

ПЕДАГОГИКА ИЛИМДЕРИ
ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАУКИ
PEDAGOGICAL SCIENCES

Абдулахамидова Б.Н.

**КЫРГЫЗСТАНДАГЫ БАШТАЛГЫЧ КЛАССТАРДЫН
ОКУУЧУЛАРЫНЫН СЕРГЕК ЖАШОО ОБРАЗЫН КАЛЫПТАНДЫРУУ
БОЮНЧА ТАЖРЫЙБАЛЫК-ЭКСПЕРИМЕНТАЛДЫК ИШ-ЧАРАНЫН
НАТЫЙЖАЛАРЫН ТАЛДОО**

Абдулахамидова Б.Н.

**АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЙ
РАБОТЫ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ
У ШКОЛЬНИКОВ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ В КЫРГЫЗСТАНЕ**

B.N. Abdulakhamidova

**ANALYSIS OF THE RESULTS OF EXPERIMENTAL
WORK ON THE FORMATION OF A HEALTHY LIFESTYLE AMONG
PRIMARY SCHOOL STUDENTS IN KYRGYZSTAN**

УДК: 371.04

Бул макала валеологиялык маселелерге арналат. Бул макалада кенже класс окуучуларынын сергек жашоо образын калыптандыруу боюнча жүргүзүлгөн тажрыйбалык-эксперименталдык иш-чаранын жыйынтыктары берилди. Изилдөөдө балдарда сергек жашоону калыптандыруу боюнча педагогикалык ишмердүүлүктүн мазмуну жана түзүлүшү аныкталды, ошондой эле, кенже класстардын мугалимдеринин массалык түрдө жүргүзүлгөн иштердин жыйынтыктары берилди. Балдарды, сергек жашоо образын калыптандыруу мурда мектеп жана бала бакчаларда жеткиликтүү маани берилген эмес эле. Жүргүзүлгөн тажрыйбалык эксперименталдык иш-чаранын жыйынтыктары менен биз сергек жашоо образын калыптандырууну кенже класстардан баштасак келечекте балдардын эс-тутумунда түбөлүккө калыптанат. Себеби кенже курак класс жашында психикалык өнүгүү, сензитивдик курак болуп саналат. Бул иш чараны жүзөгө ашырууда мектеп жана балдар бакчасынын ролу чоң, анткени мектепте класстан сырткары иштерде жана иш чараларда кеңири түшүндүрүү иштери жүргүзүлөт. Балдарда валеологиялык түшүнүктөр калыптанат.

Негизги сөздөр: валеологиялык сабаттудук, кенже класстар, эксперимент, мугалимдер, калыптандыруу, сергек жашоо, мектеп, ой жүргүзүү.

Данная статья посвящается к валеологической проблематике. В статье раскрываются результаты опытно-экспериментальной работы по формированию здорового

образа жизни у учащихся в младших классах. В исследовании определены содержание и структура опытно-педагогической работы по формированию здорового образа жизни у детей, а также определены результаты внедрения опытно-экспериментальной работы в массовую работу учителей младших классов. Цели воспитания здорового образа жизни детей обусловлены конкретно-историческими условиями нашего общества. Было время, когда отсутствие внешних или врожденных болезней считалось образцом, показателем здоровья населения. А победа над острыми инфекционными заболеваниями преподносилось как достижение уровня здоровья нации. Наша опытно-экспериментальная работа была направлена на решение проблем формирования навыков формирования здорового образа жизни у учащихся младших классов через образование, обучение и воспитание. Мы считаем, что в первую очередь у учащихся младших классов нужно вооружить доступными их возрасту знаниями о здоровом образе жизни и на этой основе сформировать на уроках и внеурочное время валеологическую грамотность.

Ключевые слова: валеологическая грамотность, младшие классы, эксперимент, учителя, формирование, здоровый образ жизни, школа, мышление.

This article is devoted to valeological issues. The article reveals the results of experimental work on the formation of a healthy lifestyle among students in the lower grades. The study determined the content and structure of experimental and pedagogical work on the formation of a healthy lifestyle for

children, and also determined the results of the introduction of experimental work in the mass work of primary school teachers. The goals of raising a healthy lifestyle for children are determined by the specific historical conditions of our society. There was a time when the absence of external or inborn diseases was considered a model, an indicator of public health. And the victory over acute infectious diseases was presented as the achievement of a nation's level of health. Our experimental work was aimed at solving the problems of the formation of skills and the formation of a healthy lifestyle among elementary school students through education, training and education. We believe that, first of all, elementary school students should be equipped with knowledge of a healthy lifestyle that is accessible to their age and, on this basis, should also develop valeological literacy in the classroom after school.

Key words: valeological literacy, junior classes, experiment, teachers, formation, healthy lifestyle, school, thinking.

Здоровый образ жизни – это сложившийся у человека способ организации производственной, бытовой и культурной сторон жизнедеятельности, позволяющий в той или иной мере реализовать свой творческий потенциал, сохраняющий и улучшающий здоровье человека.

Цели воспитания здорового образа жизни детей обусловлены конкретно-историческими условиями нашего общества. Было время, когда отсутствие внешних или врожденных болезней считалось образцом, показателем здоровья населения. А победа над острыми инфекционными заболеваниями преподносилось как достижение уровня здоровья нации. Наша опытно-экспериментальная работа была направлена на решение проблем формирования навыков формирования здорового образа жизни у учащихся младших классов через образование, обучение и воспитание. Мы считаем, что в первую очередь у учащихся младших классов нужно вооружить доступными их возрасту знаниями о здоровом образе жизни и на этой основе сформировать на уроках и внеурочное время валеологическую грамотность. В условиях школы, по нашему глубокому убеждению, эту функцию должны выполнить учителя начальных классов, администрация школы [1,2,3].

В упрощенном и в то же время обобщенном виде можно говорить о том, что содержание уроков в начальных классах по предметам должно быть созвучно критериям здоровья и внутреннему миру ребенка:

- для соматического и физического здоровья – я могу;
- для психического здоровья – я хочу;

- для нравственного здоровья – я должен.

Для нахождения подтверждения этих идей мы провели опытно-экспериментальную работу, по разработанной программе, которая включала: цель, этапы, задачи, ход организации, содержание эксперимента, анализ результатов исследования. Она была реализована в три этапа:

I – 2013-2014 гг.

II – 2015-2016 гг.

III – 2017-2018 гг.

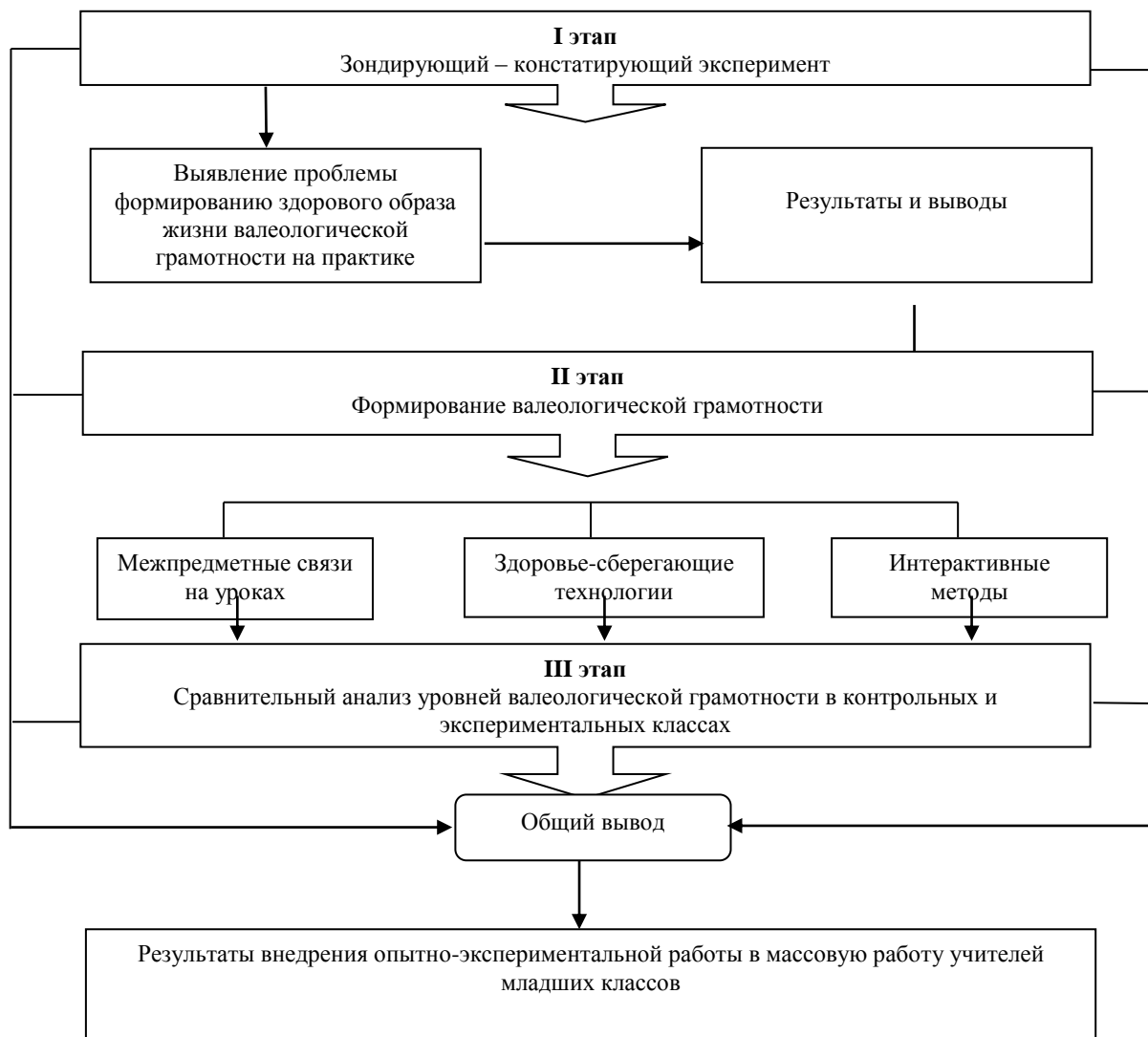
В ходе исследования предстояло решить следующие задачи:

- определить содержание и структуру опытно-педагогической работы по формированию здорового образа жизни у учащихся младших классов;
- организовать качественное проведение уроков и воспитательных мероприятий по валеологии, в младших классах с применением интерактивных методов и здоровьесберегающих технологий обучения;
- проверить эффективность разработанной нами программы по формированию грамотности здорового образа жизни у учащихся в младших классах на базе средних школ №9 им. А.Рудаки, №26 им. С.Токтогула, №41 им. Х.Абдуллаева, №16 им. 40 лет Кыргызстана, №14 им. С.Кирова.

Современная наука указывает, что процесс научного исследования по валеологии предполагает разработку определенной программы и методики в проведении опытно-экспериментальной работы. Программа позволяет более четко определить последовательность эксперимента и упорядочить ход проведения исследований. Разработанная нами программа опытно-экспериментальной работы представлена в нижеследующей схеме.

Опытно-экспериментальная работа проводилась поэтапно, на первом этапе проводился зондирующий эксперимент, в ходе которого были использованы: анкеты, данные по самовалеоанализу, опрос учащихся младших классов в общеобразовательных школах г. Ош, Джалалабад и Карасуу. С целью уточнения состояния теории и практики формирования валеологической грамотности учащихся младших классов. На втором этапе осуществлялось формирование основных валеологических понятий, на уроках природоведения, физической культуры и других предметов с применением интерактивных методов и здоровьесберегающих технологий обучения.

Структура программы опытно-экспериментальной работы



Помимо этого мы ознакомили учителей с нашей моделью формирования валеологической грамотности у учащихся младших классов в учебном процессе. Определив экспериментальные классы учителям, ведущих в них валеологическое обучение и воспитание были организованы ряд консультаций и предложены рекомендации по использованию валеологических технологий обучения, таких как здоровье сберегающие упражнения, интерактивные методы и педагогика сотрудничества и др. [4,5].

Ведущим методом на данном этапе эксперимента было педагогическое моделирование урока, изучение знаний и мнений учащихся. На этом этапе происходил процесс формирования здорового образа жизни и у учащихся младших классов по предложенной нами модели и результаты этой работы должны были подтвердить или опровергнуть нашу гипотезу.

На третьем этапе производился сравнительный анализ контрольных характеристик констатирующего и формирующего эксперимента, которые систематизировались и подверглись тщательному осмыслению. Апробировались способы графической интерпретации полученных результатов. Полученные данные в совокупности определили содержание общего вывода, подтверждающего нашу гипотезу. Результаты этой работы были внедрены в массовую практику по формированию здорового образа жизни школьников младшего класса. В ходе констатирующего эксперимента мы выявили следующие тенденции в валеологическом образовании.

Учащиеся младших классов имеют определенный уровень знаний в основном из практики, наставлений родителей и по ведению здорового образа жизни и факторах, влияющих на их здоровье. Однако, чтобы определить основные признаки здоровья детей не могут, причинами ухудшения здоровья ошибочно называют внешние факторы, исключая образ жизни и наследственность. Учащиеся младших классов не осознают значение режима дня, питания, гигиены и т.д. для своей здоровьесберегающей жизнедеятельности. Это отражается на уровне их валеологической грамотности, который необходимо учитывать при организации валеологического образования и воспитания в школе. Нами было предложено использовать возможности преподаваемых учителями предметов в формировании потребности здорового образа жизни младших школьников. Сюда отнесли такие консультации, как: «Педагогическая основа валеологии», «Валеологические технологии обучения», «Педагогика сотрудничества – как средство сохранения психического здоровья учеников и учителей», «Активизация познавательной деятельности учеников на уроке». Учитывая, большие потенциальные возможности школы и школьных пред-

метов в формировании валеологической грамотности было предложено учителям внести корректировку в календарные планы, предполагающую синхронность сроков прохождения некоторых тем по природоведению, физкультуре и валеологии в младших классах. В ходе эксперимента были выявлены интересные для педагогической практики моменты. Так, например, проведение уроков по природоведению с применением здоровьесберегающих технологий и интерактивных методов: Тренинговые уроки «Сохрани свое здоровье», «Мой темперамент», «Хочу быть стройным человеком»; урок – КВН «Организм и возможности человека», урок – конференция «Наследственность, ее влияние на здоровье, развитие и воспитание человека», урок – диспут «Основы физической культуры» [6].

Применение тренинговых уроков и других форм интерактивных методов на уроках 1-4 классах позволило активизировать мыслительную деятельность учеников, вызвать у них интерес к данным предметам. На каждый последующий урок учащиеся младших классов приходили с нескрываемым любопытством, что же будет сегодня? Таким образом, вызвать интерес к проблемам здоровья и рассмотрение этих проблем с точки зрения школьных учебных предметов является первым шагом в деятельности педагога по формированию валеологической грамотности у младших школьников [7,8].

В ходе опытно-экспериментальной работы была внедрена программа формирования валеологической грамотности младших школьников на уроке валеологии, так как результаты нашего исследования показали что, именно этот урок в сочетании с учебными предметами в большей степени вооружает учеников валеологическими знаниями и навыками ведения здорового образа жизни. У учащихся младших классов валеологическое образование должно сочетаться с формированием первичных навыков соблюдения нравственных норм поведения в семье, среди сверстников, на улице уважительного отношения к родителям, старшим, младшим и женщинам. Убеждение о важности и социальной значимости человека должны сопровождать его в течение всей жизни.

Наша опытно-педагогическая работа убеждает, что для лучшего усвоения материала по валеологии в младших классах необходимо широко использовать «Деловые игры», социологические исследования, тестирование (на психологическое совмещение), тренинговые упражнения, анализ семейных ситуаций, рубрика «Знаете ли вы?». В процессе изучения этого модуля осуществлялось реализация имеющихся валеологических знаний учащихся младших классов.

Исследование показали, что эффективное решение задач валеологического образования в школах

может осуществляться в раннем возрасте, когда происходит становление мировоззрения младшего школьника, формируются личностные качества, потребности, установки, отношения, ориентация на ценности, нормы и принципы ведения здорового образа жизни. Велика роль педагогов, которые должны взять на себя инициативу и ответственность за формирование валеологической грамотности каждого ученика младшего класса. Задать ему «моду» на здоровье и культ здорового образа жизни. От профессионализма учителей и их валеологической компетентности в первую очередь зависит качество, как преподавания, так и здоровья детей. Мы считаем, что центральное и ведущее место при формировании здорового образа жизни у детей младшего школьного возраста принадлежит учебной деятельности, а следовательно и самому процессу обучения. И в этом огромную роль играют учителя.

Литература:

1. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. - Л.: Издательство ЛГУ, 1968. - С. 47-50.
2. Богданов Г.П. Школьникам – здоровый образ жизни. - М.: Физкультура и спорт, 1989. - 189 с.
3. Вайнер Э.Н. Валеология: Учебник для вузов. 2-е издание, исправлено. - М.: Флинта, 2002. - 416 с.
4. Зайцев Г.К. Уроки Айболита. Расту здоровыми. - СПб., Союз, 2000. 40 с.
5. Ильина Т.А. Педагогика: Курс лекций. - М.: Просвещение, 1984. - 495 с.
6. Подласый И.П. Педагогика начальной школы: Учебное пособие для студентов педагогических колледжей. - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛААОС, 2000. - 250 с.
7. Семенова И.И. Учись быть здоровым или как стать Неболейкой. - М.: Педагогика, 1989. - 172 с.
8. Шапиро Б.М., Башмакова Л.Н., Курманова Г.У. Здоровый образ жизни. - Б.: Мектеп, 1999. - 244 с.

Рецензент: к.пед.н., доцент Кадырова М.С.