для решения поставленных задач и проверки выдвинутой гипотезы использовался комплекс взаимодополняющих **методов** психолого-педагогического исследования: анализ и синтез, обобщение и классификация при изучении философской, психолого-педагогической, медицинской литературы, наблюдение, опросно-диагностические методы, включающие тестирование, ранжирование, анкетирование детей и родителей, беседы, изучение результатов деятельности детей, обобщение опыта передовых учителей, методы *статистической* обработки результатов.

Теоретико-методологической основой исследования являются принцип природосообразности в обучении (А. Дистервег, Я. А. Коменский, К. Д. Ушинский и др.), основополагающие идеи философии и методологии образования (Ю. К. Бабанский, В. И. Загвязинский, П. И. Пидкасистый и др.), характеристика возрастных особенностей младших школьников, периодов их сензитивности (П. П. Блонский, Н. А. Менчинская, В. С. Мухина и др.), концептуальные подходы педагогической валеологии (В. П. Казначеев, Г. К. Зайцев, З. И. Тюмасева и др.), концепция гуманизации образовательной деятельности (Ш. А. Амонашвили, М. Н. Берулава, Д. Б. Богоявленская и др.), идея внутренней потребности как фактор самоактуализации (А. Маслоу, К. Р. Роджерс, Д. Н. Узнадзе и др.), средовый подход в образовании (Н. Б. Крылова, Ю. С. Мануйлов, В. А. Ясвин и др.), теоретические идеи школьного экологического образования (И. Д. Зверев, В. А. Игнатова, И. Т. Суравегина и др.).

Научная новизна исследования заключается в том, что:

– разработан комплекс условий и средств актуализации здоровьесформирующего потенциала естественнонаучного образования младших школьников, элементами которого являются созданные нами специальные модули для гигиенических блоков программы курса «Окружающий мир», факультативные поддерживающие курсы, организация в классе специфической здоровьесформирующей среды, обеспечивающей экологическую и социальную комфортность участников образовательного процесса, внеклассные мероприятия здоровьесформирующей направленности, работа с педагогами и родителями;

– обоснована целесообразность модернизации содержания естественнонаучного образования младших школьников за счет последовательного введения в инвариантную часть Базисного учебного плана специальных модулей, а в вариативную – факультативных курсов,

предполагающих обучение детей навыкам здоровьесбережения и перевод этих навыков в сферу их жизненного опыта;

– показано, что эффективными средствами актуализации здоровьесформирующего потенциала содержания естественнонаучного образования младших школьников являются интерактивные методы обучения, основанные на игровой деятельности, в которой навыки здоровьесберегающего поведения развиваются по цепочке: неустойчивый условный рефлекс – стойкий условный рефлекс – автоматизм – динамический стереотип.

Теоретическая значимость исследования состоит в следующем:

– уточнены понятия: «здоровьесформирующий потенциал образования», «актуализация здоровьесформирующего потенциала естественнонаучного образования». Под здоровьесформирующим потенциалом образования мы понимаем условия учебно-воспитательного процесса, приведение в действие которых обеспечивает успешность воспитания у учащихся здорового образа жизни. Его актуализация заключается в реализации полученных детьми теоретических естественнонаучных знаний в практической деятельности;

– выявлены и обоснованы методические и организационные условия, способствующие успешной актуализации знаний о ЗОЖ у учащихся начальной школы в процессе изучения ими курса «Окружающий мир» в сочетании с дополняющими его модулями. Организационные условия предполагают создание здоровьесформирующей среды, а методические обеспечивают такие взаимоотношения ребенка с ее элементами, чтобы он, научившись взаимодействовать с ними, мог разумно организовать свою жизнь;

– с помощью разработанного нами комплекса показателей изучен процесс формирования ЗОЖ, выявлены его основные противоречия и условия.

Практическая значимость работы заключается в том, что:

– разработано содержание модулей, концентрирующих знания детей по анатомии, физиологии, гигиене, система факультативных интегрированных поддерживающих курсов, внеклассных и внешкольных мероприятий, дополняющих содержание естественнонаучного образования и способствующих успешности процесса формирования здорового образа жизни у учащихся начальных классов;

– разработаны методические рекомендации для педагогов и студентов, которые могут найти применение в профессионально-педагогической подготовке и переподготовке учителя начальной школы и при планировании уроков, внеклассных и внешкольных занятий по предмету «Окружающий мир»;

– предложена система оценки уровня сформированности ЗОЖ, которая может применяться как для выявления эффективности процесса обучения

ЗОЖ младших школьников, так и для различных форм внутришкольного контроля.

На защиту выносятся следующие положения:

– в отличие от распространенной в настоящее время практики охраны здоровья детей через применение здоровьесберегающих образовательных технологий, мы считаем одним из важнейших педагогических условий, наряду с этим, актуализацию здоровьесформирующего потенциала естественнонаучного образования. При этом под здоровьесформирующим потенциалом образования мы понимаем те составляющие учебно-воспитательного процесса, возможности и средства, которые могут быть приведены в действие и использованы для обеспечения успешности воспитания у учащихся привычки к здоровому образу жизни;

– в сравнении с общепринятым прикладным подходом к созданию здоровьесформирующей среды, заключающимся в соблюдении требований СанПиН, мы считаем, что ведущим ее элементом выступает содержание естественнонаучного образования. Оно позволяет, при реализации интегративного подхода, обеспечить координацию федерального, регионального и школьного компонентов Базисного учебного плана по предмету «Окружающий мир», структурировать его инвариантную часть за счет включения специально разработанных модулей, а вариативную дополнить факультативными практико-ориентированными курсами валеологической направленности;

– в противоположность сложившемуся информационно-превентивному подходу, обеспечивающему когнитивную сторону процесса формирования ЗОЖ у младших школьников, практико-ориентированные методы и формы работы с детьми (работа в малых группах сотрудничества, проблемные ситуации, ситуативные, имитационные, ролевые игры и другие приемы интерактивного обучения), создание экологической и социальной комфортности, тесное сотрудничество с семьей способствуют развитию у детей здоровьесберегающего поведения по цепочке: неустойчивый условный рефлекс – устойчивый условный рефлекс – автоматизм – динамический стереотип;

– способность ребенка к самостоятельному ведению ЗОЖ выражается в когнитивном, мотивационном, ценностном и деятельностном компонентах, уровень сформированности которых может служить критерием эффективности предлагаемых мер по актуализации здоровьесформирующего потенциала естественнонаучного образования.

Базой исследования являлось начальное звено МОУ СОШ № 44 г. Тюмени. В опытно-поисковой работе принимали участие учащиеся младшей ступени обучения СОШ № 65, 63 г. Тюмени, их родители, учителя начальной школы и администрация названных заведений, студенты и педагоги социально-педагогического колледжа № 2 г. Тюмени, Института педагогики,

психологии и управления Тюменского государственного университета. Исследование проводилось в три этапа с 2000 по 2007 гг.

На **постановочном** этапе (2000–2002 гг.) изучались история и современное состояние проблемы использования потенциальных возможностей содержания естественнонаучного образования в обучении детей здоровьесбережению, изучался опыт школ города.

На **поисково-теоретическом** этапе (2002–2004 гг.) формировался понятийный аппарат исследования, основные теоретические положения, создавались модели интегрированных поддерживающих курсов «Ты и твоё здоровье», «Будь здоров», опробовались их отдельные элементы, проводилась опытно-поисковая работа по выявлению условий и средств актуализации здоровьесформирующего потенциала содержания естественнонаучного образования младших школьников.

На **преобразующем** этапе (2004–2007 гг.) проводилась апробация выделенного комплекса условий и средств актуализации здоровьесформирующего потенциала содержания естественнонаучного образования и его внедрение в практику, обрабатывалась полученная информация, уточнялась гипотеза, формулировались выводы, оформлялось диссертационное исследование.

Обоснованность и достоверность результатов и выводов обеспечиваются опорой на основные положения методологии психолого-педагогических исследований, комплексным использованием методов и приемов исследования, позволяющих достичь поставленной цели, репрезентативностью выборок и воспроизводимостью результатов, учетом передового опыта, обобщенного педагогами МОУ СОШ №№ 40, 57, 59, 70, 90 и других образовательных учреждений г. Тюмени.

Практическим базисом для исследования послужил собственный 20-летний опыт педагогической работы. Апробация результатов осуществлялась в процессе преподавания авторских курсов «Ты и твоё здоровье», «Будь здоров» в экспериментальных классах начального звена школ г. Тюмени, открытых уроках (конкурс «Учитель года Тюмени» 2003 г.), преподавания курсов «Анатомо-физиологические особенности детей младшего школьного возраста», «Основы медицинских знаний», «Экология человека» в педагогическом колледже № 2 г. Тюмени, чтения курса «Методика преподавания естествознания» для студентов, обучающихся по специальности «Педагогика и методика начального образования» в Институте педагогики, психологии, и управления Тюменского государственного университета. Отдельные теоретические положения данного исследования отражены в 13 опубликованных работах, обсуждены на научно-практических конференциях разного уровня: областной – «Актуальные проблемы формирования здорового образа жизни» (Тюмень, 2002), межрегиональной – «Государственные образовательные стандарты СПО нового поколения: проблемы и решения» (Тюмень, 2004), всероссийских – «Актуальные

проблемы профессионального развития педагогов в системе современного образования: теория и практика» (Тюмень, 2005), «Воспитательные приоритеты образования на современном этапе его реформирования» (Тюмень, 2006), международных – «Экологическое образование в период детства: региональный подход» (Екатеринбург, 2005, 2006).

Структура диссертации: диссертационное исследование состоит из введения, двух глав, заключения, библиографии и приложений. В работе содержится 13 рисунков и 21 таблица.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Во **введении** дано обоснование актуальности выбранной темы, определены объект и предмет исследования, сформулирована рабочая гипотеза, поставлены цель и задачи, изложены методологические основы исследования, представлены новизна, теоретическая и практическая значимость работы, положения, выносимые на защиту.

В первой главе диссертации **«Здоровьеформирующий потенциал естественнонаучного образования младших школьников: пути и средства его актуализации»** проведен анализ философской, психолого-педагогической и учебно-методической литературы, рассмотрено состояние исследуемой проблемы в школьной практике, определены основные понятия, представлен разработанный автором комплекс методических условий и средств актуализации здоровьеформирующего потенциала естественнонаучного образования младших школьников.

Традиция гигиенического обучения и воспитания детей в российской школе зародилась еще в XVIII веке. Первые учебники по естествознанию «Начертание естественной истории» В. Ф. Зуева (1786), «Мир божий» А. Я. Герда (1870) содержали описание человеческого тела, его строения и функций. Позднее необходимость изучения этих вопросов отмечали в своих работах Л. С. Севрук, К. П. Ягодновский и другие методисты. Учебник «Природоведение» советского периода также содержал сведения о человеке и здоровье, но преподносились они, главным образом, в информационном ключе. Наиболее полно эколого-валеологическая направленность содержания естественнонаучного образования выражена в современных учебниках по предмету «Окружающий мир». Известные ученые, методисты, педагоги-практики разработали и внедряют в образовательный процесс разнообразные системы средств, стимулирующих стремление школьников к ЗОЖ (Н. Ф. Виноградова, Г. К. Зайцев, М. Л. Лазарев, В. В. Колбанов, З. И. Тюмасева и др.).

Однако ситуация со здоровьем детей показывает, что проблема еще далека от решения. Сегодня в России сложилась профилактическая модель обучения ЗОЖ, дающая детям информацию о факторах риска для здоровья, болезнях, связанных с вредными привычками и т.д. Она не эффективна, поскольку

является чисто когнитивной. Осознание противоречий, возникающих на современном этапе решения проблемы обучения детей здоровьесбережению, ведет к выделению двух ее аспектов: организационного и методического. Если организационный предполагает создание здоровьесформирующей образовательной среды, то методический состоит в обеспечении условий для актуализации теоретических знаний о здоровье и ЗОЖ, благоприятствующих развитию ответственного отношения к здоровью как универсальной ценности, позволяющих доводить до автоматизма умения и навыки ЗОЖ.

Идея создания в школе здоровьесберегающей среды рассматривается в работах Н. П. Абаскаловой, Н. К. Смирнова, В. А. Ясвина и др. Содержание естественнонаучного образования – важнейший элемент такой среды, активизация его здоровьесформирующего потенциала является одним из путей решения обозначенной нами проблемы.

Анализ существующих программ, предлагаемых начальной школе, и обеспечивающих их комплектов учебной литературы позволяет увидеть несовершенство современного начального образования с точки зрения формирования ЗОЖ. И хотя в последнее время проблема здоровьесбережения акцентируется, и тема «Человек и его здоровье» в курсе «Окружающий мир» присутствует в подавляющем большинстве современных учебно-методических комплексов, работе над ней авторы отводят слишком мало учебного времени. Положение усугубляется еще и необходимостью интегрировать в содержание курса «Окружающий мир» обществоведческий компонент (Н. Ф. Виноградова, А. А. Вахрушев, Н. Я. Дмитриева, А. В. Казаков, и др.), а по новому учебному плану и «Основы безопасности жизнедеятельности», не выходя за границы часов, отведенных Базисным учебным планом.

Школьная практика показывает, что часто детям предлагается облегченный калейдоскопический набор информации человековедческой тематики из области психологии, гигиены, медицины, обществознания, истории, экономики и др. Встречается излишне подробное, детальное изучение анатомо-физиологических вопросов, к которому дети психологически не готовы. И напротив, сокращение сведений о строении и функциях органов придает изучаемому гигиеническому материалу формально-назидательный характер и лишает его привлекательности для детей. Недостаточная систематизация изучаемого материала влечет за собой фрагментарность знаний детей о человеке и его здоровье.

Таким образом, изучение темы «Человек и его здоровье» в курсе «Окружающий мир» нуждается в специальной поддержке, и связана она, на наш взгляд, с необходимостью более полной реализации системного подхода в образовании. Можно выделить несколько ее направлений.

Во-первых, это интеграция курса «Окружающий мир» с другими общеобразовательными предметами федерального компонента Базисного учебного плана, прежде всего, с курсом «Физическая культура» и предметами

гуманитарного цикла. Такая интеграция позволяет активизировать предметные знания учащихся, заложить позиции признания ценности здоровья, ответственности за его сохранение и укрепление благодаря воздействию на эмоционально-образную сферу ребенка, гармонизировать физическое развитие через осознанное выполнение системы физических упражнений, нацеленных на повышение работоспособности органов дыхания, опоры и движения, о строении и функциях которых дети узнают из курса естествознания.

Во-вторых, более эффективное использование регионального компонента «Здоровье», который до сих пор реализуется лишь в отдельных школах.

В-третьих, это более действенное использование школьного компонента через введение факультативных практико-ориентированных поддерживающих курсов. Их основная цель – воспитание у детей потребности грамотно заботиться о своем здоровье, формирование практических навыков ЗОЖ. Для ее реализации нами были разработаны модули «Человек и его здоровье», «Наши зеленые помощники», «Оздоровительная роль природы в жизни человека» – и курсы «Если хочешь быть здоров», «Ты и твое здоровье», «Будь здоров», центральная идея которых – «Здоровье – категория динамичная».

В качестве их ведущего компонента выступает система межпредметных знаний о человеке и его здоровье, практические умения и навыки ЗОЖ. Основные функции и модулей, и курсов – развивающая, культурологическая, здравоохранительная. Ядро их содержания составили понятия: «жизнь», «человек», «безопасность», «ЗОЖ», «здоровье» и «правила его сохранения». Через содержание учебного материала и практическую деятельность дети должны прийти к выводу о том, что их здоровье находится в их собственных руках, никто не позаботится о нем лучше, чем они сами, поэтому нужно научиться ежедневно работать над собой.

Программа курсов предусматривает изучение правил питания, дыхания, предупреждения простудных заболеваний и травм, способов борьбы с плохим настроением, стрессом, приемов профилактического самомассажа и т.д. и обеспечивает формирование простейших навыков здоровьесформирующего поведения. Фрагмент модуля «Человек и его здоровье» приводится в таблице 1.

Во второй главе диссертации **«Исследование формирования базовых компонентов ЗОЖ в процессе естественнонаучного образования младших школьников»** раскрываются сущность, содержание основных этапов опытно-поисковой работы, анализируются полученные результаты, содержатся обоснованные выводы и рекомендации по формированию ЗОЖ у младших школьников в процессе обучения естествознанию.

Наличие представлений о здоровье, указывающих на постижение смысла слова «здоровье», осознание его причин и природы является необходимым условием для формирования ЗОЖ.

Фрагмент модуля «Человек его здоровье»

Темы уроков	Изучаемые вопросы	Методы, формы и краткое описание содержания работы
Питание и здоровье	<ol style="list-style-type: none"> 1. Зачем человек ест? 2. Продукты полезные и неполезные. 3. Составь меню. 4. Выбор продуктов – основа здоровья 	<p>Чтение и обсуждение рассказов Н. Раковской, А. Дорохова, А. Якубенко, И. Зверева.</p> <p>Демонстрация содержания сахара и жира в различных продуктах, составление «Справочника Неболейки».</p> <p>Настольно-печатная дидактическая игра «Выбирай полезные продукты»</p> <p>Ролевая игра «Поезд здоровья»</p>
Здоровье и окружающая среда	<ol style="list-style-type: none"> 1. Что такое окружающая среда. 2. Гигиена помещения. 3. Комнатные растения в помещении. 4. Домашние животные в квартире 	<p>Чтение и обсуждение книги В. А. Игнатовой, Н. Я. Прокопьева «Если хочешь быть здоров».</p> <p>Практическая работа – генеральная уборка в классе.</p> <p>Ролевая игра «Цветочный магазин», составление справочника «Что любят наши друзья».</p> <p>Конференция любителей домашних животных, выставка фотографий «Наши питомцы»</p>
Природа нашей области и здоровье	<ol style="list-style-type: none"> 1. Климат, погода и здоровье. 2. История медицины в Тюменской области. 3. Секреты народной медицины 	<p>Практическая работа «Определение температуры воздуха и направления ветра».</p> <p>Экскурсия в музей «История медицины в Тюменской области».</p> <p>Чтение книги В. А. Игнатовой, Н. Я. Прокопьева «Если хочешь быть здоров»</p>

Для выявления первоначального понимания младшими школьниками причин и природы здоровья, лежащего в основе мотивационного, ценностного, когнитивного и деятельностного компонентов ЗОЖ, на констатирующем этапе исследования применялась методика Д. Сириеса и В. Гавидия (по Osiek–Parisod, 1990). Мы выделили экспериментальные и

контрольные классы, имеющие, согласно примененному для проверки F-критерию Фишера, практически одинаковые показатели сформированности компонентов ЗОЖ, в которых представления детей о здоровье разделились на четыре группы:

- 1) здоровье – отсутствие болезней, не зависящая от самого человека категория, обусловленная наследственностью или рождением в конкретном месте (25 % в экспериментальной и 24 % в контрольной группах соответственно);
- 2) здоровье – состояние благополучия, которое завоевывается (физкультура, правильное питание), человек сам отвечает за свое здоровье (24 % и 21 %);
- 3) здоровье определяется всеми теми ресурсами, которые человек получает при рождении (23 % и 30 %);
- 4) здоровье – динамический процесс, поведение – наиболее важная его составляющая (28 % и 25 %).

С целью подтверждения выдвинутой гипотезы был осуществлен преобразующий этап исследования, разработанный в соответствии с программой опытно-поисковой работы, предполагающей апробацию комплекса средств актуализации ЗФП естественнонаучного образования младших школьников. В экспериментальных классах (ЭК) курс «Окружающий мир» (по программе А. А. Плешакова) дополнялся специально разработанными модулями. Кроме этого, дети изучали интегрированные пропедевтические курсы «Если хочешь быть здоров», «Ты и твоё здоровье», «Будь здоров», – построенные на идеях интеграции естественнонаучного и гуманитарного знания, сближения разных форм организации учебного и воспитательного процесса.

С помощью родителей в классных комнатах были созданы аэрофитомодули, использовались приемы фитоароматерапии, организовывались выезды в музей здравоохранения Тюменской области.

Соблюдение принципов здоровьесбережения в организации учебно-воспитательного процесса выражалось в учете суточной динамики работоспособности детей при составлении расписания, наличии динамических пауз, оздоровительных минуток, глазодвигательной гимнастики на уроках.

В преподавании использовались формы работы, отвечающие природе ребенка, его интересам и потребностям, позволяющие актуализировать полученные знания в практических занятиях. Дети были вовлечены в насыщенную творческую (участие в фольклорном ансамбле, выступления на различных концертных площадках города, воображаемые путешествия, обращение к родословному дереву) и оздоровительную (туристические походы, выезды на природу, проведение спортивных мероприятий) внеурочную деятельность. С родителями проводилась работа в форме индивидуальных и групповых консультаций, лектория, с учителями – семинары и круглые столы.

В контрольных классах (КК) изучался традиционный курс «Окружающий мир» по программе А. А. Плешакова. Кроме того, преподавался факультатив «Экология для младших школьников», дополняющий основной курс (по программе того же автора). На занятиях дети выявляли связь между здоровьем людей и состоянием природы, влияние загрязнения окружающей среды на здоровье, пути попадания в организм вредных веществ, меры, направленные на снижение негативного влияния вредных веществ, и другие вопросы.

Все прочие условия были равнозначны. Таким образом, соблюдался принцип единственного различия. Общее число детей, принявших участие в исследовании, составило 212 человек.

Для оценки эффективности разработанных нами средств актуализации здоровьесформирующего потенциала естественнонаучного образования использовался комплекс показателей сформированности ЗОЖ, представленный в таблице 2.

Таблица 2

Компоненты ЗОЖ и показатели их сформированности

Компоненты	Показатели
Когнитивный	Знания об организме человека, работе органов и систем, факторах, полезных и вредных для здоровья, успеваемость по предмету «Окружающий мир»
Мотивационный	Преобладающий характер потребностей, предпочтение активных видов отдыха, экскурсий и походов, выбор для внеклассного чтения книг об организме человека и его здоровье, просмотр передач о здоровом образе жизни
Ценностный	Осознание места здоровья в иерархии ценностей
Деятельностный	Сформированность навыков ведения ЗОЖ: соблюдение режима дня, рациональное питание, занятость в спортивных секциях и кружках, соблюдение правил личной гигиены, закаливание, отказ от вредных привычек

Было выделено два основных направления работы – методическое и организационное, содержание которых отражено в таблице 3.

Контрольное использование опросника Д. Сириеса и В. Гавидия позволило выявить положительную динамику роста позитивных суждений о причинах и природе здоровья как в экспериментальных, так и в контрольных классах. Однако в ЭК скорость роста и значения достигнутых показателей оказались выше. В этой группе количество детей, полагающих, что здоровье – это

идеальное состояние благополучия, снизилось с 25,0 % до 18,2 %, в КК – с 24,0 до 22,5 %.

Таблица 3

Содержание методической и организационной работы по активизации здоровьесформирующего потенциала содержания образования

Направления		Форма и содержание
Методическая работа	1. Работа с детьми	Система уроков, построенных на интерактивных методах обучения, практические занятия, внеклассные и внешкольные мероприятия
	2. Работа с педагогами	Семинарские занятия: «Психологические основы мотивации учащихся к обучению», «Психологические основы мотивации к ведению ЗОЖ», «Реализация здоровьесформирующего потенциала урока», «Школьные здоровьесберегающие технологии», «Учитель и ЗОЖ» и др.
	3. Обучение родителей	«Родительский лекторий», «Что такое «здоровая пища», «Безопасность в школе и дома», «Как приучить ребенка к соблюдению правил личной гигиены», индивидуальные консультации, проведение Дня Семьи
Организационная работа	1. Обеспечение экологической комфортности	Полноценное освещение, аэрация помещений, соблюдение санитарного режима, создание аэрофитомодуля – комплекса неприхотливых комнатных растений, выделяющих фитонциды, направленно воздействующих на функциональное состояние дыхательной, нервной, иммунной систем человека; соблюдение гигиенических норм; организация детской санитарной службы: дежурство в классе, столовой, поддержание порядка на рабочих местах и в школьных портфелях и т.д.
	2. Обеспечение социальной комфортности	Установление субъект-субъектных отношений в системах: учитель – ученик, ученик – ученик, ученик – родитель, учитель – родитель
	3. Организация учебно-воспитательного процесса	Рационально составленное расписание, гибкая структура уроков, продуктивные способы обучения (работа в малых группах сотрудничества, проблемные ситуации, ситуативные игры, имитационные, ролевые игры и др.), организация физкультминуток, глазодвигательная гимнастика, динамические и музыкальные часы

Эти дети считают: здоровье зависит от рождения в определенном месте, обладание хорошим здоровьем, по их мнению, подобно счастью. Оценивая причины здоровья, они отводят первостепенную роль средовым факторам, считая, что человек имеет крепкое здоровье, лишь живя в хороших условиях, имея достаточно денег, чтобы хорошо питаться, одеваться и т.д.

И в то же время произошло увеличение количества детей, для которых характерно восприятие здоровья как способности к развитию. В ЭК доля таких детей выросла с 28,0 % до 50,2 %, в КК – с 25,0 % до 28,1 %. Эти дети представляют здоровье как динамический процесс, наиболее важной составляющей в котором является поведение. При работе с опросником данная категория школьников выбирала те утверждения, где есть связь между здоровьем человека и его образом жизни, демонстрируя понимание, что самочувствие человека улучшается при систематическом, целенаправленном осознанном соблюдении режима труда и отдыха, питания, занятиях физкультурой и т.д.

Таким образом, в экспериментальных классах, где создавались специальные условия для актуализации ЗФП естественнонаучного образования, количество детей, считающих, что здоровье – категория развивающаяся, составило значительно больший процент по сравнению с контрольными классами, где не были созданы вышеописанные условия.

В процессе работы изучалась динамика изменения выделенных нами показателей сформированности компонентов ЗОЖ у отдельных детей и у классных коллективов в целом. О том, как изменялся уровень сформированности оцениваемых нами показателей в контрольных и экспериментальных классах, можно судить по данным, представленным на рис. 1.

Как видно из графиков, к началу изучения факультативных курсов у многих учащихся уже имелись определенные житейские представления о здоровье, его защите и сохранении. Дальнейшие изменения происходят, хотя и синхронно, но с разной скоростью. В экспериментальной группе наблюдалась положительная тенденция в изменении уровня диагностируемых показателей, дети прочно овладели необходимыми умениями и навыками. Этому способствовало постоянное акцентирование внимания на разумной организации жизнедеятельности, необходимости соблюдения режима дня, правил здорового питания, личной гигиены и т.д.

Результат преобразующего этапа работы и анализ сформированности компонентов ЗОЖ позволяет говорить об эффективности разработанных мер по приведению в действие возможностей естественнонаучного образования младших школьников.

Суммарная динамика уровня сформированности всех выделенных компонентов ЗОЖ в контрольных и экспериментальных классах представлена в таблице 4 и на рисунках 2 и 3.

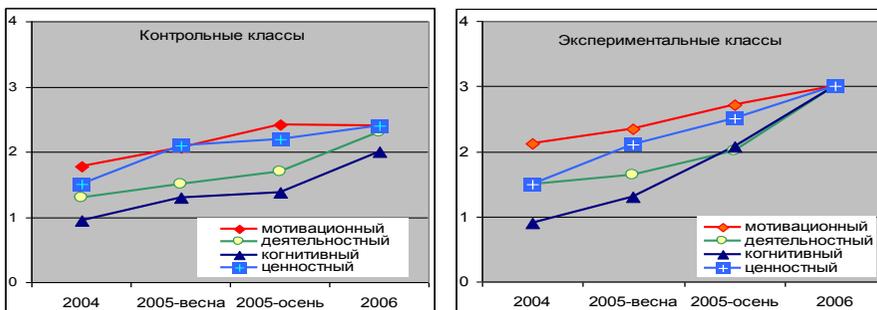


Рис. 1. Динамика сформированности показателей ЗОЖ в контрольных и экспериментальных классах

Таблица 4

Сравнительные данные показателей сформированности компонентов ЗОЖ в КК и ЭК на констатирующем и оценочном этапах исследования

Классы, КОЛИЧЕСТВО	Низкий				Базовый				Высокий				Критер. Стьюдента ($\alpha=0,05$)	
	Начальный срез		Контр. срез		Начальный срез		Контр. срез		Начальный срез		Контр. срез		t крит	t эмп
	Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во	%		
ЭК n=108	16	14,8	8	7,4	80	74,1	64	59,3	12	11,1	36	33,3	1,98	3,96
КК n=104	18	17,3	13	12,5	73	70,2	68	65,4	13	12,5	23	22,1	1,98	1,84

Сопоставление данных таблицы и рисунков 2 и 3 позволяет увидеть, что доля детей с низким уровнем сформированности компонентов ЗОЖ в экспериментальных классах снизилась с 14,8 % до 7,4 %; со средним уровнем сформированности компонентов ЗОЖ также уменьшилась с 74,1 до 59,3 %, а количество детей с высоким уровнем сформированности компонентов ЗОЖ возросло с 11,1 до 33,3 %.

Позитивная динамика изучаемого процесса отмечена и в контрольных классах. Количество детей с низким уровнем сформированности компонентов ЗОЖ снизилось с 17,3 до 12,5 %, со средним уровнем – с 70,2 % до 65,4 %, число детей с высоким уровнем сформированности исследуемых нами показателей возросло с 12,5 % до 22,1 %.

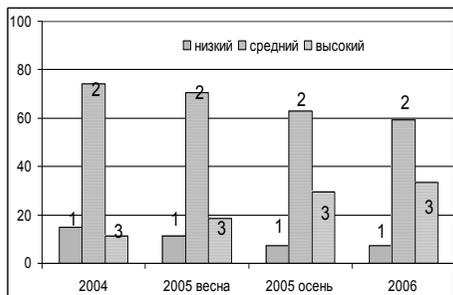


Рис. 2. Суммарная динамика уровня сформированности компонентов ЗОЖ вЭК (%)

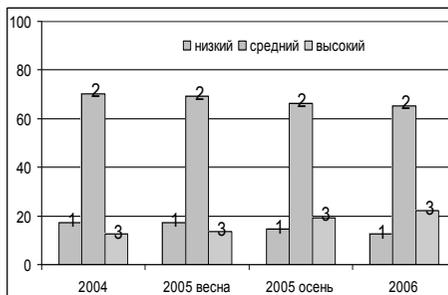


Рис. 3. Суммарная динамика уровня сформированности компонентов ЗОЖ вКК (%)

Таким образом, выстроенный нами комплекс средств актуализации здоровьесформирующего потенциала естественнонаучного образования обеспечивает: формирование знаний, умений и практических навыков, составляющих основу ЗОЖ, формирование потребностей, мотивов, ценностных и нормативных ориентаций, инициирующих деятельность и поведение, направленные на обеспечение безопасной жизнедеятельности в социоприродной среде, формирование личностных качеств ребенка, составляющих основу ЗОЖ. Благодаря этому уровень сформированности базовых показателей ЗОЖ в экспериментальных классах растет быстрее и достигает более высоких значений.

Наши новации позитивно восприняли все, с кем мы сотрудничали. Об этом свидетельствуют высказывания детей («Мне нравятся уроки здоровья, потому что там рассказывают про организм и о том, какие привычки вредные», «На уроках можно узнать, как надо заботиться о себе и о своих близких»), родителей («Мой ребенок теперь думает о том, какую пищу можно есть», «Наш сын стал делать зарядку!») и учителей («Такие уроки нужно обязательно ввести во всех классах»).

Опытно-поисковая работа показала, что на младшей ступени обучения имеются немалые возможности для формирования готовности к ведению ЗОЖ. Закладка психических механизмов, которые могут повлиять на поведение ребенка и спровоцировать вредные привычки или уберечь от них, происходит уже в 4–5 лет, но дальнейший процесс их формирования, особенно в возрасте 7–10 лет, требует специальных условий и средств.

Известно, что характер деятельности определяют потребности, мотивы и отношения. Становление мотивационной сферы гигиенического поведения будет эффективно только при условии органичного сочетания изучения специально разработанных курсов и практической деятельности детей, которая может реализоваться через участие в играх, тренингах, занятиях физкультурой, творческую деятельность, выполнение правил ЗОЖ в быту. Использование интерактивных методов обучения позволяет развивать здоровьесберегающее поведение ребенка по цепочке: неустойчивый условный рефлекс – стойкий условный рефлекс – автоматизм – динамический стереотип.

Однако даже сформированная у младшего школьника привычка к ведению ЗОЖ не гарантирует того, что и во взрослой жизни он будет ей верен. Перейдя в следующую возрастную категорию, многие дети легко расстанутся с усвоенными ранее нормами. Эти проблемы вызваны рядом противоречий, выявленных нами в процессе анализа экспериментальных данных.

Среди них есть как объективные (несоответствие между требованиями ЗОЖ и социальным примером ближайшего окружения, навязчивое воздействие рекламы), так и субъективные факторы (использование однообразных форм работы, снижение интереса к данной теме из-за утраты новизны информации, несоответствие уровня фактических и необходимых знаний для ведения ЗОЖ, ожидание сиюминутных результатов от разовых акций, направленных на укрепление здоровья и др.).

Указанные противоречия преодолевались благодаря разъяснительной работе с родителями, выбору соответствующих детским интересам форм и методов работы, интеграции знаний по разным предметам, воздействию личным примером, объединению усилий всех членов педагогического коллектива, причастных к организации естественнонаучного образования младших школьников.

С возникающими трудностями удавалось справляться путем создания специальных условий для усвоения содержания естественнонаучного образования. Это использование практико-ориентированных форм работы, различных типов игр, инсценировок, тренингов, выявление и подчеркивание преимуществ здорового человека, создание субъект-субъектных отношений, благодаря чему в коллективе возникает особый эмоциональный настрой, подчеркивающий важность данного материала и т.д.

Внедрение разработанного нами комплекса условий и средств актуализации ЗФП в учебно-воспитательный процесс позволило снизить остроту указанных противоречий, создать благоприятные условия для формирования компонентов ЗОЖ.

В **заключении** диссертации обобщены результаты исследования, позволившие подтвердить правильность выдвинутой гипотезы и иллюстрирующие решение поставленных задач, сформулированы **выводы**.

1. Формирование у учащихся младших классов здорового образа жизни представляет собой длительный непрерывный процесс и требует, наряду с другими мерами, разработки комплекса условий и средств актуализации здоровьесформирующего потенциала образования. Важнейшим звеном этой сложной многофакторной системы является создание в классе здоровьесформирующей среды, один из определяющих элементов которой – содержание естественнонаучного образования.

2. Усиление здоровьесформирующей направленности естественнонаучного образования осуществляется за счет последовательного использования специально разработанных модулей, направленных на формирование ценностного отношения к здоровью, осознанной необходимости и потребности ведения ЗОЖ, системы знаний о правилах ЗОЖ, умений и навыков его ведения.

3. Важнейшим средством актуализации здоровьесформирующего потенциала содержания естественнонаучного образования является комплекс поддерживающих практико-ориентированных курсов, построенных на интегративной основе.

4. Эффективность процесса формирования ЗОЖ обеспечивается за счет использования, наряду с традиционными, интерактивных методов обучения детей здоровьесбережению, проведения системы комплексных практических занятий по технологиям самооздоровления, способствующих автоматизации навыков здоровьесберегающего поведения.

5. Разработанная нами методическая система поддержки содержания естественнонаучного образования опирается на продуктивные формы и методы обучения, что позволяет активизировать психолого-педагогические механизмы формирования потребностей, мотивов и целей здоровьесформирующей деятельности.

Основные положения диссертационного исследования отражены в следующих публикациях:

1. Мулявина, Э. А. Культурологические аспекты естественнонаучного образования в системе многоуровневой подготовки педагогических кадров / Э. А. Мулявина // Культурологические традиции российского образования и перспективы их развития в начале третьего тысячелетия: Материалы городской науч.-практ. конф. – Тюмень: Изд-во Тюменского гос. ун-та, 1997. – С. 115–17 (0,18 п.л.).

2. Мулявина, Э. А. Общий обзор факторов, влияющих на состояние здоровья и образа жизни людей / Э. А. Мулявина // Актуальные проблемы формирования здорового образа жизни: Сб. материалов областной науч.-практ. конф. преподавателей и студентов средних специальных учебных заведений Тюменской области / Тюменский социально-педагогический колледж № 2 – Тюмень, 2002. – С. 64–66 (0,2 п.л.).

3. Мулявина, Э. А. Формирование представлений о природе школьного стресса в рамках эколого-валеологической подготовки студентов

педагогического колледжа / Э. А. Мулявина // Государственные образовательные стандарты нового поколения: проблемы и решения: Сб. статей по материалам межрегиональной межотраслевой науч.-практ. конф., посвященной 60-летию Тюменской области: в 2 ч. / Западно-Сибирский государственный колледж – Тюмень, 2004. – Ч. II. – С. 13–15 (0,2 п.л.).

4. Мулявина, Э. А. Особенности воспитательной системы педагогического колледжа / Э. А. Мулявина // Государственные образовательные стандарты нового поколения: проблемы и решения: Сб. статей по материалам межрегиональной межотраслевой науч.-практ. конф., посвященной 60-летию Тюменской области: в 2 ч. / Западно-Сибирский государственный колледж – Тюмень, 2004. – Ч. II. – С. 15–19 (0,3 п.л.).

5. Мулявина, Э. А. Факультативный курс «Ты и твоё здоровье» как средство актуализации эколого-валеологических знаний учащихся младшей школы / Э. А. Мулявина // Актуальные проблемы профессионального развития педагогов в системе современного образования: теория и практика: Материалы Всероссийской науч.-практ. конф.: в 2 ч. – Тюмень: Изд-во Тюменского гос. ун-та, 2005. – Ч. II. – С. 124–126 (0,2 п.л.).

6. Мулявина, Э. А. Валеологическая составляющая регионального компонента экологического образования младшего школьника / В. А. Игнатова, Э. А. Мулявина, А. В. Нилогова // Актуальные проблемы профессионального развития педагогов в системе современного образования: теория и практика: Материалы Всероссийской науч.-практ. конф.: в 2 ч. – Тюмень: Изд-во Тюменского гос. ун-та, 2005. – Ч. II. – С. 122–124 (0,2 п.л.).

7. Мулявина, Э. А. Здоровьесберегающий потенциал содержания регионального компонента экологического образования младшего школьника / В. А. Игнатова, Э. А. Мулявина // Экологическая педагогика: Сб. статей по материалам XI междунар. конф. «Экологическое образование в период детства: региональный подход» / Урал. гос. пед. ун-т. – Екатеринбург, 2005. – С. 185–188 (0,25 п.л.).

8. Мулявина, Э. А. Воспитание ответственного отношения к здоровью в школьном курсе «Окружающий мир» / Э. А. Мулявина // Воспитательные приоритеты образования на современном этапе его реформирования: Материалы Всероссийской науч.-практ. конф.: в 4 ч. – Тюмень: Изд-во Тюменского гос. ун-та, 2006. – Ч. IV. – С. 128–130 (0,2 п.л.).

9. Мулявина, Э. А. Содержание знаний о здоровье в курсе «Окружающий мир» / Э. А. Мулявина // Экологическая педагогика: Сб. статей по материалам XII междунар. конф. «Экологическое образование в период детства: региональный подход» / Урал. гос. пед. ун-т. – Екатеринбург, 2006. – С. 280–282 (0,3 п.л.).

10. Мулявина, Э. А. Анализ эффективности средств актуализации здоровьесберегающего потенциала содержания образования младших школьников / Э. А. Мулявина // Актуальные проблемы современного

образования: Сб. науч. тр. / Институт педагогики, психологии и управления. – Тюмень: Типография «Печатник», 2006. – С. 157–165 (0,6 п.л.).

11. Мулявина, Э. А. Комнатное цветоводство. Программно-методическое обеспечение специализации «Экологическое образование в начальной школе» / Н. Н. Гребнева, В. А. Игнатова, Л. Е. Куприна, О. Н. Лазарева, Э. А. Мулявина, Л. Д. Плотников: учебно-методическое пособие. – Тюмень: Изд-во Тюменского государственного университета, 2006. – С. 31– 35 (0,3 п.л.).

12. Мулявина, Э. А. Полевой практикум. Программно-методическое обеспечение специализации «Экологическое образование в начальной школе» / Н. Н. Гребнева, В. А. Игнатова, Л. Е. Куприна, О. Н. Лазарева, Э. А. Мулявина, Л. Д. Плотников: учебно-методическое пособие. – Тюмень: Изд-во Тюменского государственного университета, 2006. – С. 74–77 (0,25 п.л.).

13. Мулявина, Э. А. Реализация здоровьесформирующего потенциала содержания естественнонаучного образования / Э. А. Мулявина // Вестн. Тюм. гос. ун-та. – 2006. – № 7 – Тюмень: Изд-во Тюменского гос. ун-та, – С. 263–268 (0,48 п.л.).

Подписано в печать 11.01.2007. Формат 60x80 1/16
Бумага офсетная. Гарнитура. Times New Roman. Печать офсетная.
Усл.печ.л. 1,5. Тираж 100 экз. Заказ 1925

Отпечатано в отделе множительной техники
Уральского государственного педагогического университета
620017, г. Екатеринбург, просп. Космонавтов, 26