

ГОСУДАРСТВЕННОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
РЕСПУБЛИКИ ДАГЕСТАН
КИЗЛЯРСКИЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
КОЛЛЕДЖ

Выпускная квалификационная работа по
теме: «Психолого-педагогические основы
развития воли младших школьников.»

Студентки Идрисовой Эльвиры
Ибрагимовны

по специальности 44.02.02 Преподавание в
начальных классах

Руководитель Элдарова Б.О.

Актуальность темы исследования объясняется снижением здоровья современных детей. Поэтому самой актуальной проблемой на сегодняшний день является укрепление здоровья, формирование представлений о здоровом образе жизни у детей младшего школьного возраста.

Цель исследования: создание устойчивой мотивации и потребности в сохранении своего собственного здоровья у детей младшего школьного возраста.

Задачи исследования:

- определить понятие и сущность здорового образа жизни;
- изучить основы формирования у ребенка осознанного ценностного отношения к своему здоровью;
- определить наиболее эффективные современные формы и технологии воспитательной работы по формированию культуры здорового образа жизни;
- провести диагностику сформированности у учащихся ценностного отношения к здоровью;
- анализировать и сравнить результаты экспериментальной работы.
- База исследования ГКОУ «САНГАРСКАЯ СОШ» Лакского района.

Объект исследования: основы здорового образа жизни и осознанного отношения к нему у детей младшего школьного возраста.

Предмет исследования: педагогические условия формирования у детей основ культуры здорового образа жизни.

Гипотеза исследования: процесс формирования представлений детей о здоровом образе жизни будет эффективным, если целенаправленно и систематически создать устойчивую мотивацию и потребность в сохранении своего собственного здоровья у детей младшего школьного возраста.

Методы исследования: изучение и анализ психолого-педагогической литературы и эмпирические методы.

Глава 1. ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ ИССЛЕДОВАНИЯ ПО ТЕМЕ: «ФОРМИРОВАНИЕ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ОСНОВ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ»

1.1 Сущность понятий «здоровье», «здоровый образ жизни»

1.2 Важнейшие составляющие здорового образа жизни

1.3 Особенности формирования у младших школьников ценностного отношения к здоровью и культуры здорового образа жизни

Выводы по теоретической части исследования

ВЫВОДЫ ПО ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ ЧАСТИ ИССЛЕДОВАНИЯ

Здоровье - это первая и важнейшая потребность человека, определяющая способность его к труду и обеспечивающая гармоническое развитие личности.

Ведущими факторами, формирующими ЗОЖ и способствующими укреплению здоровья младших школьников, являются рационально организованный режим дня, сбалансированное питание, оптимальный двигательный режим, занятия по физической культуре на открытом воздухе, закаливающие процедуры, соответствующие возрасту ребенка, благоприятные гигиенические и санитарно-бытовые условия, а также пример семьи и педагогов.

Одним из важнейших факторов в развитии здорового образа жизни младших школьников являются сформированные у них представления и понятия, расширяющие знания детей о человеке, его здоровье, здоровом образе жизни.

Следует отметить, что здоровый образ жизни - это особый план мероприятий, подобранный индивидуально для каждого человека, включающий в себя описанные выше критерии и учитывающий физиологию и психологию определённого человека, желающего повысить уровень своего здоровья.

Принципы здорового образа жизни может выполнять каждый человек, для этого не требуется иметь специальную подготовку, а поддержания отличного уровня здоровья и всей жизни в целом доступно всем.

ГЛАВА 2. ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ ИССЛЕДОВАНИЯ ПО ТЕМЕ: «ДИАГНОСТИКА УРОВНЯ СФОРМИРОВАННОСТИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ОСНОВ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ»

Организационный этап

Цель: выявление уровня сформированности культуры здорового образа жизни учащихся 4 «а» класса.

Задачи практической части:

1. определить уровень сформированности здорового образа жизни учащихся 4 класса;
2. разработать мероприятия по формированию здорового образа жизни и проверить их на практике;
3. провести повторную диагностическую методику на контрольном этапе;
4. подвести итоги и сформулировать выводы.

Констатирующий этап

Цель: диагностика степени сформированности основ культуры здорового образа жизни у детей.

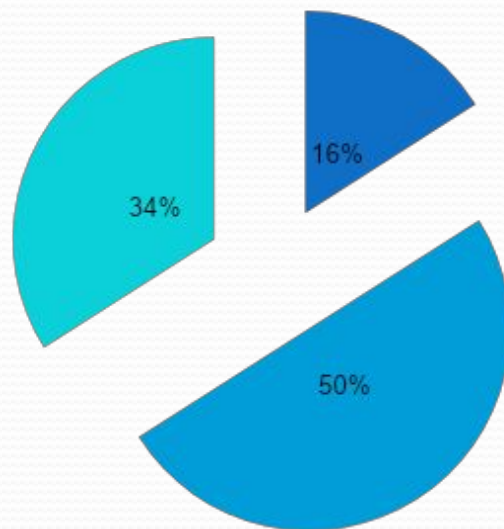
Для эксперимента использовались анкета по оценке сформированности программы здорового образа жизни и методика «Знания о ЗОЖ». [Приложение 1].

Диагностика уровня сформированности программы ЗОЖ в 4 классе

Уровень знаний о ЗОЖ	Количество человек	%
Высокий	2	16
Средний	6	50
Низкий	4	34

Диаграмма уровня сформированности программы ЗОЖ в 4 классе на констатирующем этапе

Констатирующий этап: высокий уровень-16%
средний уровень-34%
низкий уровень-50%



Формирующий этап

Цель: Разработка мероприятий по формированию здорового образа жизни и осуществление их на практике

Этапы формирующего эксперимента

№	Этапы	Название
1	Метод беседы	«Мы против вредных привычек!».
2	Метод рисования	«Здоровое питание» и «Нездоровое питание»
3	Режима дня	Составление режима дня и проведение утренней гимнастики
4	Внеклассное мероприятие	За здоровый образ жизни

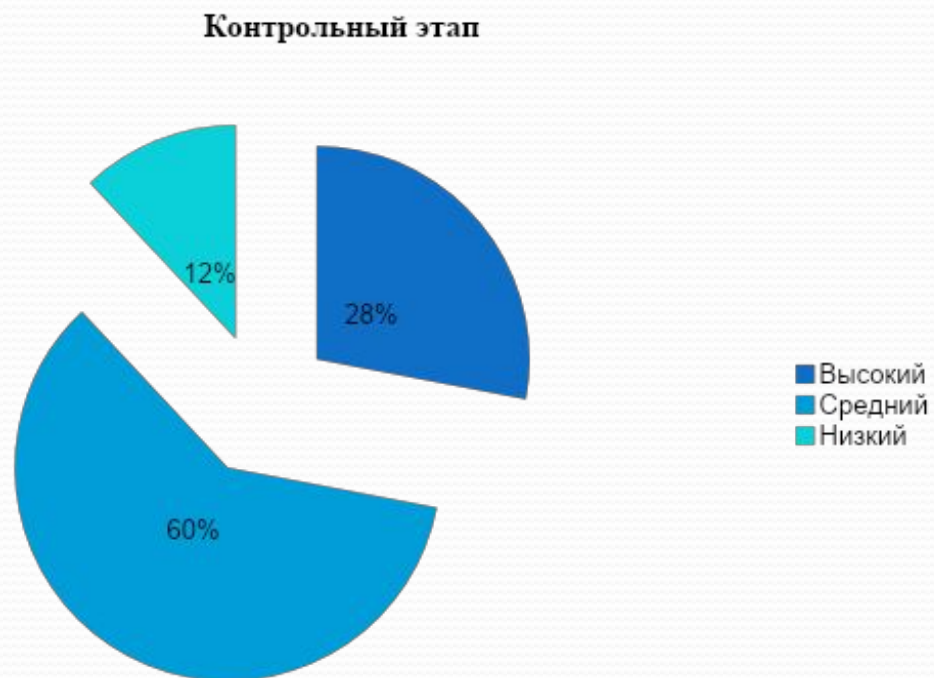
2.4 Контрольный этап

Цель: сравнить результаты проведенной работы с учащимися на формирующем этапе с теми результатами, которые были получены на констатирующем этапе.

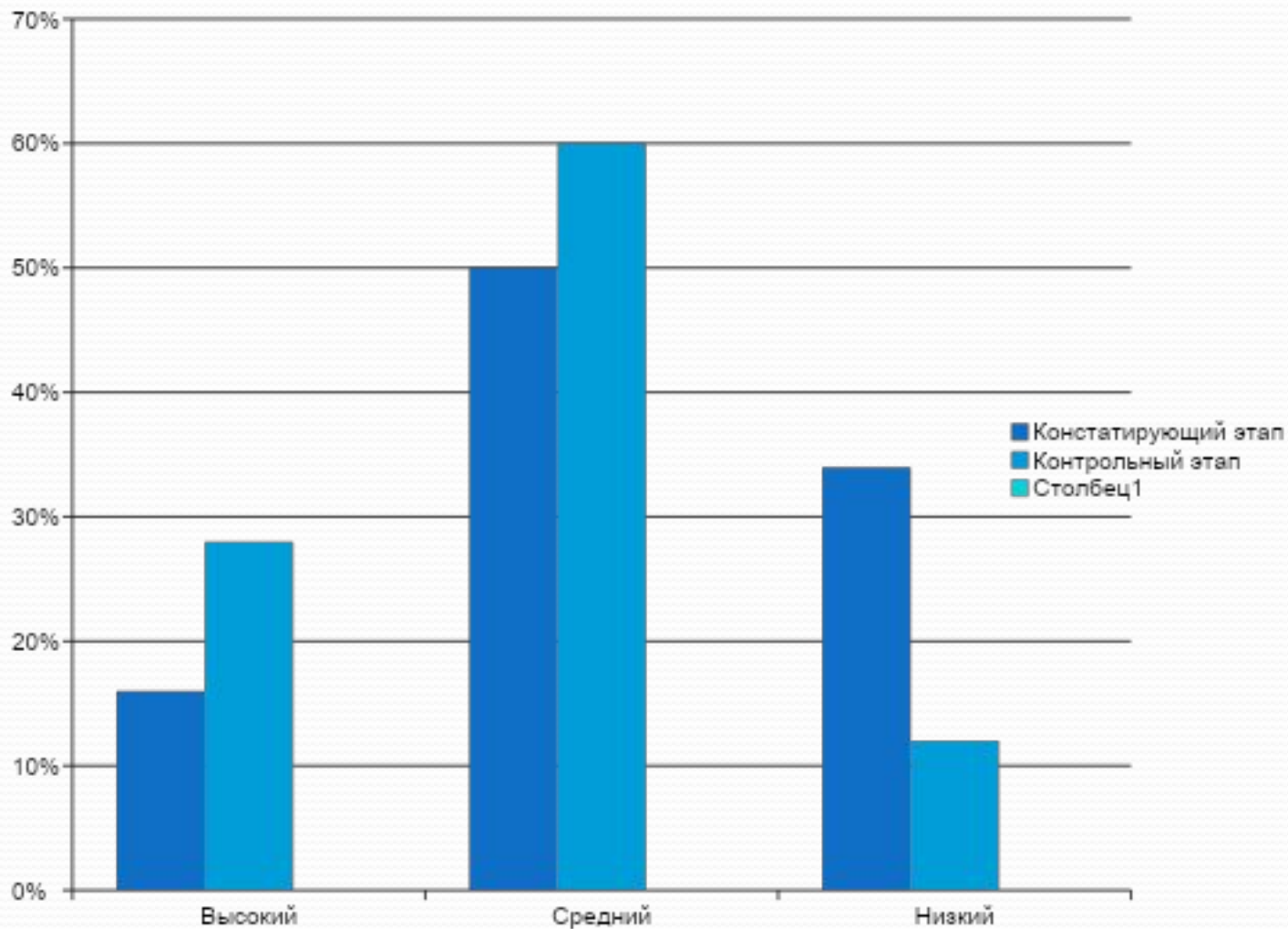
Диагностика уровня сформированности программы ЗОЖ в 4 классе

Уровень знаний о ЗОЖ	Количество человек	%
Высокий	7	28
Средний	15	60
Низкий	3	12

Уровень сформированности программы ЗОЖ в 4 классе на контрольном этапе



Сравнительный анализ уровня сформированности программы ЗОЖ в 4 классе на контрольном этапе



ВЫВОДЫ ПО ПРАКТИЧЕСКОЙ ЧАСТИ ИССЛЕДОВАНИЯ

Ведущие факторы, формирующие здоровый образ жизни:

рационально организованный режим дня, сбалансированное питание, оптимальный двигательный режим, занятия по физической культуре на открытом воздухе, закаливающие процедуры, соответствующие возрасту ребенка, благоприятные гигиенические и санитарно-бытовые условия, а также пример семьи и педагогов. Именно на эти факторы по формированию здорового образа жизни и была направлена наша практическая работа.

В результате проведенной нами работы с помощью повторного анкетирования, мы заметили значительное улучшение результатов, что и показало эффективность нашей работы.

В своей работе мы применяли педагогическую диагностику, учет уровня сформированности здорового образа жизни у младших школьников. Помимо этого в нашей работе мы использовали различные методы и приемы: беседа, чтение, рисование, конкурсы и т.д. Также нельзя было оставить без внимания индивидуальный подход к детям. Именно все эти компоненты и помогли нам достичь положительного результата по формированию у учащихся 4 класса основ культуры здорового образа жизни.

Анализ полученных данных показал необходимость целенаправленной систематической работы по формированию у младших школьников основ культуры здорового образа жизни.

Таким образом, выдвинутая нами вначале исследования рабочая гипотеза подтвердилась, что и требовалось доказать.

The image features a dark blue background with a bokeh effect of out-of-focus light spots and numerous bright, multi-pointed starburst patterns. The text is centered in a bold, white, sans-serif font. At the top of the image, there are decorative wavy lines in shades of light blue and white.

**Спасибо за
внимание!**