

Государственное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного профессионального образования
«НИЖЕГОРОДСКИЙ ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ»

Внедряем новые стандарты образования

И. Ю. Абросимова

**ПРОЕКТИРОВАНИЕ
ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ МОДЕЛИ
ФОРМИРОВАНИЯ
ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ
на ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ
у МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ**



Монография

Нижний Новгород
Нижегородский институт развития образования
2013

УДК 372.016:613

ББК 74.200.55

A16

Научный редактор

О. С. Гладышева, д-р биол. наук, профессор, зав. кафедрой
здоровьесбережения в образовании ГБОУ ДПО НИРО

Рецензенты:

О. Ю. Дедова, канд. психол. наук, ст. преп. каф. начального образования ГБОУ ДПО НИРО; *Е. А. Зеленова*, зам. директора по УВР МАОУ СОШ № 118 Н. Новгорода; *О. А. Лобанова*, директор МБОУ «Ворсменская НОШ» Павловского р-на; *С. В. Чеблукова*, зам. директора по УР МБОУ «Ворсменская НОШ»; *Ф. Н. Маркина*, зав. отделом «Здоровье человека и окружающая среда» Эколого-биологического центра г. Дзержинска

*Рекомендовано к изданию
научно-методическим экспертным советом
ГБОУ ДПО НИРО*

Абросимова, И. Ю.

A16 Проектирование педагогической модели формирования ценностных ориентаций на здоровый образ жизни у младших школьников : монография / И. Ю. Абросимова. — Н. Новгород : Нижегородский институт развития образования, 2013. — 74 с. — («Внедряем новые стандарты образования»).

ISBN 978-5-7565-0588-7

В монографии раскрыты основные принципы и методологические подходы к созданию эффективной педагогической модели формирования ценностных ориентаций на здоровый образ жизни у младших школьников. Представлены структура, содержание и диагностический инструментарий для организации данной работы в ОУ в соответствии с ФГОС НОО. Издание адресовано педагогам начальной школы и руководителям общеобразовательных учреждений, работающим над проблемой здоровьесбережения в образовании и использующим программу интегрированного курса «Уроки здоровья и ОБЖ» под ред. О. С. Гладышевой для 1—4 классов, а также методические пособия к данному курсу.

УДК 372.016:613

ББК 74.200.55

© Абросимова И. Ю., 2013

© ГБОУ ДПО «Нижегородский институт развития образования», 2013

ISBN 978-5-7565-0588-7



Сохранение и укрепление здоровья детей является одной из важнейших, наиболее значимых проблем для любого общества, в любой социально-экономической и политической ситуации. В последние годы статистика Минздрава России свидетельствует о том, что в нашей стране могут быть отнесены к здоровым не более 30 % детей. Самоочевидно, что всесторонний анализ этой проблемы, организация работы по сохранению здоровья подрастающего поколения — первоочередная задача, стоящая не только перед системой здравоохранения, но и перед обществом в целом и, разумеется, перед системой образования.

В настоящее время общепризнанно, что здоровье человека в решающей мере определяется здоровым образом жизни. Самым естественным и доступным для педагогической системы направлением деятельности в области здоровьесбережения является воспитание культуры здоровья у детей и подростков, формирование у них активного стремления к здоровому образу жизни, в основе которого лежат соответствующие ценностные ориентации. Задачи охраны здоровья учащихся, стоящие перед школой, отражены в Федеральном законе «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012. В статье 28 данного закона отмечается: «К компетенции образовательной организации в установленной сфере деятельности относятся <...> создание необходимых условий для охраны и укрепления здоровья... обучающихся», а в статье 41 указывается, что одной из основных задач охраны здоровья учащихся является пропаганда и обучение навыкам здорового образа жизни. В концепции национальной образовательной инициативы «Наша новая школа» особо подчеркивается, что «дети проводят в школе значительную часть дня, и заниматься их здоровьем должны, в том числе, и педагоги». В соответствии с Федеральным государственным стандартом начального общего образования в школе должно осуществляться укрепление физического и духовного здоровья детей, а также, согласно

Федеральным государственным требованиям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников (Приказ Минобрнауки РФ от 28.12.2010 № 2106), необходим постоянный мониторинг сформированности у школьников культуры ЗОЖ.

Однако, по мнению многих ученых, декларируемые законодательно права каждого обучающегося на обеспечение условий для сохранения здоровья, к сожалению, пока не реализованы в практике деятельности образовательных учреждений (М. М. Безруких, Э. Н. Вайнер, Н. К. Смирнов, В. Д. Сонькин). Существенные затруднения вызывает у педагогов методологическое и практическое решение вопросов, связанных с формированием у школьников ценностных ориентаций на здоровый образ жизни.

Специфика современной социокультурной ситуации, с одной стороны, и особенности самого феномена здоровья — с другой позволяют придать понятию «здоровье» статус категории, относящейся к педагогической аксиологии (В. А. Сластенин, Г. И. Чижакова). Разработка и реализация эффективных педагогических подходов к формированию ценностных ориентаций на здоровый образ жизни у учащихся может заметно снизить поведенческие риски, возникающие в ходе социализации каждого ребенка. При этом следует подчеркнуть, что особенно важно правильно построить и организовать эту работу именно в период обучения детей в начальной школе, поскольку младший школьный возраст является наиболее сенситивным для формирования ценностных ориентаций на здоровый образ жизни. Вместе с тем, как показывает анализ, несмотря на то значительное внимание, которое уделяется в последнее время вопросам здоровьесбережения в образовании, проблема воспитания культуры здоровья, формирования ценностных ориентаций на здоровый образ жизни у младших школьников остается недостаточно разработанной как в теоретических, так и в практических аспектах ее решения. В настоящем издании, адресованном педагогам и руководителям общеобразовательных учреждений, представлено описание педагогической модели, использование которой в учебно-воспитательном процессе может способствовать решению данной проблемы, а также предложен диагностический инструментарий для определения эффективности работы по формированию ценностных ориентаций на ЗОЖ у учащихся начальных классов.

1. ОСНОВНЫЕ МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ, ИДЕИ И ПРИНЦИПЫ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ МОДЕЛИ ФОРМИРОВАНИЯ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ НА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ _____



Продуктивное решение проблемы формирования ценностных ориентаций на здоровый образ жизни у младших школьников требует создания модели деятельности педагогического коллектива в этом направлении и определения педагогических условий ее реализации.

Приступая к проектированию педагогической модели, необходимо прежде всего определить суть данного понятия. В. А. Штофф понимает под моделью такую мысленно представляемую или материально реализованную систему, которая, отображая и воспроизводя объект, способна замещать его так, что ее изучение дает новую информацию об этом объекте. Отвлекаясь (абстрагируясь) от некоторых свойств объекта, получаем абстрактную модель. «Приписывая объекту дополнительные свойства (материал моделирования), получаем конкретную модель» [28]. В рамках нашего исследования в качестве базового используется определение, сформулированное М. В. Клариным [15]:

Педагогическая модель — «обозначение схемы или плана действий педагога при осуществлении учебного процесса».

Проектируемая педагогическая модель — это идеальная модель-представление (подвид — описательная) [15].

Идеальные модели, по мнению В. И. Михеева, существуют только в деятельности людей и функционируют по законам логики; модели-представления являются результатом не только чувственного отражения, но и деятельности абстрактного мышления. Кроме того, она является структурно-функциональной моделью, поскольку, как отмечает Б. С. Гершунский [9], если определена структура, то, при соблюдении относительно стабильных условий, выполняются и функции. Структурные компоненты модели раскрывают внутреннюю организацию процесса формирования ценностных ориентаций на здоровый образ жизни у младших школьников. К ним относятся цели, задачи, основные идеи, содержание, организационные формы и методы. Функциональные компоненты обеспечивают устойчивые связи структурных компонентов, то есть способ организации работы, функции модели, обеспечивая тем самым развитие и совершенствование ее. На схеме 1 представлена теоретически разработанная нами структура педагогической модели, эффективность которой была подтверждена экспериментально.

В структуре педагогической модели, обеспечивающей формирование ценностных ориентаций на здоровый образ жизни у младших школьников, можно выделить основные идеи, подходы, принципы. Модель представляет собой целостную систему, состоящую из взаимосвязанных компонентов: ценностно-целевого, содержательного, процессуального, технологического, оценочно-результативного.

Основные ценностные идеи модели:

✧ здоровье — неотъемлемая ценность человеческого бытия и важный показатель благополучия человека;

✧ каждый человек ответствен за сохранение своего здоровья и может влиять на него путем ведения здорового образа жизни;

✧ здоровье — это единство биологического, психологического, социального и духовного в человеке;

✧ здоровый образ жизни — это результат собственных усилий человека, направленных на выработку и осуществление комплекса способов и средств повседневной жизнедеятельности, форм общения и безопасного поведения, благодаря которым достигается сохранение и укрепление физического, психологического, социального и духовного здоровья.

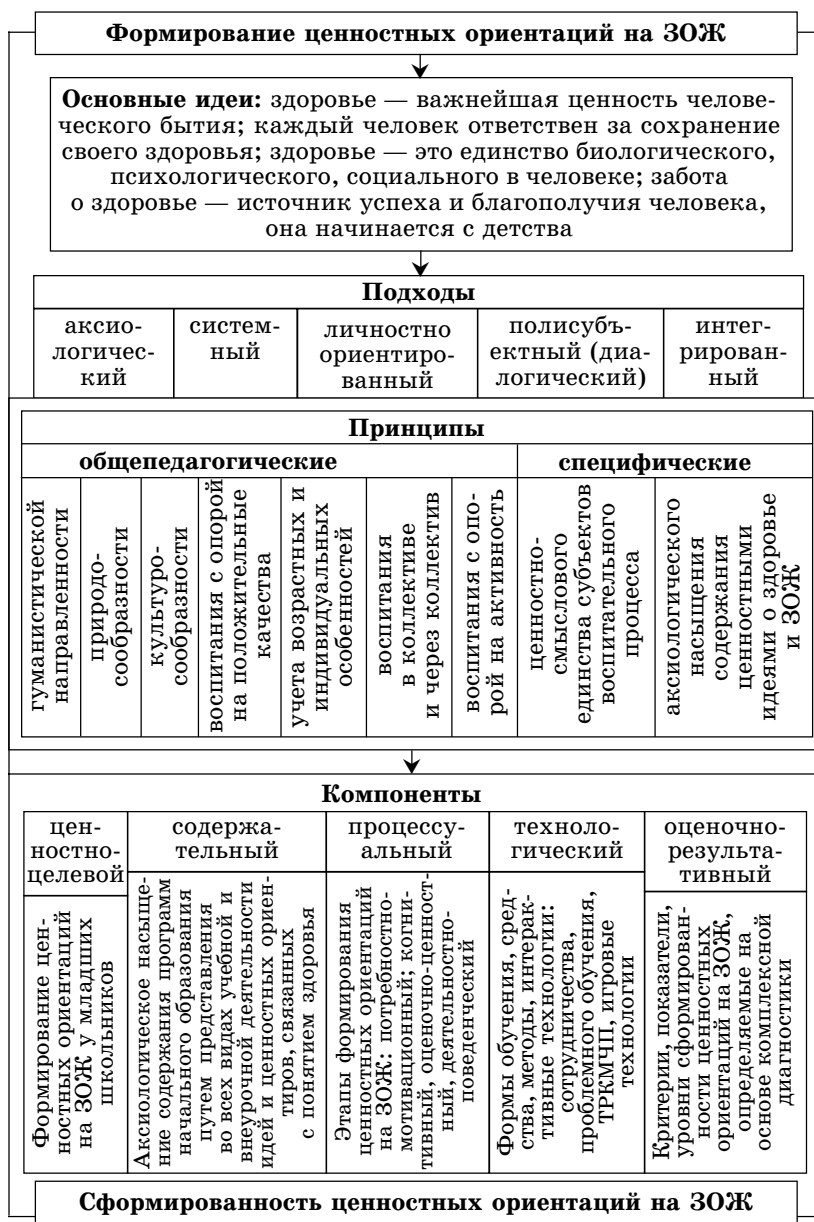


Схема 1. Педагогическая модель формирования ценностных ориентаций на здоровый образ жизни у младших школьников

В основу проектирования модели по формированию ценностных ориентаций на здоровый образ жизни у младших школьников положены следующие методологические подходы:

- ✧ аксиологический;
- ✧ системный;
- ✧ личностно ориентированный;
- ✧ деятельностный;
- ✧ полисубъектный (диалогический);
- ✧ интегративный.

Аксиологический (ценностный) подход выполняет связующую роль между практическими и познавательными подходами (М. С. Каган, В. В. Николина, Н. Н. Никандров, В. А. Сластенин), выступает своеобразным мостом между теорией и практикой [16, 17, 22].

В логике построения аксиологического подхода человек рассматривается как высшая ценность общества и цель общественного развития. В этой связи правомерно утверждать, что аксиология является основой новой философии образования и, соответственно, методологии современной педагогики. Человеческие ценности, по крайней мере важнейшие из них, остаются постоянными на различных этапах развития общества. Такие ценности, как жизнь, здоровье, любовь, образование, труд, мир, красота, общество, привлекали людей во все времена. Эти ценности, несущие в себе гуманистическое начало, выдержали проверку временем на протяжении всей истории человечества. И в настоящее время, в условиях глубоких преобразований российского общества, речь должна идти не об отмене их, а только об их переосмыслении. При этом здоровье во все времена выступает как универсальная человеческая ценность, соотносится с основными ценностными ориентациями личности и занимает определенное положение в ценностной иерархии.

Системный подход (В. П. Беспалько, Б. З. Вульфов, В. И. Загвязинский, В. А. Сухомлинский) основан на том, что относительно самостоятельные компоненты процесса (явления) рассматриваются не изолированно, а в их взаимосвязи (в особенности это касается понятия «здоровье» в его многоаспектности и комплексности), развитии и движении.

Данный подход позволяет выявить интегративные, системные свойства и качественные характеристики, которые отсутствуют у составляющих систему элементов. Здоровье становится предметом междисциплинарного исследования. Возможности системного подхода как одной из методологических основ педагогического процесса обнаруживают себя при обращении к категориям «педагогическая система», «целостность», «взаимодействие». Широкие образовательные возможности открывает идея целостности педагогического процесса, благодаря которой содержание образования в единстве и взаимосвязи его биологического, психического, социального и духовно-нравственного аспектов позволяет успешно решать как чисто учебные, так и воспитательные задачи.

Личностно ориентированный подход (В. П. Беспалько, Е. В. Бондаревская, В. В. Сериков, В. В. Гузев) требует отношения к учащемуся как уникальному явлению независимо от его индивидуальных способностей, а также создания условий для того, чтобы и сам воспитанник воспринимал себя такой уникальной личностью и видел столь же самоценную личность в каждом из окружающих его людей. Таким образом, личностный подход предполагает, что и педагоги, и учащиеся относятся к каждому человеку как к самостоятельной личности, а не как к средству для достижения своих целей. Это связано с готовностью воспринимать каждого человека как своеобразного и интересного, признавать за ним право быть непохожим на других. Данный подход (вне зависимости от дискуссии относительно структуры личности) означает ориентацию на личность при конструировании и осуществлении педагогического процесса как на цель, субъект, результат и главный критерий эффективности этого процесса. Он требует признания уникальности личности, ее интеллектуальной и нравственной свободы, права на уважение и предполагает опору в воспитании на естественный процесс саморазвития задатков и творческого потенциала личности ребенка, создание для этого соответствующих условий [7, 8].

Деятельностный подход (Л. С. Выготский, В. В. Давыдов, А. Н. Леонтьев, С. Л. Рубинштейн, Г. П. Щедровицкий),

как явствует из его названия, предполагает особое внимание к феномену деятельности. Любая деятельность имеет свою психологическую структуру: мотив, цель, действия (операции), условия и средства, результат. Если в реализации деятельностного подхода педагог упускает те или иные структурные моменты, то школьник либо вообще не является субъектом деятельности, либо выполняет ее как иллюзорную, как отдельные действия. Признание того факта, что личность формируется и проявляется в деятельности, как видим, еще не деятельностный подход. Данный подход требует специальной работы по формированию деятельности ребенка, по переводу его в позицию субъекта познания, труда и общения. Это, в свою очередь, объясняет необходимость обучения его целеполаганию, планированию деятельности, ее организации, регулированию, контролю, самоанализу и оценке результатов. Кроме этого, с опорой на деятельностный подход происходит формирование социальных компетентностей эффективного взаимодействия и общения, деятельности и познавательной активности, принятия решений и выбора в пользу здоровья.

Полисубъектный (диалогический) подход (Л. В. Загरेкова, Н. Е. Щуркова) основан на том, что сущность человека значительно богаче, разностороннее и сложнее, чем его деятельность, не исчерпывается ею и не может быть сведена к деятельности и отождествлена с ней. Именно в актах взаимодействия личность обретает свое человеческое, гуманистическое содержание [13, 29]. Личность в известном смысле есть продукт и результат ее общения с окружающими людьми. М. М. Бахтин и А. А. Ухтомский независимо друг от друга пришли к единому пониманию уникальности человеческой личности, которая рождается и проявляется лишь в диалогическом общении.

Интегративный подход основан на глубокой интеграции специального предмета, направленного на формирование у младших школьников знаний о здоровье и представлений о ЗОЖ («Уроки здоровья»), как с предметными областями естественнонаучного цикла («Природоведение», «Окружающий мир», «Естествознание»), так и с «Основами безопасности жизнедеятельности». Такой подход позволя-

ет решать задачи освоения принципов безопасности жизнедеятельности и формирования у учащихся ценностных ориентаций на здоровый образ жизни.

Педагогическая модель формирования ценностных ориентаций на ЗОЖ у младших школьников основывается на следующих принципах:

✧ общепедагогических: гуманистической направленности, природосообразности, культуросообразности, воспитания с опорой на положительные качества человека, учета возрастных и индивидуальных особенностей, воспитания в коллективе и через коллектив, воспитания в деятельности с опорой на активность личности;

✧ специфических: ценностно-смыслового единства всех субъектов учебно-воспитательного процесса (родителей — учеников — педагогов); аксиологического насыщения содержания учебных программ ценностными идеями и ориентирами о здоровье и здоровом образе жизни.

Принцип гуманистической направленности — это общее требование к процессу обучения и воспитания, согласно которому главной ценностью этого процесса является человек, а целью — раскрытие и развитие его способностей. От педагогов, с позиций данного принципа, требуется не столько формальное изучение дисциплин, связанных со здоровым образом жизни, сколько развивающая работа с каждым учеником. При этом чем гармоничнее общекультурное, социально-нравственное развитие личности, тем более свободным и творческим человек становится в реализации культурно-гуманистической функции, следовательно, у него будут более полно реализоваться социальный и духовный аспекты здоровья. Поэтому гуманизация образования рассматривается как важный фактор гармоничного развития личности. Таким воспитание становится в том случае, если, согласно Л. С. Выготскому, ориентировано на «зону ближайшего развития».

Принцип природосообразности, раскрытый в «Великой дидактике» Я. А. Коменским, в самом общем виде означает отношение к человеку как части природы, опору на его природные силы и создание для его развития условий, отвечающих закономерностям природы. Современная трактов-

ка данного принципа исходит из того, что воспитание должно основываться на научном понимании естественных и социальных процессов, согласовываться с общими законами развития природы и человека, формировать у него ответственность за эволюцию ноосферы и за самого себя. У человека необходимо культивировать стремление к здоровому образу жизни и умение выживать в экстремальных условиях. Развитие ребенка и его потребностей необходимо выводить за пределы «я» и ближайшего социума, помогая ему осознать глобальные проблемы человечества, ощутить свою сопричастность природе и обществу, почувствовать ответственность за их состояние и развитие.

Принцип культуросообразности, как конкретно-научная методология познания и преобразования педагогической реальности, имеет три взаимосвязанных аспекта: аксиологический (ценностный), технологический и личностно-творческий. Аксиологический аспект принципа культуросообразности обусловлен тем, что каждому виду человеческой деятельности, как целенаправленной, мотивированной, культурно организованной, присущи свои основания, оценки, критерии (цели, нормы, стандарты), способы оценивания. Этот аспект предполагает такую организацию педагогического процесса, которая обеспечивала бы изучение и формирование ценностных ориентаций личностью. Технологический аспект принципа культуросообразности связан с пониманием культуры как специфического способа человеческой деятельности. Личностно-творческий аспект принципа культуросообразности обусловлен объективной связью индивида и культуры. В связи с этим освоение культуры следует понимать как проблему изменения самого человека, его становления как творческой личности.

Принцип воспитания с опорой на положительные качества человека основан на тысячелетнем опыте воспитания и взаимоотношений людей, на понимании психологии человека и педагогической практике. Он непосредственно связан со здоровьесберегающей деятельностью, поскольку в воспитании культуры здоровья надо исходить прежде всего из того, что люди хотят быть хорошими, жить в согласии с собой и окружением. В любом, даже очень «трудном», чело-

веке есть качества, черты характера, привычки, способности, на которые можно опереться, чтобы добиться изменений к лучшему. А. С. Макаренко учил подходить к воспитаннику с «оптимистической гипотезой», верить в его возможности и желание стать хорошим человеком. В конфликтной ситуации следует осуждать не человека, а его неверный поступок. При этом часто даже в неправильном поступке ребенка можно и нужно увидеть хорошее и сказать об этом: в упрямстве — настойчивость и волю, в непоседливости — любознательность и т. д. Воспитатели, работающие с опорой на этот принцип, проектируют в будущем хорошее поведение ребенка, помогают ему обрести уверенность в успешном достижении высоких результатов, оказывают доверие воспитанникам, ободряют их при неудачах. Опора на положительное, по мнению И. П. Подласого, имеет еще один аспект, который можно обозначить как создание положительного воспитательного фона: это относится и к жизнедеятельности воспитанников, и к стилю воспитательных отношений, и к организации труда и отдыха и т. д. Все это способствует бодрому, оптимистичному настроению в детско-взрослом сообществе, уверенному движению вперед, слаженности общих действий и заботливому отношению друг к другу и не может не оказывать благоприятного воздействия на все аспекты здоровья. Выявляя в ученике положительное и опираясь на него, делая ставку на доверие, педагог как бы предвосхищает процесс становления личности.

Принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей. В настоящее время психолого-педагогическая наука располагает достаточно обширными данными, характеризующими особенности деятельности, психических процессов, поведения людей на разных возрастных этапах развития личности. В соответствии с этим принцип учета возрастных особенностей детей обязывает учителя продуманно и адекватно определять характер общения, помощи, выбирать методы воспитания при работе с учащимися разного возраста. Младший школьный возраст максимально благоприятен для формирования нравственных и социальных качеств личности. Чем меньше возраст ребенка, тем непосредственнее его восприятие, тем больше он верит своему воспитате-

лю, безоговорочно подчиняется его авторитету. Поэтому в младшем школьном возрасте легче воспитывать у детей положительные привычки, приучать их к труду, дисциплине, правильному поведению в обществе, к заботе о своем здоровье.

В числе индивидуальных особенностей ребенка, которые необходимо учитывать воспитателю, выделяются особенности восприятия, мышления, памяти, речи, характера, темперамента, воли. Быстрые темпы формирования личностных качеств в детском возрасте требуют действовать с опережением, чтобы не допустить ситуации, когда содержание, организация, методы и формы воспитания могут прийти в противоречие с уровнем развития воспитанников, чтобы вредные привычки не успели укорениться в их характере и образе жизни. В то же время педагогу необходимо помнить, что непосильные требования подрывают веру ребенка в свои силы, приводят к разочарованиям или, что еще хуже, к недостаточно полному, поверхностному их выполнению. Это формирует привычку обходиться «полудостигнутым», что в принципе противоречит задаче формирования ценностных ориентаций на ЗОЖ. Особенно внимательно воспитатели должны следить за изменением главных личностных качеств детей — направленности их ценностных ориентаций, жизненных планов, деятельности и поведения — и оперативно корректировать процесс воспитания, направляя его на удовлетворение личностных и общественных потребностей.

Принцип воспитания в коллективе и через коллектив предполагает оптимальное сочетание коллективных, групповых и индивидуальных форм организации педагогического процесса. Индивид становится личностью благодаря общению и связанному с ним обособлению. Именно в коллективе младший школьник развивается и проявляет себя наиболее полно. Только в коллективе и с его помощью у ребенка формируются чувство ответственности, коллективизм, товарищеская взаимопомощь и другие ценные качества, усваиваются правила общения, поведения, вырабатываются организаторские умения, навыки руководства и подчинения. Коллектив не поглощает, а раскрепощает личность, открывает широкий простор для всестороннего и гармонич-

ного развития ее. Таким образом, принцип воспитания в коллективе и через коллектив непосредственно связан с формированием социального и психологического здоровья.

Принцип воспитания в деятельности с опорой на активность означает формирование ценностных ориентаций на основе включения детей в различные виды деятельности: учебно-познавательные, игровые, общественно-трудовые, художественно-эстетические, спортивно-оздоровительные. При этом главным условием воспитания является активная, сознательная деятельность учащихся, в которую дети вовлечены внутренне, психологически, морально. Это значит, что деятельность для них имеет смысл, личное значение, хотя это и не всегда осознается ребенком. Активность проявляется в интересе, в ответственности, в положительных эмоциях и во многом другом. Такое поведение говорит о внутренней работе: о формировании и развитии потребностей, направленности, установок, склонностей, эмоций, воли, привычек, характера — всего того, что составляет личность. Воспитывающая деятельность эффективна тогда, когда основана на такой внутренней работе и стимулирует личностный рост ребенка.

Принцип ценностно-смыслового единства субъектов воспитательного процесса предусматривает активное взаимодействие всех его участников: учащихся, родителей, педагогов. Партнерские отношения «учитель — учащиеся — родители» расширяют возможности формирования ценностных ориентаций учащихся. В педагогической литературе взаимодействие семьи и педагогов определяется как совместная деятельность по согласованию идей, целей, форм и методов семейного воспитания и воспитания в образовательном учреждении. Для этого школа должна работать с семьей и социальным окружением школьников: осуществлять педагогическое просвещение и воспитание родителей, вести социальную и педагогическую работу в микрорайоне.

Существуют определенные правила реализации этого принципа. Во-первых, личность ребенка формируется под влиянием разных субъектов воспитания — семьи, товарищей, окружающих взрослых людей; среди этих влияний большая роль принадлежит классному коллективу и лич-

ности педагога. Очень важно, чтобы ценностные ориентиры, идеи, требования, предъявляемые семьей и образовательным учреждением, были едиными и не противоречили одно другому. Во-вторых, семья является главным фактором формирования личности ребенка; недаром большинство педагогов согласны с формулой: по-настоящему в человеке воспитано то, что воспитано в семье. Поэтому школе необходимо всемерно поддерживать и укреплять связь с семьей, опираться на нее при решении всех воспитательных задач. В-третьих, в практике могут возникать ситуации, когда воспитатели не согласны с позицией семьи или, напротив, семья отрицательно относится к требованиям воспитателей. Устранять недоразумения следует, опираясь на то, что помогает объединить воспитательные усилия семьи и школы.

Практическая реализация данного принципа требует создания единой системы воспитания как на занятиях, так и во внеурочное время, что обеспечивается соблюдением преемственности и системности. Таким образом, способом достижения ценностно-смыслового единства воспитательных воздействий выступает координация усилий причастных к воспитанию людей, служб, социальных институтов. Взаимодействие может состояться, когда есть значимая общая ценность — здоровье ребенка и развитие его личности.

Принцип аксиологического насыщения содержания учебных программ ценностными идеями о здоровье и здоровом образе жизни заключается в том, что учебные программы должны строиться на позициях интегральных представлений о ценностях здоровья и здорового образа жизни, о важности биологических, социальных и духовно-нравственных аспектов здоровья. Одновременно с этим они должны быть ориентированы на практические знания, практическую деятельность и активность в вопросах сохранения здоровья и присвоение ценностных ориентаций на здоровый образ жизни. Еще одной важной идеей этого принципа является понимание, что каждый человек ответствен за свое здоровье и здоровье окружающих людей.

2. КОМПОНЕНТЫ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ МОДЕЛИ ФОРМИРОВАНИЯ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ НА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ _____



Модель формирования ценностных ориентаций на здоровый образ жизни у младших школьников включает в себя следующие компоненты:

- ❖ ценностно-целевой;
- ❖ содержательный;
- ❖ процессуальный;
- ❖ технологический;
- ❖ оценочно-результативный.

2.1. Особенности содержания образовательного процесса для эффективного формирования ценностных ориентаций на ЗОЖ у младших школьников

Содержательный компонент проектируемой педагогической модели представляет целостную систему всех компонентов содержания образования, направленную на формирование универсальных учебных действий (УУД) младших школьников, знаний, умений и навыков коммуникативного и регулятивного характера, опыта творческой деятельности и эмоционально-ценностного отношения к своему здоровью [19].

1. *Учащиеся должны знать о физическом аспекте*

здоровья: что такое здоровье, какие факторы влияют на него, признаки физического и душевного здоровья; основные правила личной и общественной гигиены; с помощью каких органов мы получаем информацию об окружающем мире; что такое дыхание и как оно происходит, состав вдыхаемого и выдыхаемого воздуха, основные правила гигиены дыхания; функции питания для человека, основные группы необходимых продуктов, правила рационального питания и требования гигиены питания; основные элементы двигательной системы; как в организме образуется энергия, необходимая для движения; различные виды двигательной активности и основные заболевания двигательной системы. Кроме этого, ученики должны знать, что такое «рост», «развитие», «резервы организма» и что необходимо человеку для роста и развития; различать основные возрастные периоды жизни человека; называть внутренние и внешние отличия между мужчиной и женщиной, между мальчиками и девочками; знать правила безопасного поведения в обществе и в природе; иметь представление о том, как самостоятельно оказать первую помощь при различных видах незначительных травм; знать телефоны служб, в которые необходимо обращаться в случае серьезных повреждений.

2. *Учащиеся должны знать о социальном и психологическом аспектах здоровья и ЗОЖ*: как правильно приветствовать сверстников и взрослых людей, какие слова и выражения следует использовать при коммуникативном контакте со сверстниками и взрослыми; правила безопасного поведения в социуме, с незнакомыми людьми; какие отношения между людьми должны лежать в основе семейного счастья; различные формы социального объединения людей; способы определения конфликтной ситуации и путей выхода из нее; понимать, чем опасны вредные привычки.

3. *Учащиеся должны уметь*: выполнять основные гигиенические действия; соблюдать основные правила дыхания и питания; осуществлять различные виды физической активности (игры, спорт, физическая работа); оказывать первую помощь себе и окружающим при незначительных травмах; соблюдать правила безопасного поведения (на воде, на улице, в социуме); правильно приветствовать сверстников и

взрослых, обращаться с вопросами, поддерживать коммуникативный контакт, общаться со знакомыми и незнакомыми людьми; выходить из конфликтных ситуаций и принимать решения по возникающим проблемным ситуациям, опираясь на знания о здоровом образе жизни; уметь передавать знания о ЗОЖ другим людям в виде совета, практической помощи.

4. *Учащиеся должны понимать*, что здоровье — это важный показатель благополучия человеческой жизни; здоровье и ЗОЖ — одна из основных ценностей человеческого бытия; каждый человек ответствен за свое здоровье и здоровье окружающих людей, а также за «здоровье» природы; осознавать важность бережного отношения к чистоте воздуха и зеленым растениям. Также учащиеся должны понимать, что здоровью человека способствует безопасное поведение, что для поддержания его необходимы знания о своем организме и что значительное влияние на здоровье человека оказывает образ жизни: правильное питание, двигательная активность, доброжелательное общение, отсутствие вредных привычек и т. д.

В образовательном процессе педагогу необходимо не только сформировать у детей вышеперечисленные знания и умения, но и стремиться к аксиологическому насыщению выделенного содержания ценностно-смысловым значением. В качестве примера можно привести реализацию содержательного компонента модели в рамках интегрированного курса «Уроки здоровья и ОБЖ» (авторы О. С. Гладышева, И. Ю. Абросимова), в основу программы которого положены идеи О. С. Гладышевой о системном понимании проблемы здоровья и здорового образа жизни, а также представления о том, что здоровье является ценностью и что в основе формирования ценностных ориентаций на здоровый образ жизни должны лежать деятельностные технологии [10, 24—27]. Учебная программа курса предназначена для проведения занятий в начальной школе (1—4 классы) в объеме 1 час в неделю, содержание ее в значительной степени интегрировано с содержанием таких предметов, как ОБЖ, «Естествознание», «Окружающий мир», «Природоведение» по вопросам, которые представлены в соответствующих разделах

курса. Освоение учебного содержания младшими школьниками осуществляется не только в урочной, но и внеурочной деятельности, в кружковой работе по вопросам ЗОЖ.

2.2. Процесс формирования ценностных ориентаций на здоровый образ жизни у младших школьников

Процессуальный компонент педагогической модели обусловлен этапами формирования ценностных ориентаций на здоровый образ жизни у младших школьников. Опираясь на выделенные В. В. Николиной [17] основные этапы формирования ценностных ориентаций в общем виде (восприятие — означивание-оценивание — выбор ценностей — присвоение), можно представить основное содержание и результаты воздействия на личность каждого этапа формирования ценностных ориентаций на ЗОЖ. Мы соотнесли этапы формирования у младших школьников ценностных ориентаций на ЗОЖ с системой, состоящей из четырех компонентов: потребностно-мотивационного, когнитивного, оценочно-ценностного, деятельностно-поведенческого (табл. 1).

Таблица 1

Основные этапы формирования ценностных ориентаций на здоровый образ жизни у младших школьников

Основные этапы формирования ценностных ориентаций на ЗОЖ	Основные личностные результаты этапа
1. Восприятие ребенком ценности «здоровье» (потребностно-мотивационный)	Происходит непосредственное и опосредованное восприятие объектов, связанных с понятием «здоровый образ жизни», возникают чувственное восприятие, переживания; на этой основе формируются представления о здоровье и здоровом образе жизни. Активное восприятие связано не только с непосредственными ощущениями, но и с эмоциональной окрашенностью воспринимаемых знаний, соотнесением их с интересом, удовольствием, наслаждением, переживаниями, мотивами, с уже присвоенными ценностями

Продолжение табл.

Основные этапы формирования ценностных ориентаций на ЗОЖ	Основные личностные результаты этапа
2. Означивание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни (когнитивный)	Формируются знания и понимание важности и значимости (полезности) здорового образа жизни. Значимость фиксируется у ученика как польза, важность, рациональность. Ценностные ориентации на ЗОЖ приобретают свойство осознанности и направляющую функцию при выборе приоритетов деятельности
3. Оценивание, принятие и выбор ценностной ориентации (оценочно-ценностный)	Происходит оценивание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни, обусловленное эмоциональными переживаниями, связанное с оценкой и соотносением с нравственными и научными критериями, выработанными обществом, а затем соотношение ценностной ориентации на здоровый образ жизни с иерархией субъективно значимых личностных ценностей. В этом случае ценностная ориентация приобретает смыслообразующую функцию. На этом этапе возникает ценностное противоречие, и оно переживается личностью как процесс принятия и выбора решений в пользу сохранения здоровья
4. Присвоение и реализация ценностной ориентации на здоровый образ жизни в деятельности и поведении (деятельностно-поведенческий)	К этому этапу ценностные ориентации приобретают смысл осознанности, являясь регулятором образа жизни. Приобретенные ценностные ориентации на здоровый образ жизни проявляются в деятельности и поведении, причем деятельность может быть многообразной. В учебной и игровой деятельности ученик способен отстаивать свою точку зрения в ситуациях принятия решений в соответствии с принципами ЗОЖ и безопасного поведения. В практической деятельности — соблюдение правил личной гигиены, охраны окружающей среды, овладение навыками безопасного поведения и т. д.

Окончание табл.

Основные этапы формирования ценностных ориентаций на ЗОЖ	Основные личностные результаты этапа
5. Закрепление ценностной ориентации на здоровый образ жизни (деятельностно-поведенческий)	Перевод ценностной ориентации в статус качества личности, то есть в своего рода потенциальное состояние. Ученик должен многократно осмысливать суть и смысл ценностной ориентации, при этом делая акцент не только на результатах усвоения, но и на анализе процесса достижения (как вы этого достигли? как пришли к такому мнению?) и постоянно реализовать ее в деятельности и поведении (опыт использования в жизни)

Остановимся на содержании каждого из выделенных этапов.

На *потребностно-мотивационном этапе* происходит непосредственное и опосредованное восприятие младшими школьниками объектов, связанных со здоровым образом жизни, чувственное восприятие, эмоциональное переживание и формирование на основе этого представлений о здоровье и ЗОЖ. Переживания ребенка связаны не только с самими ощущениями, но и с их эмоциональной окрашенностью и значимостью. К примеру, ребенок может волноваться о здоровье близких или переживать о том, как он чувствовал себя, когда у него что-то болело или он поссорился с друзьями. И наоборот, он испытывает радость и наслаждение, когда всем хорошо, все вокруг веселы и здоровы, в результате этого формируются образы чувств удовлетворения, удовольствия, насыщенности жизни. Такое переживание эмоциональных ощущений способствует развитию интереса к знаниям о здоровом образе жизни и осознанию их значимости. Этот этап формирования ценностных ориентаций очень важен. Он связан с обращением к прошлому опыту ребенка и его чувствам — благодаря образному слову учителя, поучительной сказке, игре, музыкальному произведению, воспоминанию, детским рисункам.

Таким образом, потребностно-мотивационный этап вносит эмоциональность, образность в формирование ценностных ориентаций на ЗОЖ у младших школьников. Он является очень значимым и служит своеобразным мостиком к осознанию ребенком важности сохранения здоровья, то есть к знанию и пониманию.

Второй этап — *когнитивный*. На этом этапе происходит понимание и осмысление знаний, способов, действий, осуществляется соотнесение новых представлений о сохранении здоровья с системой ранее изученных. На когнитивном этапе наделяются значимостью знания о здоровье. Ребенок не только узнает о том, что и как необходимо делать, чтобы сохранить здоровье, но и учится объяснять: зачем, почему, для чего его необходимо беречь. Таким образом, на этом этапе происходит осознание учащимися необходимости ведения здорового образа жизни, а также формируется знание способов сохранения здоровья.

Оценочно-ценностный этап связан с оцениванием ценностных ориентаций на здоровый образ жизни. Он также обусловлен эмоциональными переживаниями учащихся, связан с оценкой и соотнесением с нравственными и научными критериями, выработанными обществом, а затем соотнесением ценностной ориентации с процессом принятия и выбора решений в пользу сохранения здоровья. Этот этап предполагает решение проблемных ситуаций, в которых нужно совершить выбор, опираясь на знания о ЗОЖ и понимание их смысла. При этом ученик должен знать возможные альтернативы, уметь их оценить с позиций здоровья и предпочесть то решение, которое будет оптимальным для сохранения здоровья и безопасности жизни. В силу возрастных особенностей учащихся начальной школы некоторые альтернативы, связанные с получением удовольствий, могут быть более заманчивы для детей, нежели поведение, способствующее сохранению здоровья, и все же в идеале школьники должны сделать выбор, ориентированный на ЗОЖ.

Деятельностно-поведенческий этап осуществляется в ежедневной практической деятельности, направленной на сохранение здоровья, и реализации здорового образа жизни, который проявляется в повседневной жизнедеятельности,

формах общения и безопасного поведения. При этом деятельность ребенка может быть различной и многообразной. Например, она может выражаться в аргументированном изложении своей точки зрения на уроках (умение отстаивать свою позицию связано с успешностью обучения, социальной реализацией в жизни, а значит, и с социальным аспектом здоровья), проявляться в элементарных гигиенических действиях, или выполнении утренней зарядки, или оказании практической помощи при различных видах травм, или предпочтении популярным чипсам и кока-коле другим, полезных продуктов, к примеру яблока или сока (все эти действия напрямую связаны с физическим аспектом здоровья). В дальнейшем поведенческо-деятельностный компонент должен перейти в статус качества личности, то есть своего рода потенциальное состояние, в полезную привычку, в направленность личности, при которой принципы здорового образа жизни постоянно реализуются в деятельности и поведении.

2.3. Формы организации образовательного процесса и педагогические технологии, способствующие формированию ценностных ориентаций на ЗОЖ у младших школьников

Технологический компонент предлагаемой педагогической модели предусматривает использование различных форм и средств обучения и воспитания, методов, приемов, интерактивных педагогических технологий с включением в них здоровьесберегающего потенциала (физкультминутки, смена видов деятельности и т. д.).

При анализе форм воспитательной работы мы опирались на классификацию, предложенную Н. Е. Щурковой [29]. По основному виду деятельности выделяются следующие формы работы по воспитанию у младших школьников ценностных ориентаций на здоровый образ жизни:

- ✧ познавательные (уроки, кружки, экскурсии и т. д.);
- ✧ физкультурно-оздоровительные (соревнования, игры, спортивные мероприятия);
- ✧ ценностно-ориентационные (во всех формах урочной

и внеурочной деятельности: классные часы, уроки, беседы, кружки);

✧ досуговые (свободное общение, игры, праздники, коллективные прогулки, походы и т. д.).

В работе с учащимися начальной школы для формирования ценностных ориентаций на ЗОЖ применяются различные методы воспитания:

✧ методы формирования сознания: рассказ, беседа, дискуссия, пример, чтение текста;

✧ методы организации деятельности и формирования опыта поведения: упражнение, приучение, поручение, требование, создание проблемных ситуаций;

✧ методы стимулирования поведения: соревнование, игра, поощрение;

✧ методы контроля и самоконтроля, самооценки, наблюдения, анкетирования, тестирования, анализа результатов.

Среди методов обучения предпочтение отдается активным, при которых деятельность обучаемых носит продуктивный, творческий, поисковый характер:

✧ дидактические игры;

✧ анализ конкретных ситуаций;

✧ решение проблемных задач;

✧ «мозговой штурм»;

✧ работа с ключевыми понятиями;

✧ методы и приемы, входящие в арсенал интерактивных здоровьесберегающих технологий.

В качестве средств воспитания и обучения используются самые разнообразные источники формирования ценностных ориентаций на ЗОЖ у младших школьников: виды воспитывающей и развивающей деятельности (учение, труд, игра, спорт), предметы (спортивный инвентарь), вещи, устройства (игрушки, муляжи, технические средства), процессы, музыкальные и литературные произведения, природные явления, средства народной педагогики и т. д.

Важным условием формирования ценностных ориентаций на здоровый образ жизни у младших школьников является переход педагогов от традиционных методов работы на уроке к новым здоровьесберегающим технологиям, в основе которых лежит деятельностный подход и диалоговая,

или субъект-субъектная, культура общения учителя и ученика (О. С. Гладышева, А. В. Кирьякова, В. В. Николина). При анализе здоровьесберегающего потенциала используемых педагогических технологий мы отталкивались от тех школьных факторов риска (ШФР), которые негативно влияют на здоровье детей. Главные среди них — стрессовая педагогическая тактика, интенсификация учебного процесса, несоответствие методик и технологий обучения возрастным и функциональным возможностям школьника. Исходя из этого целесообразен выбор технологий, основанных на ситуационном, деятельностном подходах и диалоговом субъект-субъектном общении учителя и ученика.

Здоровьесберегающий потенциал педагогических технологий проявляется:

- ✧ в создании комфортных условий, ситуаций удовольствия, успеха, бесконфликтного принятия ученика;
- ✧ в снижении усталости учащихся (чередование приемов, физкультминутки, разминки);
- ✧ в частичном проведении уроков на открытом воздухе;
- ✧ в развитии у младших школьников коммуникативных навыков, формировании толерантности;
- ✧ в развитии личностных качеств и способностей детей, направленных на самовыражение и самореализацию.

К таким технологиям, в соответствии с подходом, предложенным О. С. Гладышевой, мы относим:

- ✧ обучение в сотрудничестве;
- ✧ игровые технологии;
- ✧ проблемное обучение, в том числе проектный метод;
- ✧ технологию «Развитие критического мышления через чтение и письмо».

Наряду с этим в обучении могут отдельно использоваться все методы и приемы, применяемые в рамках перечисленных технологий (мозговой штурм, эссе, «шесть шляп мышления», кластер, таблица З-Х-У, чтение с остановками, чтение с пометками).

Все вышеперечисленные технологии можно условно назвать здоровьесберегающими, опираясь на принятые определения здоровья и ЗОЖ, в соответствии с которыми здоровье понимается как состояние физического, психологичес-

кого, социального и духовного благополучия. Использование данных технологий в образовательном процессе позволяет влиять в основном на психологический и социальный аспекты здоровья учащихся.

С этих позиций мы предлагаем следующее определение:

Здоровьесберегающие технологии — это технологии, которые направлены на нейтрализацию школьных факторов риска и способствуют повышению мотивации обучения благодаря эмоциональному компоненту, обеспечивают познавательную активность детей и развитие способности самостоятельно обрабатывать информацию; направлены на умение ставить цели, планировать, проектировать, решать проблемы, на развитие коммуникативных навыков и терпимости к другим точкам зрения, способствуют самовыражению и адекватной самооценке школьников.

Рассмотрим более подробно каждую из здоровьесберегающих технологий.

Технология сотрудничества, или обучение в сотрудничестве (В. К. Дьяченко, Г. К. Селевко) [20].

По целевым установкам данная технология обеспечивает познавательную активность обучающихся в учебном процессе и достижение высокого уровня усвоения содержания образования. По концептуальным позициям технология сотрудничества как способ организации деятельности учащихся является особым фактором совместной коллективной деятельности, которая оказывает мощное стимулирующее действие на развитие личности школьника. Реализация технологии сотрудничества в процессе коллективной деятельности предполагает взаимное обогащение учащихся в группе; организацию совместных действий, ведущую к активизации учебно-познавательных процессов; распределение начальных действий и операций и обмен способами действий; коммуникацию, общение, взаимопонимание, без которых невозможны распределение и обмен действиями; а также рефлексия, через которую устанавливается отношение ученика к собственному действию и обеспечивается адекватная коррекция его.

Таким образом, педагогика сотрудничества по класси-

фикационным характеристикам, по разнообразию организационных форм педагогической работы, благодаря преобладанию творческого, проблемно-поискового, диалогического способов реализации учебного содержания обеспечивает все условия для успешного решения задач сохранения здоровья учащихся и педагогов в образовательном процессе. Сама концепция сотрудничества создает предпосылки для формирования такого психологического климата в классах, во всей школе, при котором снижается вероятность конфликтов, повышается интерес учащихся ко всему происходящему в школе, создается ситуация успеха. В результате планомерной работы в данной технологии у школьников формируются компетентности взаимодействия и общения, которые также способствуют здоровьесбережению, формированию и сохранению психологического и социального аспектов здоровья, поскольку направлены на успешную социализацию учащихся.

Игровые технологии (Л. С. Выготский, В. В. Давыдов, Д. Б. Эльконин) [30].

Среди деятельностных технологий, способствующих сохранению благоприятного психологического и социального климата на уроке, развитию познавательной активности учащихся, их самостоятельности, умения принимать решения, коммуникативных навыков, целесообразно использовать различные виды игровых технологий. Они пробуждают интерес, формируют мотивацию детей к изучаемым предметам и, как следствие, приводят к познавательной самостоятельности младших школьников. Данные технологии создают предпосылки для развития личности учащегося, способной адаптироваться к социальным и психологическим условиям жизни.

Игра является важным видом деятельности для детей младшего школьного возраста. Эффективным средством формирования у младших школьников ценностных ориентаций на здоровый образ жизни могут быть различные виды игр:

✧ интеллектуально-разминочные, необходимые для снятия усталости, тревожности, создания эмоционально комфорт-

ной обстановки, психологической готовности к принятию новой информации;

- ✧ физические, подвижные игры и физкультминутки;
- ✧ психологические игры, направленные на развитие общительности, коммуникабельности, сотрудничества, ценностных ориентиров, творчества;
- ✧ социально-ролевые игры — ситуации, связанные с отражением реальной жизни, принятием и оценением различных ролей.

В игровых технологиях можно выделить следующий спектр целевых ориентаций, связанных с проблематикой здоровьесбережения:

- ✧ направленные на сохранение физического здоровья детей: формирование двигательной активности, улучшение умственных действий, улучшение процессов дыхания и снабжения головного мозга кислородом;
- ✧ направленные на сохранение психологического здоровья: расширение кругозора, познавательной деятельности; развитие мотивации учебной деятельности; воспитание самостоятельности, воли, развитие внимания, памяти, речи, мышления, фантазии, творческих способностей, стрессового контроля, саморегуляции; обучение общению, снятию агрессии и эмоционального напряжения;
- ✧ направленные на сохранение социального здоровья: воспитание сотрудничества, общительности, коммуникабельности, эмпатии, рефлексии; развитие умения находить оптимальные решения в различных ситуациях, приобщение к нормам и ценностям общества; адаптация к условиям среды;
- ✧ направленные на сохранение духовного здоровья: обеспечение целостности личности ребенка, понимания им того, что наиболее важно и ценно для человека.

Проблемные технологии (в том числе метод проектов) (Дж. Дьюи, Л. В. Загрекова, Н. М. Зверева, М. И. Махмутов) [12, 13].

Сегодня под проблемным обучением понимается такая организация учебных занятий, которая предполагает выявление учениками под руководством учителя проблемных

ситуаций и активную самостоятельную деятельность учащихся по их разрешению. Проблемное обучение направлено не только на активизацию деятельности учащихся, но и на развитие их познавательной активности, творческих способностей, умений самостоятельно конструировать знания и ориентироваться в информационном мире. Оно имеет самую тесную связь с реальной жизнью, трудовой деятельностью, становлением системы ценностей и направлено на решение как педагогических, так и психологических ситуаций. Это не только не противоречит принципам здоровьесбережения, но и играет чрезвычайно важную роль в становлении многих как когнитивных, так и социальных компетентностей, от которых будет зависеть успешность дальнейшей жизни, карьеры, а следовательно, и психологическая составляющая здоровья сегодняшних школьников. Ориентируясь на будущий результат, проблемное обучение дает ученику возможность непосредственно в процессе его овладеть необходимыми общеучебными навыками, которые повышают результативность обучающей деятельности.

Метод проектов — один из наиболее действенных в работе по формированию ценностных ориентаций на здоровый образ жизни у младших школьников. Он предполагает выявление и решение проблем, прогнозирование результатов и возможных последствий различных вариантов решений (связанных с ЗОЖ), самостоятельную деятельность учащихся — индивидуальную, парную, групповую, — создание ситуаций успеха, способствующих сохранению и совершенствованию здоровья детей в его социальном и психологическом аспектах.

Технология «Развитие критического мышления через чтение и письмо» — РКМЧП (Ч. Темпл, К. Мередит, Дж. Стил, С. И. Заир-Бек, И. В. Муштавинская, В. В. Марико, Е. Ю. Грудзинская, И. М. Швец) [11, 14].

Учебная деятельность в этой технологии строится на партнерских отношениях между учеником и учителем, а также между учениками. Весь учебный процесс увязывается с конкретными жизненными задачами, выяснением и решением проблем, с которыми учащиеся сталкиваются в реальной жизни. Педагогическая технология РКМЧП об-

ладает значительным здоровьесберегающим потенциалом и связана с формированием соответствующих ценностных ориентаций. Учащиеся, прошедшие обучение в данной технологии, умеют самостоятельно решать проблемы, проявляя настойчивость. Наряду с этим их решения открыты для идей других участников, они умеют рассматривать проблемы с разных точек зрения, устанавливать связи между явлениями, видеть несколько возможностей решения той или иной проблемы, выстраивать логические выводы, а также строить прогнозы, обосновывать их и ставить перед собой обдуманые цели. Эти учащиеся любознательны, на занятиях они часто задают хорошие вопросы, активно воспринимают информацию.

Таким образом, данная технология способствует формированию компетентности познавательной деятельности, что положительно влияет на социализацию учащихся, повышает способность к обучению, снимая те трудности, которые в условиях традиционной системы ведут к стрессам и ухудшению здоровья детей. Как и другие деятельностные технологии, она способствует развитию коммуникативных навыков, умения детей выражать свои размышления, чувства, мысли, оценивать их. Ученики, которые освоили принципы этой технологии, способны к сотрудничеству с другими людьми, хорошо умеют слушать собеседника, эмпатичны, терпимы к неопределенности, умеют контролировать себя, свои эмоции, терпимо относятся к чужим точкам зрения. Данная технология связана с развитием компетентностей в сфере взаимодействия и общения. Приобретение таких качеств «работает» на систему здоровьесбережения, затрагивая напрямую сохранение психолого-эмоционального компонента здоровья. Таким образом, данная технология способствует организации учебно-познавательной поисковой деятельности и сохранению психологического и социального здоровья учащихся.

Из всего разнообразия деятельностных технологий нами включены в педагогическую модель формирования ценностных ориентаций на ЗОЖ прежде всего те, которые наиболее адекватны целям здоровьесберегающей деятельности. Данные технологии не только обеспечивают успешное ус-

воение учебного материала всеми учениками, но и стимулируют интеллектуальное и нравственное развитие детей, их самостоятельность, доброжелательность по отношению к учителю и друг другу, коммуникабельность, готовность помочь другим, что определяет в конечном счете и формирование ценностных ориентаций на ЗОЖ. Соперничество, высокомерие, грубость, авторитарность, столь часто порождаемые традиционной педагогикой и дидактикой, несовместимы с этими педагогическими технологиями.

Образовательный процесс, построенный на основе использования здоровьесберегающих технологий, способствует развитию у школьников компетенций взаимодействия и общения, поскольку для полноценного развития человек нуждается в общении с людьми и в дополнении своего субъективного опыта, он усваивает знания и использует опыт других людей. Все перечисленные компетенции и способы действий тесно связаны с процессами успешной социализации, определяющими социальные и психологические аспекты здоровья.

2.4. Оценка результатов сформированности ценностных ориентаций на ЗОЖ у младших школьников

Оценочно-результативный компонент модели позволяет определить сформированность ценностных ориентаций на ЗОЖ у младших школьников. Кроме того, для изучения ценностных ориентаций педагогов нами модифицированы и составлены оригинальные анкеты и предложены тесты с системой заданий, по которым определяется рейтинг личных и профессиональных ценностных ориентаций, а также подготовленность педагогов к участию в здоровьесберегающей деятельности. Для родителей учащихся также разработаны тестовые задания, которые позволяют выявить рейтинг их жизненных ценностей, грамотность в области здоровьесбережения и здоровьесберегающую активность.

Для диагностики сформированности ценностных ориентаций на здоровый образ жизни у младших школьников выделены критерии, соответствующие этапам их формиро-

вания: потребностно-мотивационный, когнитивный, оценочно-ценностный и деятельностно-поведенческий (табл. 2):

✧ *потребностно-мотивационный критерий* связан с положительным настроением, хорошим самочувствием, желанием посещать занятия по предмету «Уроки здоровья», активностью младших школьников при получении знаний о здоровом образе жизни. Следствием хорошего эмоционального состояния становится возникновение интереса к знаниям о здоровом образе жизни и оценивание их как полезных для дальнейшей жизни;

✧ *когнитивный критерий* связан с формированием у ребенка знаний и представлений о здоровье и здоровом образе жизни;

✧ *оценочно-ценностный критерий* определен собственной иерархией ценностных ориентаций, выстраиваемых младшими школьниками, где в идеале здоровье как ценность должно занимать лидирующую позицию;

✧ *деятельностно-поведенческий критерий* определяется самостоятельной активной деятельностью ребенка, связанной с сохранением здоровья: заботой о своем физическом и психологическом состоянии, применением всех полученных знаний о здоровье в повседневной жизни, в решении тех или иных проблем, во включенности в социальную жизнь, в помощи окружающим людям.

Таблица 2

Показатели сформированности ценностных ориентаций на здоровый образ жизни у младших школьников

Показатели	Уровни		
	высокий	средний	низкий
Потребностно-мотивационный критерий			
1. Интерес к получению знаний о здоровье и ЗОЖ	Учащиеся отмечают, что им очень интересно на мероприятиях, посвященных вопросам ЗОЖ	Считают, что им скорее интересно, чем неинтересно на мероприятиях по ЗОЖ	Считают, что им скорее неинтересно, чем интересно, или вообще не интересуются этими мероприятиями

Продолжение табл.

Показатели	Уровни		
	высокий	средний	низкий
2. Понимание полезности знаний о ЗОЖ	Считают, что все мероприятия по здоровью полезны и значимы	Считают, что некоторые мероприятия полезны и значимы	Не считают мероприятия по вопросам ЗОЖ полезными
3. Настроение, активность, самочувствие	Всегда положительное самочувствие, радостное, очень хорошее настроение, проявление высокой активности	Иногда положительное самочувствие, радостное, хорошее настроение, проявление активности	Удовлетворительное настроение, плохое самочувствие, низкая активность
Когнитивный критерий			
1. Знание понятий, связанных со здоровьем и ЗОЖ	Практически на все вопросы дают правильный полный ответ. Определения даны полным ответом. Четкое, правильное формулирование мыслей. В вопросах, в которых необходимо соотнести понятия, — соотнесение один к одному. При перечислении приведен полный список признаков	Частичные ответы на вопросы анкетирования и тестирования. В определениях встречаются разные трактовки, но близкие по смыслу, а также нечеткое формулирование определения. При соотнесении понятий или перечислении признаков в определенном порядке (к примеру, появление признаков отравления) — изменение положения одного или двух признаков	В основном на вопросы нет ответа. Определения даны одним словом, но верным по смыслу или не дано ответа. При перечислении указана только часть признаков. При соотнесении понятий — существенные нарушения правильного порядка
2. Знание правил личной и общественной гигиены			
3. Знание основ дыхания и гигиены дыхания			
4. Знание основ рационального питания, признаков отравления, признаков непригодности продуктов			

Продолжение табл.

Показатели	Уровни		
	высокий	средний	низкий
5. Знание основных органов, принимающих участие в движении, важности двигательной активности и физического труда			
6. Знания о том, что необходимо для развития организма			
7. Знание правил безопасного поведения в природе и социуме			
8. Знание правил коммуникативной культуры и взаимодействия с другими людьми			
Оценочно-ценностный критерий			
1. Иерархия терминальных ценностей	Здоровье как ценность занимает лидирующую позицию	Здоровье занимает 2—3-е место среди других ценностей	Здоровье занимает 4—5-е место среди других ценностей
2. Иерархия инструментов	Учащиеся называют важные ус-	Частично называют важные	На лидирующие позиции для со-

Продолжение табл.

Показатели	Уровни		
	высокий	средний	
Показатели ценности	Условия сохранения здоровья: выполнение всех правил ЗОЖ, регулярные занятия спортом, хороший отдых, знания о ЗОЖ	Условия сохранения здоровья	Условия сохранения здоровья ставят лечение у хорошего врача, наличие денег и хорошие природные условия
Деятельностно-поведенческий критерий			
1. Выполнение утренней зарядки и физических упражнений, занятия спортом	Ежедневно	Несколько раз в неделю	Очень редко, никогда
2. Рациональное трехразовое питание (завтрак, обед, ужин)	Ежедневно	Несколько раз в неделю	Очень редко, никогда
3. Соблюдение гигиенических процедур (чистка зубов, умывание, душ, ванна)	Ежедневно	Несколько раз в неделю	Очень редко, никогда
4. Регулярные прогулки на свежем воздухе	Ежедневно	Несколько раз в неделю	Очень редко, никогда
5. Полноценный сон	Ежедневно	Несколько раз в неделю	Очень редко, никогда

Продолжение табл.

Показатели	Уровни		
	высокий	средний	низкий
6. Позитивное отношение к себе и другим людям	Всегда проявляют эмпатию, сочувствие к другим людям, всегда используют формы вежливого обращения к людям, обращаются ко всем знакомым по имени	Почти всегда проявляют эмпатию, сочувствие к другим людям, используют формы вежливого обращения, обращение по имени	Редко проявляют сочувствие к другим людям, невежливо обращаются к ним, редко используют вежливые слова и обращение к другим по имени
7. Бесконфликтное, толерантное отношение к другим людям и умение решать конфликты	Всегда внимательно слушают собеседника, не перебивают его, уступают другому, терпимо относятся к чужим точкам зрения, всегда положительно выходят из конфликта	Почти всегда или часто внимательно слушают собеседника, не перебивают его, почти всегда уступают другому, терпимо относятся к чужим точкам зрения, почти всегда положительно выходят из конфликта	Редко или никогда не слушают собеседника, редко первыми выходят из конфликтной ситуации, редко принимают чужую точку зрения
8. Умение быть активным	Всегда	Почти всегда	Редко
9. Умение работать в сотрудничестве с другими людьми	Всегда	Почти всегда	Иногда или редко
10. Умение соблюдать безопасное поведение в природе и в социуме	Всегда	Почти всегда	Иногда или редко

Окончание табл.

Показатели	Уровни		
	высокий	средний	низкий
11. Умение ставить цели и решать практические проблемы (оценивается по модельным ситуациям или по проектной деятельности)	Умеют самостоятельно формулировать цели, осуществляют план действий, самостоятельно отбирают информацию по этому плану, преобразуют информацию в деятельность и получают результат, соответствующий с целью	Частичная формулировка цели, и составление плана действий, отбор информации с помощью взрослых, частичное преобразование плана в деятельность и получение частичного результата	Не могут сформулировать цель, нет разработанного плана действий, эпизодический поиск информации, нет четкого результата

Таблица 3

Показатели готовности педагогов и родителей обучающихся к здоровьесберегающей деятельности

Показатели готовности педагогов	Показатели готовности родителей
<ul style="list-style-type: none"> ✧ Рейтинг личных и профессиональных ценностных ориентаций. ✧ Уровень готовности к участию в здоровьесберегающей деятельности: <ul style="list-style-type: none"> — готовность к проведению уроков или кружков по вопросам здоровья и ЗОЖ; — владение учебным содержанием здоровьесберегающей направленности; — владение здоровьесберегающими технологиями; — обмен опытом по здоровьесберегающей деятельности на педсоветах и методобъединениях. ✧ Самооценка образа жизни педагога 	<ul style="list-style-type: none"> ✧ Рейтинг ценностных ориентаций. ✧ Грамотность в области здоровья и ЗОЖ. ✧ Здоровьесберегающая активность семьи

В основу содержательного компонента представленной модели положен учебно-методический комплекс «Уроки здоровья», созданный в соавторстве с О. С. Гладышевой [10, 24—27]. Ведение данного курса в начальной школе способствует

ет эффективному формированию ценностных ориентаций на здоровый образ жизни у младших школьников. Курс «Уроки здоровья» имеет сертификат министерства образования Нижегородской области, рекомендован и внедрен в школах города и области в рамках школьного компонента.

В Приложении к настоящему изданию представлены анкеты и тесты для оценки всех критериев сформированности ценностных ориентаций на ЗОЖ у учащихся начальных классов. Эффективность реализации педагогической модели формирования ценностных ориентаций у младших школьников может быть оценена с помощью различных видов входного и итогового анкетирования (социологический метод) и тестирования (психологические и педагогические методы). Применение психологических и педагогических методов исследования в совокупности с социологическими позволяет получить более полную картину результативности работы по формированию ценностных ориентаций на ЗОЖ. В качестве основного вида диагностики целесообразно использовать тестирование. Для этого могут применяться как тесты достижений (педагогические или тесты успешности), так и психологические тесты в форме занимательных заданий, которые позволяют получать информацию опосредованно, например, о самочувствии и настроении детей на уроках. По виду нормирования это в основном критериально-ориентированные тесты.

В нашей практике оценивание основных результатов по предложенной модели формирования ценностных ориентаций на ЗОЖ для начальной школы в первый год обучения осуществлялось с помощью анкетирования учащихся со следующей периодичностью: после первой четверти или в середине года (вводное анкетирование), в конце года (итоговое анкетирование), в начале второго года обучения (отсроченное анкетирование). Для этой цели использовались анкеты одинакового содержания, что позволяло выявить не только наличие изменений в ответах учащихся, но и их положительную или отрицательную динамику на основании ответов на одни и те же вопросы. В дальнейшем опрос школьников проводился в конце второго года и в конце третьего года обучения по тем же анкетам («Ценности и

образ жизни») и по специально разработанным для этих классов анкетам и тестам.

Таким образом, результаты анкетирования и тестирования позволяют отследить изменения практических навыков детей и сформированности ценностных ориентаций на ЗОЖ после работы с учащимися в течение каждого периода, а также динамику изменений показателей в целом.

Дополнительно деятельностно-поведенческий критерий формирования ценностных ориентаций на ЗОЖ можно оценить путем наблюдений за работой учеников на уроке, их включенностью в групповую, парную, индивидуальную работу, умением взаимодействовать друг с другом, задавать вопросы и высказывать свою точку зрения. Одновременно с тестированием для оценки практических навыков, полученных на уроках по данному курсу, учащимся предлагается для решения большое число проблемных ситуаций, связанных с проверкой их умений принимать решения и совершать поступки для сохранения своего здоровья и здоровья окружающих людей. В конце каждого учебного года выполняется проектная работа. Выполнение проектной работы на тему «Как помочь другим задуматься о своем здоровье» направлено на диагностику умений учащихся осуществлять самостоятельно или в группе проектную деятельность (умения ставить цель, планировать, преобразовывать план в деятельность, осуществлять ее контроль и оценку, работать в группе). Методика оценивания результативности работы по формированию ценностных ориентаций на ЗОЖ в ходе выполнения совместного проекта приведена в Приложении. Включенность детей в проектную деятельность служит важным диагностическим показателем, который помогает охарактеризовать приобретение ими целого ряда важных общеучебных навыков, необходимых для самостоятельной деятельности в школе, а также оценить степень сформированности социальной компетентности и развития таких значимых качеств, как целеустремленность, самостоятельность, самооценка, способствующих социальному здоровью личности.

Соотнесенность вопросов анкет и тестов с оцениваемыми уровнями формирования ценностных ориентаций на ЗОЖ у младших школьников представлена в табл. 4.

Таблица 4

**Соотнесение вопросов анкет и тестовых заданий курса
«Уроки здоровья» с критериальными уровнями формирования
ценностных ориентаций на здоровый образ жизни**

Критериальные показатели сформированности ценностных ориентаций на ЗОЖ	Вопросы анкет и тестов для обучающихся							
	1 класс				2 класс			3 класс
	Анкета «Ценности и образ жизни»	«Безопасное поведение»	«Знания о своем здоровье»	«Культура общения»	Анкета «Ценности и образ жизни»	Итоговый тест	«Какие знания о своем здоровье ты считаешь важными»	«Ценности и образ жизни»
Потребностно-мотивационный критерий								
Настроение на уроках	Оцениваются по модифицированному тесту Люшера и по методике самооценки эмоциональных состояний (САН)							
Эмоциональное самочувствие								
Активность								
Интерес к занятиям	4				4		5, 6, 7, 8	4
Полезность полученных знаний (оценивается на основе позитивного настроения на уроках)	5	15			5		1, 2, 3	5
Когнитивный критерий								
Знание и понимание предметного материала		1, 3, 4, 8, 11, 12	1, 2, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 12			1, 2, 3, 4, 8, 9, 10, 11, 13, 14, 15, 16	1, 2	1, 4, 5, 6, 7, 8, 9

Окончание табл.

Критериальные показатели сформированности ценностных ориентаций на ЗОЖ	Вопросы анкет и тестов для обучающихся								
	1 класс				2 класс			3 класс	
	Анкета «Ценности и образ жизни»	«Безопасное поведение»	«Знания о своем здоровье»	«Культура общения»	Анкета «Ценности и образ жизни»	Итоговый тест	«Какие знания о своем здоровье ты считаешь важными?»	«Ценности и образ жизни»	Итоговый тест
Оценочно-ценностный критерий									
Анализ иерархии терминальных ценностей	1				1		4, 9	1	7
Анализ иерархии инструментальных ценностей	2				2	17	10	2	9
Деятельностно-поведенческий критерий									
Применение полученных знаний о здоровье и ЗОЖ в повседневной жизни	3	1, 2, 4, 5, 9, 13, 14	1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10	1, 2, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14	3	5, 6, 7, 11, 12, 17	9	3	2, 3, 4

Экспериментальная апробация предложенной модели была осуществлена в различных условиях обучения в начальных классах ряда школ Нижнего Новгорода и области. Всего в педагогическом эксперименте приняли участие 876 учащихся 7 — 10 лет из 11 школ Нижнего Новгорода и области, 54 педагога и 207 родителей.

Результаты контрольного эксперимента по итогам внедрения модели и создания педагогических условий для формирования ценностных ориентаций у младших школьников на здоровый образ жизни показали следующее:

✧ наблюдается положительная динамика рейтинга лич-

ных и профессиональных ценностей, направленных на здоровье, у педагогов, повышение их готовности к здоровьесберегающей деятельности в образовательном учреждении;

✧ повысилась родительская грамотность в вопросах здоровья и здорового образа жизни;

✧ сформированы ценностные ориентации у младших школьников на здоровый образ жизни.

Диагностика, проводившаяся в процессе работы по формированию ценностных ориентаций учащихся на здоровый образ жизни, выявила положительную динамику по потребностно-мотивационному, когнитивному, оценочно-ценностному и деятельностно-поведенческому критериям. Это позволяет утверждать, что деятельностные навыки здорового образа жизни, сформированные у младших школьников, будут способствовать успешному обучению детей в среднем звене, а также их успешной социализации как в школе, так и в повседневной жизни.

Таким образом, младший школьный возраст предоставляет большие возможности для воспитательных воздействий на личность ребенка и систему его ценностных ориентаций. Для реализации их необходима действенная педагогическая модель, разработанная на основе современных методологических подходов и здоровьесберегающих образовательных технологий. Созданная с учетом этих требований и апробированная на практике модель педагогической деятельности, представленная в настоящем исследовании, доказала свою эффективность в формировании у младших школьников ценностных ориентаций на здоровье и здоровый образ жизни.

ЛИТЕРАТУРА



1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., внесенными Федеральным законом от 25.11.2013 г. № 317-ФЗ).

2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 28 декабря 2010 г. № 2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников».

3. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования / М-во образования и науки Рос. Федерации. — М. : Просвещение, 2011. — 33 с.

4. Проект «Национальная образовательная инициатива “Наша новая школа”». — М. : Департамент образования г. Москвы, 2009. — 17 с. // http://www.educom.ru/ru/nasha_novaya_shkola/projekt1.pdf

5. *Безруких, М. М.* Здоровьесберегающие технологии в общеобразовательной школе : методология анализа, формы, методы, опыт применения : методические рекомендации / М. М. Безруких [и др.]; под ред. М. М. Безруких, В. Д. Сонькина. — М. : Триада-фарм., 2002. — 114 с.

6. *Вайнер, Э. Н.* Методология и практика формирования безопасной здоровьесберегающей образовательной среды : учеб.-метод. пособие / Э. Н. Вайнер, Т. С. Анисимова, Л. М. Пашкова. — Славянск на Кубани: СГПИ, 2005. — 206 с.

7. *Беспалько, В. П.* Слагаемые педагогических технологий / В. П. Беспалько. — М. : Педагогика, 1989. — 192 с.

8. *Бондаревская, Е. В.* Ценностные основания личностно ориентированного воспитания / Е. В. Бондаревская // Педагогика. — 2007. — № 8. — С. 44—53.

9. *Гершунский, Б. С.* Философия образования для XXI века. В поисках практикоориентированных образовательных концепций / Б. С. Гершунский. — М. : АПО, 1998. — 543 с.

10. *Гладышева, О. С.* Уроки здоровья и ОБЖ : программа интегрированного курса: (Начальная школа) / О. С. Гладышева. — Н. Новгород: Нижегородский институт развития образования, 2010. — 19 с.
11. *Грудзинская, Е. Ю.* Мастерская активного обучения : методическое пособие. Ч. 1, 2 / Е. Ю. Грудзинская, В. В. Марико. — Н. Новгород: Перспектива, 2006. — 76 с.
12. *Дьюи, Д.* Психология и педагогика мышления / Д. Дьюи. — М. : Совершенство, 1997. — 203 с.
13. *Загрекова, Л. В.* Теория и технология обучения / Л. В. Загрекова, В. В. Николина. — М. : Высш. шк., 2004. — 157 с.
14. *Заир-Бек, С. И.* Развитие критического мышления на уроке : пособие для учителя / С. И. Заир-Бек, И. В. Муштавинская. — М. : Просвещение, 2004. — 175 с.
15. *Кларин, М. В.* Педагогическая технология в учебном процессе : анализ зарубежного опыта / М. В. Кларин. — М. : Знание, 1989. — 80 с.
16. *Николина, В. В.* Аксиологический подход к личности как методологический принцип исследования проблем воспитания будущего педагога: идеи, ценности, ориентации : учеб. пособие / под ред. В. В. Николиной, Л. В. Загрековой, В. А. Фортунатовой. — Н. Новгород. : изд-во НГПУ, 2001. — С. 61—89.
17. *Николина, В. В.* Экология и культура: воспитание у учащихся ценностей экологической культуры в городской среде : учеб. пособие / В. В. Николина, Г. П. Шалфицкая. — Н. Новгород: изд-во Волго-Вятской академии гос. службы, 2002. — 72 с.
18. Новые педагогические и информационные технологии в системе образования : учеб. пособие для студ. пед. вузов и системы повышения квалификации кадров / под ред. Е. С. Полат. — М. : Академия, 1999. — 314 с.
19. Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения. Начальная школа / сост. Е. С. Савинов. — 3-е изд. — М. : Просвещение, 2011. — 204 с. (Стандарты второго поколения).
20. *Селевко, Г. К.* Современные образовательные технологии : учеб. пособие / Г. К. Селевко. — М. : Народное образование, 1998. — 256 с.

21. Системная модель деятельности образовательного учреждения по сохранению и укреплению здоровья учащихся : методическое руководство / науч. ред. О. С. Гладышева. — Н. Новгород: Нижегородский ин-т развития образования, 2008. — 203 с.

22. *Сластенин, В. А.* Введение в педагогическую аксиологию : учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / В. А. Сластенин, Г. И. Чижаква. — М. : Академия, 2003. — 192 с.

23. *Смирнов, Н. К.* Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе / Н. К. Смирнов. — М. : АРКТИ, 2005. — 320 с.

24. Уроки здоровья : методические рекомендации для учителя к интегрированному курсу: первый класс / авт.-разраб.: О. С. Гладышева, И. Ю. Абросимова. — Н. Новгород : Нижегородский институт развития образования, 2010. — 72 с.

25. Уроки здоровья : методические рекомендации для учителя к интегрированному курсу: второй год обучения / авт.-разраб.: О. С. Гладышева, И. Ю. Абросимова. — Н. Новгород : Нижегородский институт развития образования, 2010. — 94 с.

26. Уроки здоровья : методические рекомендации для учителя к интегрированному курсу: третий год обучения / авт.-разраб.: О. С. Гладышева, И. Ю. Абросимова. — Н. Новгород : Нижегородский институт развития образования, 2010. — 88 с.

27. Уроки здоровья : методические рекомендации для учителя к интегрированному курсу: четвертый год обучения / авт.-разраб.: О. С. Гладышева, И. Ю. Абросимова, О. А. Лобанова, С. В. Чеблукова. — Н. Новгород : Нижегородский институт развития образования, 2012. — 107 с.

28. *Штофф, В. А.* Моделирование и философия / В. А. Штофф. — М.; Л. : Наука, 1966. — 301 с.

29. *Щуркова, Н. Е.* Новые технологии воспитательного процесса / Н. Е. Щуркова. — М. : Просвещение, 1994. — 110 с.

30. *Эльконин, Д. Б.* Избранные психологические труды / Д. Б. Эльконин. — М. : Междунар. пед. академия, 1995. — 554 с.

ПРИЛОЖЕНИЕ _____

Диагностический инструментарий
к педагогической модели формирования
ценностных ориентаций на ЗОЖ
у младших школьников



Анкета № 1
для учащихся 1—4-х классов
«Ценности и образ жизни»

№ школы _____ Класс _____ Код ученика _____

Дата рождения _____ Пол М / Ж

Дата заполнения анкеты _____

1. Какие из перечисленных условий ты считаешь наиболее важными для счастливой жизни? Оцени их, проставив 5 баллов против того, что ты считаешь самым важным, 4 балла — против того, что ты ставишь на второе место, 3 балла — против того, что ты ставишь на третье место, 2 балла — против того, что ты ставишь на четвертое место, 1 балл — против того, что ты считаешь наименее важным для себя.

Иметь много денег	<input type="text"/>	Быть красивым, привлекательным	<input type="text"/>	Жить в счастливой семье	<input type="text"/>
Быть здоровым	<input type="text"/>	Иметь интересных друзей	<input type="text"/>		

2. Какие условия для сохранения здоровья ты считаешь наиболее важными? Из приведенного перечня выбери 4 условия, наиболее важных для тебя (поставь галочку или отметь твоим любимым цветом).

Регулярные занятия спортом	<input type="text"/>	Знания о том, как заботиться о своем здоровье	<input type="text"/>	Ежедневное выполнение правил здорового образа жизни (соблюдение режима дня, регулярное питание, занятия физкультурой и т. д.)	<input type="text"/>
----------------------------	----------------------	-----------------------------------------------	----------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------

Возможность лечиться у хорошего врача	<input type="checkbox"/>	Хороший отдых	<input type="checkbox"/>
Наличие денег, чтобы хорошо питаться, отдыхать, посещать спортивный зал и т. д.	<input type="checkbox"/>	Хорошие природные условия (чистый воздух, вода и т. д.)	<input type="checkbox"/>

3. Отметь в клеточке, что из перечисленного присутствует в твоём распорядке дня.

	Ежедневно	Несколько раз в неделю	Очень редко, никогда
Утренняя зарядка, пробежка	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Завтрак	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Обед	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ужин	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Прогулка на свежем воздухе	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Сон не менее 8 часов	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Занятия спортом	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Душ, ванна	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4. Можно ли сказать, что ты заботаешься о своём здоровье? (отметь правильный ответ)

- Да, конечно
- Скорее да, чем нет
- Скорее нет, чем да
- Нет

5. Интересно ли тебе узнавать о том, как заботиться о своём здоровье? (отметь один ответ)

- Да, очень интересно
- Скорее интересно, чем неинтересно
- Скорее неинтересно, чем интересно
- Неинтересно

Обработка результатов анкеты № 1

Вопрос 1. «Условия счастливой жизни» (модифицированная методика М. Рокича — изучение терминальных ценностей).

Оцениваются ценностные ориентиры: «быть здоровым», «жить в счастливой семье», «быть красивым и привлекательным», «иметь интересных друзей», «иметь много денег». Ученикам необходимо оценить их, проставив 5 баллов против того, что они считают самым важным, 4 балла — против того, что они ставят на 2-е место, 3 балла — против того, что они ставят на 3-е место, 2 балла — против того, что они ставят на 4-е место, и 1 балл — против того, что, по их мнению, следует поставить на последнее место.

Результаты можно оформить в виде таблицы:

Ф. И. учащегося	Ценностные ориентиры				
	быть здоровым	жить в счастливой семье	быть красивым и привлекательным	иметь интересных друзей	иметь много денег
1. ...					
Σ ср. балл					

На основе подсчета баллов вычисляется индекс каждой группы (среднее арифметическое) и оценивается максимальный рейтинг условий счастливой жизни, или ценностей, в исследуемом классе.

Вопрос 2. «Условия сохранения здоровья» (модифицированная методика М. Рокича — изучение инструментальных ценностей).

Для выполнения задания детям предлагается выбрать свои любимые и нелюбимые цвета. Учитель объясняет, что любимые цвета — это те, которые ученик любит, которые ему нравятся, привлекают его. Нелюбимые цвета — те, которые не нравятся, кажутся непривлекательными, отражающими желание ничего не делать. Затем дети отмечают любимыми цветами 4 наиболее важных, с их точки зрения, условия для сохранения своего здоровья.

По результатам этой работы для каждого ученика на основе выраженного им положительного отношения оце-

ниваются наиболее важные условия сохранения здоровья. Затем как среднее арифметическое вычисляется средняя значимость в классе по каждой категории инструментальных ценностей.

Вопрос 3. «Выявление существенных условий сохранения здоровья».

Этот вопрос направлен на выявление поведенческих схем учащихся, направленных на укрепление и сохранение здоровья. Детям предлагается отметить в таблице знаком «+» то, что из перечисленного списка присутствует в их расписании дня ежедневно, несколько раз в неделю, очень редко, никогда. Вычисляются средние показатели всех условий сохранения здоровья и определяется уровень соблюдения основных правил ЗОЖ: высокий — ежедневное соблюдение всех перечисленных правил; средний — выполнение некоторых правил несколько раз в неделю; низкий — редкое выполнение правил или невыполнение их.

Вопрос 4. «Можно ли сказать, что ты заботаешься о своем здоровье?»

Оценка результатов: «да, конечно» — 4 балла; «скорее да, чем нет» — 3 балла; «скорее нет, чем да» — 2 балла; «нет» — 1 балл.

Вопрос 5. «Интересно ли тебе узнавать о том, как заботиться о своем здоровье?»

Оценка результатов: «да, конечно» — 4 балла; «скорее да, чем нет» — 3 балла; «скорее нет, чем да» — 2 балла, «нет» — 1 балл.

Подсчитывается количество баллов. По полученным результатам оценивается интерес к урокам здоровья и полезность полученных знаний для здоровья детей: 4—3 балла — высокий уровень интереса и полезности для здоровья; 2 балла — средний уровень интереса и полезности; 1 балл — низкий уровень интереса и полезности для здоровья.

Анкета № 1 включает в себя вопросы, которые направлены на выявление различных критериев:

◇ потребно-мотивационный критерий — вопросы 4, 5; максимальное количество баллов — 4;

◇ оценочно-ценностный критерий — вопросы 1, 2;

◇ деятельностно-поведенческий критерий — вопрос 3.

Анкета № 2
(первый год обучения)
«Безопасное поведение»

1. В какие игры ты любишь играть с товарищами на улице? (отметить знаком «+»)

Летом:

- а) футбол;
- б) прятки;
- в) догонялки;
- г) лапта;
- д) другие.

Зимой:

- а) хоккей;
- б) катание с гор;
- в) катание на лыжах;
- г) катание на коньках;
- д) другие.

2. Укажи, в каких местах проходят эти игры? (отметить: +)

Летом:

- а) во дворе;
- б) около дома;
- в) вблизи дороги;
- г) на стадионе;
- д) на спортплощадке.

Зимой:

- а) во дворе;
- б) около дома;
- в) вблизи дороги;
- г) на катке;
- д) на пруду, реке.

3. С кем ты любишь ходить летом купаться на реку, пруд или озеро? (отметить: +)

- а) с родителями;
- б) с ровесниками;
- в) с товарищами;
- г) со старшими ребятами;
- д) один (одна).

4. С кем чаще всего ты ходишь купаться? (отметить: +)

- а) с родителями;

- б) с ровесниками;
- в) с товарищами;
- г) со старшими ребятами;
- д) один (одна).

5. Случались с тобой или твоими товарищами во время игры непредвиденные опасные ситуации с транспортом? (ответить: да, нет)

6. Где это происходило? (отметить: +)

- а) во дворе;
- б) около дома;
- в) вблизи дороги;
- г) на дороге;
- д) на стадионе.

7. В чем, на твой взгляд, была причина этого случая? (отметить: +)

- а) невнимательность во время игры;
- б) необдуманно выбрали место для игры;
- в) нарушение правил водителем.

8. Считаешь ли ты, что для того, чтобы избежать аварий с транспортом, достаточно знать... (отметить: +)

- а) правила движения автотранспорта;
- б) правила поведения пешехода на улице;
- в) правила поведения детей на улице при игре;
- г) правила выбора места для игры на улице.

9. Случались ли с тобой и твоими близкими товарищами неприятные происшествия на воде (летом или зимой)? (ответить: да, нет)

10. Как удалось выйти из этой ситуации? (отметить: +)

- а) помогли товарищи;
- б) помогли родители или взрослые, которые были рядом;
- в) помогли взрослые, которых вы позвали на помощь;
- г) справились сами (умели оказать помощь).

11. Как ты думаешь, в результате каких неприятных происшествий у человека может остановиться дыхание? (отметить: +)

- а) перелом ноги или руки;
- б) отравление угарным газом;
- в) падение при катании на лыжах или коньках;
- г) попадание пищи «не в то горло».

12. Какую помощь необходимо оказать человеку, если у него остановилось дыхание? (отметить: +)

- а) вывести или вынести его на свежий воздух;
- б) дать выпить воды;
- в) растереть руки и ноги;
- г) сделать искусственное дыхание;
- д) позвать на помощь взрослых и сделать искусственное дыхание.

13. Доверяешь ли ты незнакомым взрослым людям и их обещаниям? (ответить: да, нет)

14. Если незнакомые взрослые люди пообещают купить тебе дорогую игрушку или что-то вкусное, согласишься ли ты... (отметить: +)

- а) последовать за ними в незнакомый двор, подъезд, на пустырь и т. п.;
- б) сесть с ними в машину;
- в) привести их домой, когда дома нет родителей;
- г) открыть им дверь, когда ты один дома.

15. Помогли ли тебе «Уроки здоровья»... (отметить: +)

- а) узнать что-то новое о своем здоровье;
- б) научиться использовать новые знания для своего здоровья;
- в) узнать правила общения с разными людьми;
- г) узнать и научиться пользоваться различными правилами безопасного поведения;
- д) узнать занимательные истории;
- е) узнать новых сказочных персонажей.

Обработка результатов анкеты № 2

Подсчитывается количество баллов:

- 1.** а) а, б, в, г, д — 18 баллов; частичный ответ — 11 баллов; нет ответа — 7 баллов;
б) а, б, в, г, д — 18 баллов; частичный ответ — 11 баллов; нет ответа — 7 баллов.
- 2.** а) а, б, г, д — 18 баллов; а, б, в или а, б, г, в — 11 баллов; в — 7 баллов;
б) а, б, г — 18 баллов; а, б + в, или а, б, г, д, или а, в, г, д — 11 баллов; в или д — 7 баллов.
- 3.** а, г — 18 баллов; а + б, а + в, а + д, г + д, г + в, г + б — 11 баллов; б, в, д — 7 баллов.

4. а + г — 18 баллов; а + б, а + в, а + д, г + д, г + в, г + б — 11 баллов; б, в, д — 7 баллов.

5. Да — 7 баллов; нет — 18 баллов.

6. а, б, д — 18 баллов; а + в, б + в, д + в, г + д, г + в, г + б, г + а — 11 баллов; в, г — 7 баллов.

7. в — 18 баллов; а + в или б + в — 11 баллов; а, б — 7 баллов.

8. а, б, в, г — 18 баллов; неполный ответ — 11 баллов; отсутствие ответа — 7 баллов.

9. Нет — 18 баллов; да — 11 баллов.

10. б, г — 18 баллов; а, в — 11 баллов; нет ответа — 7 баллов.

11. б, г — 18 баллов; б или г — 11 баллов; а, в — 7 баллов.

12. а, в, г, д — 18 баллов; неполный ответ — 11 баллов; б — 7 баллов.

13. Да — 7 баллов; нет — 18 баллов.

14. Нет ответа — 18 баллов; частичный ответ — 11 баллов; а, б, в, г — 7 баллов.

15. а, б, в, г — 18 баллов; частичный ответ — 11 баллов; д, е — 7 баллов.

Результаты можно оформить в виде таблицы.

№ ученика	Вопросы																	
	1		2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
	а	б	а	б														
1.																		
2.																		
И т. д.																		

Анкета включает вопросы, направленные на выявление различных критериев:

✧ когнитивный критерий — вопросы 1, 3, 4, 6, 7, 8, 11, 12. Среднее максимальное количество баллов — 18;

✧ деятельностно-поведенческий критерий — вопросы 1, 2, 3, 4, 5, 9, 10, 12, 13, 14. Максимальное количество баллов — 18;

✧ потребностно-мотивационный критерий — вопрос 15. Максимальное количество баллов — 18.

Анкета № 3
«Культура общения»

- 1.** Используешь ли ты вежливые слова в общении... (ответить: да, нет)
 - а) с родителями;
 - б) с учителями;
 - в) с незнакомыми людьми;
 - г) с одноклассниками;
 - д) с товарищами.
- 2.** Напиши хотя бы одно вежливое слово для приветствия:
 - а) родителей;
 - б) учителя;
 - в) незнакомого человека;
 - г) одноклассника;
 - д) товарища.
- 3.** Ответь, кто из перечисленных людей обращается к тебе по имени? (ответить: да, нет)
 - а) родители;
 - б) учитель;
 - в) незнакомые люди;
 - г) одноклассники;
 - д) товарищи.
- 4.** Обращаешься ли ты по имени... (ответить: да, нет)
 - а) к одноклассникам;
 - б) к товарищам.
- 5.** Когда тебе рассказывают что-то новое и интересное, перебиваешь ли ты рассказчика, если это... (ответить: да, нет)
 - а) родитель;
 - б) учитель;
 - в) незнакомый человек;
 - г) одноклассник;
 - д) твой товарищ.
- 6.** Слушают ли тебя внимательно и не перебивают... (ответить: да, нет)
 - а) родители;
 - б) учитель;
 - в) незнакомый человек;
 - г) одноклассники;
 - д) товарищи.

7. Постараешься ли ты утешить человека, если видишь, что у него испорчено настроение? (ответить: да, нет)
- а) родителя;
 - б) учителя;
 - в) незнакомого человека;
 - г) одноклассника;
 - д) товарища.
8. Когда у тебя портится настроение, кто чаще всего сочувствует тебе? (отметить: +)
- а) родители;
 - б) учитель;
 - в) незнакомые люди;
 - г) одноклассники;
 - д) товарищи.
9. Когда тебе бывает приятно? (отметить: +)
- а) когда ты был вежлив с окружающими;
 - б) когда с тобой были вежливы окружающие.
10. Назови вежливые слова, которые ты используешь в своей речи в общении с другими людьми.

Обработка результатов анкеты № 3

Подсчитывается количество баллов.

1. Да: а—д — 18 баллов; частичный утвердительный ответ — 11 баллов; нет ответа — 7 баллов.
2. 5 слов — 18 баллов; частичный ответ — 11 баллов; нет ответа — 7 баллов.
3. Да: а, б, г, д — 18 баллов; частичный правильный ответ — 11 баллов; в — 7 баллов.
4. Да: а, б — 18 баллов; а или б — 11 баллов; нет ответа — 7 баллов.
5. Нет: а—д — 18 баллов; частичный верный ответ — 11 баллов; да: а—д — 7 баллов.
6. Да: а—д — 18 баллов; частичный положительный ответ — 11 баллов; нет ответа — 7 баллов.
7. Да: а—д — 18 баллов; частичный ответ — 11 баллов; нет ответа — 7 баллов.
8. а—д — 18 баллов; частичный ответ — 11 баллов; нет ответа — 7 баллов.
9. а + б — 18 баллов; а или б — 11 баллов; нет ответа — 7 баллов.

10. 5 слов — 21 балл; 3 слова — 18 баллов; 2 слова — 11 баллов; нет ответа — 7 баллов.

Результаты можно оформить в виде таблицы.

№ ученика	Вопросы											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1.												
2.												
И т. д.												

Вычисляется средний балл.

16—21 балл — высокий уровень овладения знаниями коммуникативной культуры;

12—17 балла — средний уровень овладения знаниями коммуникативной культуры;

11 баллов и менее — низкий уровень овладения знаниями коммуникативной культуры.

Анкета включает в себя вопросы, которые направлены на выявление одного социально значимого критерия — деятельностно-поведенческого (сформированности коммуникативных умений и навыков). Данному критерию соответствуют вопросы 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10. Максимальное количество баллов — 21.

Анкета № 4 «Знания о своем здоровье»

1. Ты проснулся утром в хорошем настроении и собираешься идти в школу. Прежде чем позавтракать, ты... (отметить: +)

- а) идешь к своим игрушкам;
- б) смотришь в окно;
- в) делаешь домашнее задание;
- г) умываешься;
- д) умываешься и чистишь зубы.

2. Перед тем как пойти гулять на улицу, ты обычно... (отметить: +)

- а) смотришь, гуляют ли другие ребята;
- б) обращаешь внимание, во что они одеты;

- в) смотришь на градусник, чтобы узнать, какая на улице температура, проверяешь, нет ли дождя;
г) просишь маму проверить температуру у тебя.
- 3.** Если идет дождь, ты надеваешь... (отметить: +)
- а) летний нарядный костюм;
 - б) пальто и шапку;
 - в) непромокаемую обувь и плащ;
 - г) купальный костюм.
- 4.** Тебе купили мороженое. Упаковку от него ты выбрасываешь... (отметить: +)
- а) на том месте, где закончил есть мороженое;
 - б) в мусорный контейнер;
 - в) отдаешь взрослым, и они выбрасывают ее где попало;
 - г) уносишь домой и выбрасываешь в мусорное ведро, если на улице нет мусорного контейнера.
- 5.** Когда весной на улице тает снег, под ним часто оказывается много мусора. Как ты думаешь, откуда он появился? (отметить: +)
- а) всегда был на этом месте;
 - б) люди выбрасывали мусор из окон;
 - в) люди бросали мусор на улице;
 - г) я и другие люди бросали мусор в снег вместо мусорного контейнера.
- 6.** Как, по-твоему, необходимо поступить с этим мусором? (отметить: +)
- а) оставить как есть;
 - б) собрать с земли в мусорные контейнеры, ящики;
 - в) нужно не сорить на улице, не выбрасывать мусор из окна.
- 7.** Для того чтобы в твоём доме всегда было чисто, нужно... (отметить: +)
- а) не сорить;
 - б) не приглашать друзей и знакомых домой;
 - в) не ходить в грязной обуви по дому;
 - г) делать влажную уборку пола и мебели.
- 8.** Ты сохранишь красивую фигуру и правильную осанку, если... (отметить: +)
- а) будешь много гулять;
 - б) будешь поменьше есть сладкого и сдобного;

- в) будешь заниматься физкультурой и спортом;
- г) будешь следить за своей осанкой, когда пишешь, читаешь за партой, письменным столом;
- д) будешь следить за собой и заниматься физкультурой и спортом.

9. Готов ли ты изменить свои привычки, если от этого зависит, будешь ли ты здоров? (ответить: да, нет)

10. От каких привычек и желаний ты готов отказаться в пользу здоровья? (отметить: +)

- а) от привычки есть много сладкого;
- б) от любви к газированным напиткам;
- в) от желания смотреть телевизор днем и ночью;
- г) от желания подольше поспать;
- д) от желания попробовать курить.

11. Считаешь ли ты, что дурные привычки могут ухудшить твоё здоровье? (ответить: да, нет)

12. Перечисли, какие дурные привычки, на твой взгляд, могут изменить в худшую сторону твоё здоровье?

Обработка результатов анкеты № 4

Подсчитывается количество баллов.

- 1.** д — 18 баллов; г — 11 баллов; а, б, в — 7 баллов.
- 2.** в — 18 баллов; а, б — 11 баллов; г — 7 баллов.
- 3.** в — 18 баллов; б — 11 баллов; а, г — 7 баллов.
- 4.** б, г — 18 баллов; б + в, б + а, г + а, г + в — 11 баллов; а — 7 баллов.
- 5.** б, в — 18 баллов; а + б, а + в — 11 баллов; г — 7 баллов.
- 6.** б + в — 18 баллов; б, в — 11 баллов; а — 7 баллов.
- 7.** а, в, г — 18 баллов; частичный ответ — 11 баллов; нет правильного ответа — 7 баллов.
- 8.** б—д — 18 баллов; частичный ответ — 11 баллов; а — 7 баллов.
- 9.** Да — 18 баллов; нет — 7 баллов.
- 10.** а—д — 18 баллов; частичный ответ — 11 баллов; нет ответа — 7 баллов.
- 11.** Да — 18 баллов; нет — 11 баллов.
- 12.** Названо 5 и больше вредных привычек — 21 балл; 4 вредных привычки — 18 баллов; 2 вредных привычки — 11 баллов; нет ответа — 7 баллов.

Результаты ответов на вопросы анкеты можно оформить в виде таблицы:

№ уча- ника	Вопросы											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1.												
2.												
Σ ср. б.												

Необходимо сложить полученные цифры и вычислить средний балл.

16—21 баллов — содержание знаний усвоено;

7—15 баллов — содержание знаний не усвоено.

Анкета включает вопросы, направленные на выявление следующих критериев:

✧ когнитивного — вопросы 1, 2, 3, 5, 8, 11, 12. Максимальное количество баллов — 21;

✧ деятельностно-поведенческого — вопросы 1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10. Максимальное количество баллов — 18.

Обработка результатов модифицированного теста Люшера

Характеристика цветов (по Люшеру) включает в себя 4 основных и 4 дополнительных цвета.

Основные цвета:

✧ синий — спокойствие, удовлетворенность;

✧ сине-зеленый — чувство уверенности, настойчивость, иногда упрямство;

✧ оранжево-красный — символизирует волевое усилие, агрессивность, наступательные тенденции, возбуждение;

✧ светло-желтый — активность, стремление к общению, экспансивность, веселость.

При отсутствии конфликта основные цвета должны занимать первые позиции.

Дополнительные цвета: фиолетовый, коричневый, черный — символизируют негативные тенденции: тревожность, страх, стресс, огорчение.

Анкета № 5
«Проверь свое эмоциональное здоровье»

Детям задается вопрос: «Какое настроение обычно бывает у тебя на “Уроках здоровья”?» Предлагается из каждой пары приведенных утверждений выбрать то состояние, которое они испытывают на занятиях чаще всего.

1. Весело — грустно
2. Интересно — неинтересно
3. Стараюсь — не стараюсь
4. Волнуюсь — не волнуюсь
5. Устаю — не устаю
6. Радуюсь — огорчаюсь
7. Легко — трудно
8. Я победитель — я проигравший
9. Чувствую подавленность — испытываю душевный подъем

Обработка результатов анкеты № 5

$\mathcal{E}_n = \mathcal{E}_1 / 9$ (\mathcal{E}_1 — количество выбранных ребенком положительных эмоций).

$\mathcal{E}_o = \mathcal{E}_2 / 9$ (\mathcal{E}_2 — количество отрицательных эмоций).

Если $\mathcal{E}_o \geq 0,6$; $\mathcal{E}_n \leq 0,4$ — на «Уроках здоровья» преобладает отрицательное настроение.

Если $\mathcal{E}_n \geq 0,6$; $\mathcal{E}_o \leq 0,4$ — на «Уроках здоровья» преобладает положительное настроение.

Тест № 1
(второй год обучения)

Оценка уровня знаний о здоровье и сформированности ценностных ориентаций на ЗОЖ

1. Подчеркни или отметь крестиком тот фактор, от которого, по-твоему, больше всего зависит твое здоровье:
 - а) окружающая среда;
 - б) медицина и врачи;
 - в) твой образ жизни;
 - г) твоя наследственность.
2. Отметь у следующих живых организмов:
человек,
корова,
овца,

медведь,
тигр,
собака,
лев,
лошадь,
волк, —

какую пищу они используют для своего питания:

- а) только растительную;
- б) только животную;
- в) смешанную растительно-животную.

3. Распредели следующие блюда и продукты питания: каша, сливочное масло, молоко, мясо, рыба, фрукты, хлеб, растительное масло, макароны, овощи, сыр, горох, творог, колбаса, соки, компот — по группам веществ, которых в них содержится больше всего:

- а) углеводы;
- б) жиры;
- в) белки;
- г) витамины;
- д) минеральные соли;
- е) вода.

4. Пицца должна быть разнообразной, потому что... (отметь правильный ответ):

- а) не должна надоедать;
- б) должна выглядеть привлекательной;
- в) должна содержать все необходимые для жизни человеческого организма вещества.

5. Отметь те признаки, которые помогут тебе узнать, годится ли данный продукт питания в пищу:

- а) неприятный гнилостный или кисловатый запах;
- б) черствый, засохший;
- в) наличие плесени (белой, зеленой, черной);
- г) румяный, с поджаристой корочкой.

6. Подчеркни или отметь крестиком несколько известных тебе наиболее скоропортящихся продуктов в данном перечне:

- а) мед;
- б) колбаса вареная;
- в) творог;
- г) масло;
- д) молоко;

- е) колбаса копченая;
- ж) сахар;
- з) чай;
- и) пирожное.

7. Расположи признаки пищевого отравления по очередности их возникновения:

- а) высокая температура;
- б) озноб;
- в) рвота;
- г) понос;
- д) слабость;
- е) головокружение;
- ж) боли в животе;
- з) ломота в суставах.

8. Подчеркни или отметь крестиком ядовитые ягоды и грибы, которые встречаются в лесах, перелесках, лугах вашей местности.

Ягоды:

- а) черника;
- б) малина;
- в) паслен;
- г) земляника;
- д) волчьи ягоды;
- е) брусника;
- ж) бузина;
- з) клюква.

Грибы:

- а) масленок;
- б) подберезовик;
- в) мухомор;
- г) сыроежка;
- д) лисичка;
- е) бледная поганка;
- ж) валуй;
- з) подосиновик;
- и) сатанинский гриб.

9. Отметь, какие части тела принимают участие в осуществлении движений:

- а) желудок;
- б) почки;

- в) мышцы;
- г) волосы;
- д) суставы;
- е) ноги;
- ж) кости;
- з) мозг;
- и) печень;
- к) нервы.

10. Распредели виды спорта:

хоккей,
футбол,
лыжи,
фигурное катание,
теннис,
гребля,
велосипедные гонки —

по сезону:

- а) зимние;
- б) летние.

11. Отметь те причины, из-за которых, по-твоему, может развиваться неправильная осанка:

- а) школьная мебель, не соответствующая росту;
- б) плохое освещение;
- в) слабые мышцы спины;
- г) нежелание делать утреннюю зарядку.

12. Укажи свои действия, если в твоём присутствии случилась одна из нижеперечисленных травм (соотнеси вид травмы и способ помощи).

Травмы:

- а) сильный ушиб;
- б) растяжение;
- в) возможный перелом кости;
- г) сильное кровотечение из раны;
- д) повреждение кожи (ссадина).

Действия:

- а) обработать йодом или другим дезинфицирующим раствором;
- б) наложить жгут;
- в) зафиксировать конечность;
- г) приложить холодное;
- д) наложить фиксирующую повязку.

- 13.** Вычеркни лишние слова:
- а) поколение;
 - б) соседи;
 - в) родители;
 - г) семья;
 - д) друзья;
 - е) дети.
- 14.** Продолжи фразу:
- а) «Увеличение твоего тела в размерах — это...»
 - б) «Появление у тебя новых качеств и функций — это...»
- 15.** Для нормального роста и развития маленькому ребенку необходимо... (отметь нужное):
- а) правильное и достаточное питание;
 - б) разговаривать с ним и петь ему колыбельные песни;
 - в) читать ему детективы;
 - г) смотреть вместе с ним телевизор;
 - д) яркие игрушки.
- 16.** Дополни фразу:
«Запасы здоровья, которые даны нам от рождения, — это ... нашего организма».
- 17.** Отметь 6 действий человека, которые помогают ему сохранить и укрепить резервы своего организма:
- а) соблюдение личной гигиены;
 - б) ежедневное употребление лимонада или пепси-колы;
 - в) соблюдение чистоты в доме, школе, на улице;
 - г) занятия физкультурой и спортом;
 - д) курение сигарет;
 - е) рациональное питание;
 - ж) ссоры с друзьями и родителями;
 - з) общие игры в футбол, хоккей с товарищами;
 - и) участие в общих праздниках, походах, спортивных соревнованиях.

Обработка результатов теста № 1

Подсчитывается количество баллов.

1. в — 18 баллов; а, б, г — 11 баллов; нет ответа — 7 баллов.

2. а) Только растительной пищей питаются корова, овца, лошадь;

б) только животной — собака, тигр, лев, волк;

в) смешанной — человек, медведь.

Полный ответ — 18 баллов; частичный — 11 баллов; нет ответа — 7 баллов.

3. а) углеводы — каша, хлеб, макароны, *овощи, фрукты*, горох;

б) жиры — сливочное масло, растительное масло, *молоко*;

в) белки — мясо, рыба, горох, творог, сыр, колбаса, *молоко*;

г) витамины — *фрукты, овощи*, соки;

д) минеральные соли — *молоко*;

е) вода — *соки*, компот.

Выделенные слова указывают на присутствие в данных продуктах разных категорий веществ, кроме преобладающего, уже включенного в список.

Правильный ответ с выделенными словами — максимум 21 балл; без выделенных слов — максимум 18 баллов; частичный ответ — 11 баллов; нет ответа — 7 баллов.

4. в — 18 баллов; а, б — 7 баллов.

5. а + в — 18 баллов; а или в — 11 баллов; б, г — 7 баллов.

6. б + и (наиболее скоропортящиеся) — 21 балл;

б, и, в, д (все быстро портятся) — 18 баллов;

частичный правильный ответ — 15 баллов;

в + д, или в + б, или б + д, или и + д, или и + в — 11 баллов;

нет ответа — 7 баллов.

7. Порядок возникновения признаков пищевого отравления: слабость — головокружение — температура — озноб — боли в животе — рвота — понос — ломота в суставах (д, е, а, б, ж, в, г, з).

Правильный ответ — 28 баллов; изменение положения одного из признаков — 21 балл; нарушение порядка двух признаков — 18 баллов; изменение порядка более чем двух признаков — 11 баллов.

8. Ядовитые ягоды: паслен сладко-горький (красный); волчья ягода, бузина (в, д, ж). Ядовитые грибы: мухомор, бледная поганка, сатанинский гриб (в, е, и).

Полный правильный ответ — 18 баллов; частичный ответ — 11 баллов; нет ответа — 7 баллов.

9. В осуществлении движений принимают участие: мышцы, суставы, ноги, кости, мозг, нервы (в, д, е, ж, з, к).

Полный ответ — 18 баллов; частичный ответ — 11 баллов; нет ответа — 7 баллов.

10. Зимние виды спорта: хоккей, лыжи, фигурное катание. Летние виды спорта: футбол, теннис, гребля, велосипедные гонки.

Полное соответствие ответа — 18 баллов; частичное соответствие ответа — 11 баллов; нет ответа — 7 баллов.

11. Причины формирования неправильной осанки: школьная мебель не соответствует росту; слабые мышцы спины; нежелание делать утреннюю зарядку (а, в, г).

Полный ответ — 18 баллов; частичный ответ — 11 баллов; нет ответа — 7 баллов.

12. Соотнесение действий при травме:

а) сильный ушиб	г) приложить холодное
б) растяжение	г) приложить холодное д) наложить фиксирующую повязку
в) возможный перелом кости	в) зафиксировать конечность д) наложить фиксирующую повязку
г) сильное кровотечение из раны	а) обработать йодом или дезинфицирующим раствором б) наложить жгут
д) повреждение кожи (ссадина)	а) обработать йодом или дезинфицирующим раствором

(а—г; б—г, д; в—в, д; г—а, б; д—а)

Полное соответствие ответа — 21 балл; соотнесение один к одному — 18 баллов; неполный ответ — 11 баллов; нет ответа — 7 баллов.

13. Лишние по смыслу слова в данном перечне: соседи, друзья (б, д).

Полный ответ — 18 баллов; частичный ответ — 11 баллов; нет ответа — 7 баллов.

14. а) рост; б) развитие. Правильное продолжение фразы по каждому пункту — 21 балл; частичный ответ — 18 баллов; нет ответа — 7 баллов.

15. Для нормального роста и развития маленькому ребенку необходимо: а) правильное и достаточное питание — для роста; б) разговаривать с ним и петь ему колыбельные песни, д) яркие игрушки — для развития.

Полное соответствие ответа — 18 баллов; неполный ответ — 11 баллов; нет ответа — 7 баллов.

16. Резервы.

Правильный ответ — 18 баллов; иная формулировка, но близкая по смыслу — 11 баллов; нет ответа — 7 баллов.

17. 6 действий, которые помогут сохранить и укрепить здоровье:

- а) соблюдение личной гигиены;
- в) соблюдение чистоты в доме, школе, на улице;
- г) занятия физкультурой и спортом;
- е) рациональное питание;
- з) общие игры в футбол, хоккей с товарищами;
- и) участие в общих праздниках, походах, спортивных соревнованиях.

Полный ответ — 18 баллов; частичный ответ — 11 баллов; нет ответа — 7 баллов.

Анкета включает в себя вопросы, которые направлены на оценивание различных критериев:

✧ когнитивный критерий — вопросы 1, 2, 3, 4, 8, 9, 10, 11, 13, 14, 15, 16. Максимальное количество баллов — 18;

✧ деятельностно-поведенческий критерий — вопросы 5, 6, 7, 11, 12, 17. Максимальное количество баллов — 21.

Оценка результатов личностного роста младших школьников в процессе проектной деятельности

Проектная деятельность выполняется младшими школьниками по следующему алгоритму:

1. Название проекта. (В названии должна быть отражена форма действия, которую вы используете для передачи знаний: игра, сказка, сценка.)

2. Цель проекта. (Поделиться своими знаниями о важности здорового питания, соблюдения личной гигиены, выполнения правил уличного движения и т. д.)

3. Обоснование проекта. (Почему вы считаете, что для здоровья эти знания важны.)

4. Ход выполнения проекта. (Опишите, как вы планируете передать знания о здоровье — например, опишите игру, которую вы придумали, или сценарий вашей инсценировки.)

5. Ресурсы. (Что вам понадобится, чтобы выполнить проект: плакаты, рисунки, костюмы, маски и т. д.)

6. Планируемые результаты. (Опишите, что вы планируете получить, после того как осуществите свой проект.)

Результаты личностного роста ученика оцениваются учителями на основании всех этапов проектной деятельности. Заполняются две матрицы:

✧ матрица оценки сформированности навыков выполнения проектной деятельности:

Оценка сформированности навыков проектной деятельности

№ п/п	Ф. И. учащегося	Оценка					
		название проекта	цель проекта	обоснование проекта	ход выполнения проекта	ресурсы	программируемые результаты

✧ матрица оценки включенности учащихся в групповую деятельность (заполняется учителем на основании проектной деятельности учащихся и любых групповых видов деятельности) (Игнатьева Г. А. и др., 2000):

Оценка включенности учащихся в групповую деятельность

Дата _____ Школа _____ Класс _____

№ п/п	Ф. И. учащегося	Оценка			
		полностью исключен из работы	работает индивидуально	работает в паре	работает в группе

Т е с т № 2
(третий год обучения)
**Оценка уровня знаний о здоровье и сформированности
ценностных ориентаций на ЗОЖ**

№ п/п	Вопросы	Варианты ответов
1	<p>Дополните формулировку определения: А*Факторы здоровья — это... Б*Резервы организма — это ... В*Образ жизни — это... Г*Закаливание — это...</p>	<p>А. Природная среда, наследственность, образ жизни, медицина. Б. Его ресурсы, запас здоровья. В. Привычки, поступки. Г. Укрепление здоровья с помощью физической культуры и спорта</p>
2	<p>Какие средства оказания первой помощи ты выберешь, если у тебя или твоего друга: А*Ссадины — Б*Ушиб — В*Небольшой порез — Напротив каждой ситуации поставь соответствующие цифры предполагаемых ответов</p>	<p>1. Бинт. 2. Лейкопластырь. 3. Настойка йода. 4. Перекись водорода</p>
3	<p>Из перечисленных ситуаций выбери те, в которых: А* Ты окажешь пострадавшему помощь сам Б* Позовешь на помощь взрослых В* Вызовешь скорую помощь Напротив каждой ситуации поставь соответствующие цифры предполагаемых ответов</p>	<p>1. Ссадина. 2. Легкий порез. 3. Небольшой ожог. 4. Ушиб. 5. Кто-то тонет в реке. 6. Кто-то провалился под лед. 7. Удар электрическим током. 8. Сильный ожог. 9. Перелом. 10. Автомобильная авария. 11. Взрыв. 12. Отравление. 13. Высокая температура. 14. Отравление угарным газом. 15. Шок. 16. Потеря сознания</p>
4	<p>Напиши номера телефонов: А*Скорой помощи Б*Пожарной службы В*Службы спасения Г* Милиции</p>	<p>А — 03 Б — 01 В — 04 Г — 02</p>

Продолжение табл.

№ п/п	Вопросы	Варианты ответов
5	<p>Соотнеси названия возрастных этапов жизни человека с указанными периодами:</p> <p>А* От рождения до 3 лет Б* От 3 до 7 лет В* От 7 до 14 лет Г* От 14 до 16 лет Д* От 16 до 25 лет Е* От 25 до 60 лет Ж* От 60 до 75 лет З* От 75 до ...</p>	<p>1. Младенчество. 2. Детство. 3. Молодость. 4. Зрелый возраст. 5. Старость. 6. Отрочество. 7. Юность. 8. Пожилой возраст</p>
6	<p>Дополни определения:</p> <p>А* Конфликт — это... Б* Обида — это... В* Страх — это... Г* Тревога — это... Д* Самовоспитание — это... Е* Цель — это... Ж* Ценность — это...</p>	<p>А. Несогласие между двумя или несколькими людьми. Б. Эмоциональная защита человека от действий другого. В, Г. Эмоции человека, возникающие при ощущении близкой опасности или беды. Д. Действия человека, направленные на самосовершенствование. Е. Ориентир в организации своей деятельности (прогнозируемый результат ее). Ж. В отличие от цели, важный общий жизненный ориентир (например, здоровье или сама жизнь)</p>
7	<p>Выбери номера слов в правой колонке таблицы, обозначающих то, что ты относишь к ценностям</p>	<p>1. Игрушки. 2. Друзья. 3. Семья. 4. Жевательная резинка. 5. Лимонад. 6. Велосипед. 7. Окружающая природа. 8. Твои родные. 9. Книги. 10. Телевизор. 11. Конфеты. 12. Знания. 13. Домашние животные</p>

Окончание табл.

№ п/п	Вопросы	Варианты ответов
8	Дополни фразу: А* Рост — это... Б* Развитие — это...	А. Количественное увеличение размеров и веса тела. Б. Качественное изменение в организме
9	Выбери из правого столбца и укажи привычки, которые ты считаешь: А* Полезными Б* Вредными	1. Курение. 2. Мыть руки после туалета и перед едой. 3. Лениваться готовить уроки. 4. Опрятно одеваться. 5. Беречь свою одежду и обувь. 6. Увлекаться лимонадом. 7. Делать зарядку. 8. Чистить зубы утром и вечером. 9. Пить пиво и вино. 10. Грубить родителям и учителям. 11. Дразнить слабых. 12. Списывать домашнее задание. 13. Помогать дома, родителям. 14. Поддерживать друзей в беде. 15. Беречь свое здоровье. 16. Заниматься спортом. 17. Сплетничать. 18. Говорить неправду. 19. Обижать слабых. 20. Соблюдать чистоту в классе, дома, на улице

Обработка результатов теста № 2

Подсчитывается количество баллов.

1. Все полные определения — 21 балл; 3 полных определения — 18 баллов; нечеткие формулировки — 18 баллов; ответ одним словом — 11 баллов; нет ответа — 7 баллов.

2. А — 2; Б — 3; В — 1, 2, 4; Г — 4. Правильный ответ — 21 балл; частичный ответ — 18 баллов; нет ответа — 7 баллов.

3. А — 1, 2, 3, 4; Б — 5, 6, 7, 8, 9, 13, 14, 15, 16; В — 7, 8, 9, 10, 11, 12, 14, 15, 16. Полное соответствие ответов — 21 балл; частичное соответствие — 18 баллов; неполный ответ — 11 баллов; нет ответа — 7 баллов.

4. А — 03, Б — 01, В — 04, Г — 02. Полное соответствие ответов — 18 баллов; частичное соответствие — 11 баллов; нет ответа — 7 баллов.

5. А — 1, Б — 2, В — 6, Г — 7, Д — 3, Е — 4, Ж — 8, З — 5. Полное соответствие — 21 балл; одна ошибка — 18 баллов; две ошибки — 11 баллов; более двух неверных соотнесений — 7 баллов.

6. Все полные определения — 28 баллов; 5 полных определений — 21 балл; нечеткие формулировки — 18 баллов; ответ одним словом — 11 баллов; нет ответа — 7 баллов.

7. 2, 3, 7, 8, 9, 12, 13. Полный правильный ответ — 21 балл; не хватает двух пунктов — 18 баллов; частично правильный ответ — 11 баллов; нет ответа — 7 баллов.

8. Два полных определения — 21 балл; одно полное определение — 18 баллов; нечеткие формулировки — 11 баллов; нет ответа — 7 баллов.

9. А — 2, 4, 5, 7, 8, 13, 14, 15, 16, 20; Б — 1, 3, 6, 9, 10, 11, 12, 17, 18, 19. Полное соответствие ответа — 18 баллов; частичное соответствие — 11 баллов; нет ответа — 7 баллов.

Определяется средний балл.

16—22 балла — содержание знаний о здоровье и здоровом образе жизни усвоено учащимися;

7—15 баллов — содержание знаний не усвоено.

Анкета включает в себя вопросы, направленные на выявление различных критериев:

✧ оценочно-ценностный критерий — вопросы 7, 9. Максимальное количество баллов — 21;

✧ когнитивный критерий — вопросы 1, 4, 5, 6, 7, 8, 9. Максимальное количество баллов — 18;

✧ деятельностно-поведенческий критерий — вопросы 2, 3, 4. Максимальное количество баллов — 21.

СОДЕРЖАНИЕ



<i>Введение</i>	3
1. Основные методологические подходы, идеи и принципы педагогической модели формирования ценностных ориентаций на здоровый образ жизни у младших школьников	5
2. Компоненты педагогической модели формирования ценностных ориентаций на здоровый образ жизни у младших школьников	17
2.1. Особенности содержания образовательного процесса для эффективного формирования ценностных ориентаций на ЗОЖ у младших школьников	17
2.2. Процесс формирования ценностных ориентаций на здоровый образ жизни у младших школьников	20
2.3. Формы организации образовательного процесса и педагогические технологии, способствующие формированию ценностных ориентаций на ЗОЖ у младших школьников	24
2.4. Оценка результатов сформированности ценностных ориентаций на ЗОЖ у младших школьников	32
<i>Литература</i>	44
<i>Приложение. Диагностический инструментарий к педагогической модели формирования ценностных ориентаций на ЗОЖ у младших школьников</i>	47

АБРОСИМОВА Ирина Юрьевна

**ПРОЕКТИРОВАНИЕ
ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ МОДЕЛИ
ФОРМИРОВАНИЯ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ
на ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ
у МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ**



Монография

Редактор *Е. Б. Носова*
Компьютерная верстка *Л. И. Половинкиной*

Оригинал-макет подписан в печать 31.12.2013 г.
Формат $60 \times 84 \frac{1}{16}$. Бумага офсетная. Гарнитура «SchoolBook».
Печать офсетная. Усл.-печ. л. 4,42. Тираж 100 экз. Заказ 2122.

Нижегородский институт развития образования,
603122, Н. Новгород, ул. Ванеева, 203.

www.niro.nnov.ru

Отпечатано в издательском центре учебной
и учебно-методической литературы ГБОУ ДПО НИРО.