

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

Работаем по новым стандартам образования

МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ МОНИТОРИНГА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ



Методическое пособие

Нижний Новгород
Нижегородский институт развития образования
2017

УДК 371.71
ББК 74.005.55
М34

Авторы-разработчики:

О. С. Гладышева — докт. биол. наук, профессор, зав. кафедрой
здоровьесбережения в образовании ГБОУ ДПО НИРО;
И. Ю. Абросимова — канд. пед. наук, доцент кафедры
здоровьесбережения в образовании ГБОУ ДПО НИРО

Научный редактор
Ольга Семеновна Гладышева

Рецензенты:

В. Т. Чичикин — докт. пед. наук, профессор кафедры теории
и методики физического воспитания и ОБЖ ГБОУ ДПО НИРО;
Е. А. Сорокина — зам. директора МБОУ «Средняя школа № 8
с углубленным изучением отдельных предметов» Кстова

Рекомендовано к изданию
научно-методическим экспертным советом
ГБОУ ДПО НИРО

Материалы для проведения мониторинга здоровьесберегающей деятельности в общеобразовательных организациях : методическое пособие / авт.-разраб. : О. С. Гладышева, И. Ю. Абросимова ; науч. ред. О. С. Гладышева. — Н. Новгород : Нижегородский институт развития образования, 2017. — 64 с. — (Серия «Работаем по новым стандартам образования»).

ISBN 978-5-7565-0730-0

В методическом пособии представлена система диагностики здоровьесберегающей деятельности в общеобразовательных организациях, реализующих это направление в рамках ФГОС. Предложен диагностический инструментарий, которым можно пользоваться для оценки эффективности навыков здоровьесберегающей деятельности, формирования ценностных установок обучающихся на ЗОЖ, а также отмечать социальные эффекты, возникающие при системной работе в этом направлении.

Издание адресовано педагогам и руководителям образовательных организаций.

УДК 371.71
ББК 74.005.55

© Гладышева О. С., Абросимова И. Ю., 2017
© ГБОУ ДПО «Нижегородский институт развития образования», 2017

ISBN 978-5-7565-0730-0

Введение



Здоровьесберегающие программы, направленные на воспитание у детей и подростков навыков здорового образа жизни, должны быть основаны на формировании таких интегративных личностных изменений, как знания и поведение в области здорового и безопасного образа жизни. В итоге они должны проявляться в изменениях ценностных установок по отношению к своему здоровью и здоровью близких, а также в социально значимых эффектах как показателей следования ЗОЖ. Действительно, отечественными учеными и практиками накоплен определенный опыт реализации здоровьесберегающей деятельности (далее — ЗСД) в школе, который, помимо прочего, ориентирован на активное подключение к этому процессу обучающихся и воспитанников как субъектов здоровьесбережения, а также на формирование у них определенных знаний, умений, навыков укрепления, то есть личностных достижений в области здоровья.

Одна из важных задач заключается в разработке систем отслеживания происходящих изменений при реализации ЗСД в образовательной организации. Существует множество решений этого вопроса, но наиболее эффективным, на наш взгляд, является использование комплексного подхода к оцениванию различных изменений, связанных со здоровьем обучающихся. Существует множество мониторингов, каждый из которых решает свою, часто локальную, задачу. Например, отслеживание изменений знаниевой компоненты у обучающихся в области здорового и безопасного образа жизни или других показателей, связанных с социальным аспектом здоровья, в который включаются коммуникативные навыки при взаимодействии с другими учениками.

Системная организация здоровьесберегающей деятельности, которая определена ФГОС, предполагает реализацию и воздействие на все сферы жизни, влияющие на здоровье обучающегося, поэтому необходима комплексная оценка эффективности этого воздействия. Следовательно, в оценочную деятельность также должны быть включены педагогические специалисты,

участвующие в этой работе. Подобный подход позволит оценить эффективность ЗСД и влияние различных направлений этой работы на реализацию формирования у учащихся культуры здорового образа жизни как результата сохранения и укрепления их здоровья.

Цель мониторинга: комплексное изучение изменений у обучающихся результатов здоровьесберегающей деятельности в образовательных организациях.

Задачи мониторинга:

- ◆ анализ условий реализации ЗСД в ОО;
- ◆ изучение и анализ критериальных показателей у обучающихся по результатам здоровьесберегающей деятельности в образовательных организациях;
- ◆ изучение и анализ становления ценностной компоненты в области здорового и безопасного образа жизни;
- ◆ изучение и анализ социальных эффектов изменения поведения обучающихся с позиций здорового и безопасного образа жизни.

Одна из главных формируемых ценностей современной образовательной системы, отраженная в ФГОС общего образования [1], заключается в формировании осознанного отношения обучающихся к своему здоровью, его сохранению и приумножении. Так, одним из личностных образовательных результатов для обучающихся начальной и основной школы является формирование ценности здорового и безопасного образа жизни. Становление ценностных ориентацией обязательно проходит через получение знаний в области здорового и безопасного образа жизни, а затем через формирование ценностей, ориентированных на здоровый образ жизни и безопасное поведение, которые могут приводить к позитивным изменениям и различным социальным эффектам.

Анализ этих последовательных изменений требует специальной оценки, что связано с разработкой и созданием системы мониторинговых и диагностических измерений. Для этого нами были выбраны и апробированы в широкой практике оценочные критерии по формированию навыков здорового и безопасного образа жизни, а также предложен диагностический инструментарий (анкеты, опросники) для его измерения. Все это отражено в содержании данного методического пособия, в котором предлагаемые измерительные материалы не только теоретически обоснованы, но и готовы к использованию.

1. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ (матрица самообследования)



В этом разделе освещается та часть мониторинга, которая отражает деятельность общеобразовательной организации по здоровьесбережению и регламентируется нормативными документами. Для анализа этой деятельности была разработана специальная матрица, работая с которой можно достаточно эффективно оценить уровень действий руководства ОО в области создания условий, а также уровень ресурсной базы для реализации ЗСД обучающихся. Создавая оценочную матрицу, мы опирались на следующие документы:

♦ Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012, ст. 41 (в ред. от 01.05.2017);

♦ СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»;

♦ Федеральные государственные образовательные стандарты начального общего образования [2] и основного общего образования [3].

В этих базовых документах определен обязательный уровень ЗСД в ОО, поэтому в предлагаемой матрице самообследования (см. табл. 1) включены позиции, имеющие обязательный статус, то есть те, которые должны быть реализованы в каждом учебном заведении. Выполнение данных мероприятий регламентирует необходимый минимум по проведению здоровьесберегающих действий в общеобразо-

вательных организациях. В матрице эти позиции отмечены (*).

Дополнительно в матрицу включены позиции, которые носят вариативный характер, то есть реализация которых желательна, но не всегда возможна в ОО различного типа.

Что дает работа с матрицей?

Во-первых, полученные вами результаты оценки позволяют соотнести эффективность ЗСД с областным уровнем, который публикуется на сайте Нижегородского института развития образования.

Во-вторых, увидеть ваши нерешенные проблемы в обязательной и вариативной частях работы по здоровьесберегающей деятельности. Это очень важно для планирования собственных действий в разделе «Рациональная организация образовательного процесса», который посвящен вопросам сохранения и укрепления здоровья обучающихся и воспитанников. Сопоставляя нерешенные проблемы в области ЗСД и оценивая ресурсную базу для их достижения, можно планировать действия ОО и привлекать внутренние ресурсы для их осуществления.

Структура матрицы самообследования

Матрица разделена на восемь частей по тем основным направлениям ЗСД, которые определены нормативными документами.

В каждой части есть обязательные и вариативные позиции. Обязательные выделены (*).

Общая сумма баллов по всем позициям матрицы составляет 100 %. Цена каждого большого раздела — соответственно 12,5 %.

Внутри каждой части приведены критериальные показатели и весовое значение каждой позиции (*в баллах или процентах*). Таким образом, положительно или отрицательно отвечая на вопросы, а затем суммируя баллы в разделах и в матрице в целом, можно определить собственный уровень реализации ЗСД согласно регламентируемой нормативной базе, то есть определить эффективность ЗСД в конкретной образовательной организации.

Таблица 1

**Матрица для обследования состояния
здоровьесберегающей деятельности в ОО
(в контексте внедрения ФГОС)**

Направления ЗСД в ОО			
1. Целостность (системность) формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся, воспитанников			
Критериальные показатели	Наличие программы (раздел ООП) по формированию здорового и безопасного образа жизни у обучающихся, воспитанников *	Да (3,13 балла)	Нет (0 баллов)
	Наличие модели реализации в ОО данной программы		
	Наличие инициативной группы педагогов по реализации ЗСД *		
	Участие в реализации ЗСД всех педагогов ОО		
Итого в баллах по данному разделу:			
2. Соответствие инфраструктуры ОО условиям здоровьесбережения обучающихся, воспитанников			
Критериальные показатели	Соответствие школьной мебели ростовым характеристикам обучающихся (ростовая маркировка) *: — в начальном звене *; — в среднем звене *	Да (0,59 балла)	Нет (0 баллов)
	Соблюдение светового режима при освещении рабочей поверхности *: — парт, столов *; — классной доски *		
	Соблюдение правил работы в компьютерных классах *: — соответствие санитарно-эпидемиологическим нормам и правилам помещений *; — соблюдение норм временного режима работы *		
	Соблюдение рекомендованного температурного режима в ОО *: — в классных комнатах *; — в спортивных залах *; — в спортивных раздевалках *		

Направления ЗСД в ОО			
Критериальные показатели	Наличие условий для занятий физической культурой: — имеется оборудованный физкультурный зал *; — имеются дополнительные помещения для занятий физической культурой *; — спортивные площадки на открытом воздухе *; — плавательный бассейн; — оборудованные раздевалки *; — душевые кабины; — спортивный инвентарь для занятий в зале *; — спортивный инвентарь для занятий на открытом воздухе *; — оборудование для проведения динамических перемен *; — спортивное оборудование для кружковой работы; — заливаемые катки; — освещаемая лыжная трасса		
Итого в баллах по данному разделу:			
3. Рациональная организация образовательного процесса			
Критериальные показатели	Наполняемость классов *: — менее 25 человек; — 25 человек *; — более 25 человек	Да (0,52 балла)	Нет (0 баллов)
	Соответствие школьного расписания нормам нагрузки *: — начальная ступень *; — средняя ступень *; — старшая ступень *		
	Соответствие времени общей учебной нагрузки (в школе + для выполнения домашних заданий) *: — начальная ступень *; — средняя ступень *; — старшая ступень *		

Направления ЗСД в ОО			
Критериальные показатели	Проведение уроков с использованием технологий деятельностного характера: — начальная ступень; — средняя ступень; — старшая ступень		
	Владение на уроке диалоговой культурой (субъект-субъектный подход): — педагоги; — обучающиеся		
	Проведение специальных занятий по коммуникативной культуре: — с педагогами; — с обучающимися: начальной ступени; средней ступени; старшей ступени		
	Повышение квалификации педагогов в освоении современных технологий ведения урока: — начальная ступень; — средняя ступень; — старшая ступень		
	Проведение разгрузочных физкультурминуток во время урока *: — начальная ступень *; — средняя ступень *; — старшая ступень *		
Итого в баллах по данному разделу:			
4. Организация физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в ОО			
Критериальные показатели	Наличие 3-часовых занятий по физической культуре *: — начальная ступень *; — средняя ступень *; — старшая ступень *	Да (0,96 балла)	Нет (0 баллов)
	Наличие занятий физической культурой для различных групп здоровья *: — основной *; — подготовительной; — специальной		

Направления ЗСД в ОО			
Критериальные показатели	Проведение дополнительных занятий по ЛФК		
	Проведения занятий по физической культуре на свежем воздухе *: — начальная ступень *; — средняя ступень *; — старшая ступень *		
	Школьные спортивные кружки *		
	Проведение спортивных праздников *		
	Участие ОО в спортивных соревнованиях *		
Итого в баллах по данному разделу:			
5. Организация системы просветительской и методической работы с участниками образовательного процесса по вопросам ЗОЖ			
Критериальные показатели	Наличие педагогов, подготовленных к работе со специальными просветительскими программами нового поколения по культуре здорового и безопасного образа жизни *	Да (1,56 балла)	Нет (0 баллов)
	Наличие специальных занятий по этим программам в структуре урочной и внеурочной деятельности ОО *: — начальной ступени *; — средней ступени *; — старшей ступени *		
	Наличие кружковой работы по этому направлению		
	Проведение работы с родителями *		
	Общешкольные мероприятия по этому направлению *: — дни здоровья: а) раз в год; б) ежеквартально; — другие формы мероприятий (научные конференции, форумы, фестивали)		
Итого в баллах по данному разделу:			

Направления ЗСД в ОО			
6. Организация профилактики употребления психоактивных веществ обучающимися, воспитанниками			
Критериальные показатели	Наличие подготовленных к работе профилактической направленности педагогов *	Да (2,08 балла)	Нет (0 баллов)
	Проведение специальных занятий профилактической направленности с подростками *: <ul style="list-style-type: none"> — интегрированные уроки; — внеурочная деятельность; — общешкольные мероприятия 		
	Проведение работы с родителями		
	Наличие волонтерских групп		
Итого в баллах по данному разделу:			
7. Комплексное сопровождение системы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся, воспитанников			
Критериальные показатели	Наличие договоров (проектов) по социальному партнерству в области ЗСД: <ul style="list-style-type: none"> — с реабилитационными детскими центрами; — со спортивными школами; — с ФОКаами; — с библиотеками; — с другими организациями 	Да (1,25 балла)	Нет (0 баллов)
	Участие попечительского совета в реализации ЗСД		
	Участие родительского комитета		
	Участие отдельных родителей		
	Участие спонсоров		
	Проведение мероприятий по здоровьесберегающей деятельности с участием социальных партнеров		
Итого в баллах по данному разделу:			

Направления ЗСД в ОО			
8. Мониторинг сформированности здорового и безопасного образа жизни обучающихся, воспитанников			
Критериальные показатели	Наличие системы мониторинга ЗСД в ОО*	Да (1,56 балла)	Нет (0 баллов)
	Присутствие обученной группы педагогов, отслеживающих показатели мониторинга ЗСД		
	Регулярность мониторинга *: — раз в год; — раз в полгода		
	Регистрация основных показателей здоровья *: — групп здоровья для занятий физической культурой *; — пропуски обучающихся по простудным заболеваниям в пересчете на одного ученика *		
	Автоматизация мониторинга ЗСД		
	Автоматизация мониторинга показателей здоровья у обучающихся		
	Итого в баллах по данному разделу * :		

* Общая сумма в баллах соответствует эффективности ЗСД, в %.

2. ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ СФОРМИРОВАННОСТИ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ НА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ У ОБУЧАЮЩИХСЯ



Оценивая результаты сформированности ценностных ориентаций на здоровый образ жизни у обучающихся, мы опираемся на разработанную нами модель (см. рис. 1) [1].

В структуре педагогической модели выделим основные идеи, подходы, принципы, взаимосвязанные компоненты: ценностно-целевой, содержательный, процессуальный, технологический, оценочно-результативный.

Основные ценностные идеи:

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

♦ каждый человек ответственен 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 — результат собственных усилий, направленных на комплекс способов и средств повседневной жизнедеятельности, форм общения и безопасного поведения, благодаря которым сохраняется и укрепляется физическое, психологическое, социальное и духовное здоровье.

В основу модели по формированию ценностных ориентаций на здоровый образ жизни у младших школьников, были положены аксиологический, системный, личностно ориентированный, деятельностный, полисубъектный (диалогический), интегративный подходы.

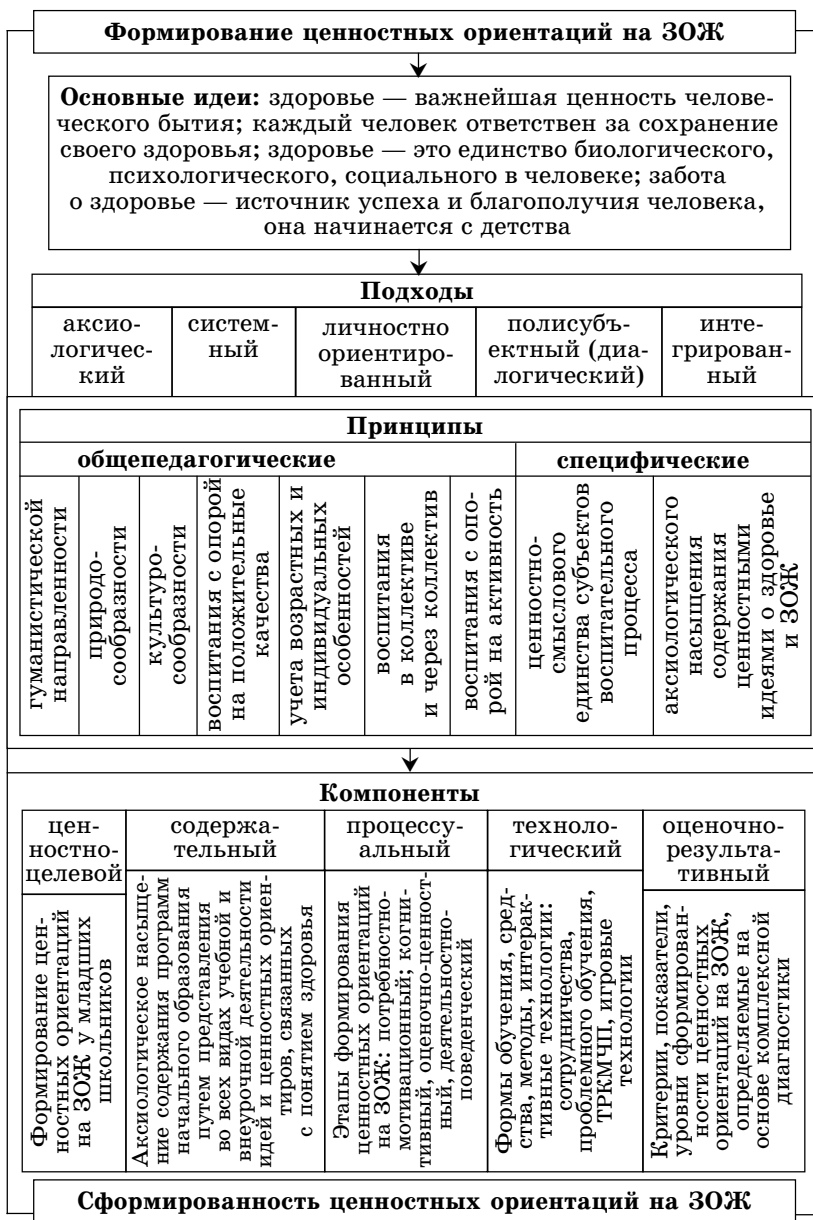


Рис. 1. Педагогическая модель формирования ценностных ориентаций на здоровый образ жизни у младших школьников

При формировании ценностных ориентаций по культуре здорового и безопасного образа жизни у обучающихся наиболее важен аксиологический подход к человеку как высшей ценности общества и цели общественного развития. В философии человек представлен неразрывной триадой: тело — душа — дух. Понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни» содержательно включают биологические, психологические, социальные характеристики. Они являются сложной интегративной категорией, обладающей историческим характером. Ценности сами по себе, по крайней мере, основные из них остаются постоянными на различных этапах развития человеческого общества.

Такие ценности, как жизнь, здоровье, любовь, образование, труд, мир, красота, общество, всегда привлекали людей. Они несут гуманистическое начало, выдерживают проверку временем. В настоящее время в условиях преобразования российского общества речь идет исключительно об их переосмыслении и переоценке. При этом здоровье выступает как универсальная человеческая ценность, соотносится с основными ценностными ориентациями личности и занимает определенное положение в ценностной иерархии.

Уточним аксиологические понятия, на которые мы опираемся при создании модели:

♦ «ценность здоровья» — представление о том, что здоровье важно для человека, общества в целом; убеждения и предпочтения людей, выраженные в поведении и деятельности, направленные на ведение здорового образа жизни;

♦ «ценностные ориентации на здоровый образ жизни» — важный компонент, отражает направленность личности на ценность здоровья; проявляется в деятельности и поведении; направлен на сохранение и укрепление физического, психологического, социального и духовного здоровья.

Основные компоненты педагогической модели

Содержательный представляет собой целостную систему всех компонентов содержания образования, направленную на формирование универсальных учебных действий (УУД): личностных, регулятивных, коммуникативных и по-

знавательных. Реализация содержательного компонента представлена через урочную и внеурочную деятельность. В качестве примеров приведем кружки по ЗОЖ, связанные с питанием и двигательной активностью, и интегрированный курс, основанный на программе «Уроки здоровья» (О. С. Гладышева).

Процессуальный обусловлен этапами формирования ценностных ориентаций на ЗОЖ у младших школьников. Используя выделенные В. В. Николиной основные этапы формирования ценностных ориентаций в общем виде (восприятие — означивание — оценивание — выбор ценностей — присвоение), мы внесли смысловое понимание основного воздействия на личность каждого этапа формирования:

- ♦ предъявление ценности «здоровье» воспитаннику (восприятие);
- ♦ осознание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни личностью (означивание);
- ♦ принятие ценностной ориентации на ЗОЖ (оценивание);
- ♦ реализация ценностной ориентации на ЗОЖ в деятельности и поведении (выбор ценностей);
- ♦ закрепление ценностной ориентации на ЗОЖ в направленности личности и перевод ее в статус качества личности, то есть в своего рода потенциальное состояние (присвоение).

Оценочно-результативный позволяет определить сформированность ценностных ориентаций на ЗОЖ у младших школьников (см. табл. 2). Для оценки формирования ценностных ориентаций педагогов были модифицированы и составлены оригинальные анкеты; предложены тесты с системой заданий, по которым определялся рейтинг личных и профессиональных ценностных ориентаций, а также участие и подготовленность педагогов к здоровьесберегающей деятельности обучающихся.

Для родителей также были составлены тестовые задания, в которых выяснялись рейтинг жизненных ценностей, грамотность в области здоровьесбережения и здоровьесберегающая активность.

Таблица 2

**Показатели сформированности ценностных ориентаций
на здоровый образ жизни у младших школьников**

№ п/п	Показатели	Уровни		
		высокий	средний	низкий
Потребностно-мотивационный критерий				
1	Интерес к получению знаний о здоровье и ЗОЖ	Считают, что им очень интересно на мероприятиях, связанных с ЗОЖ	Считают, что им скорее интересно, чем не интересно на мероприятиях по ЗОЖ	Считают, что им скорее не интересно, чем интересно или вообще не интересуют эти мероприятия
2	Полезность знаний о ЗОЖ	Считают, что все мероприятия по здоровью полезны и значимы	Считают, что некоторые мероприятия полезны и значимы	Не считают мероприятия, связанные с ЗОЖ, полезными
3	Настроение, активность, самочувствие	Всегда положительное самочувствие, радостное, отличное настроение, проявление высокой активности	Иногда положительное самочувствие, радостное, хорошее настроение, иногда проявление активности	Удовлетворительное настроение, плохое самочувствие, низкая активность
Когнитивный критерий				
1	Знание понятий «здоровье» и «здоровый образ жизни»	Практически на все показатели дан правильный полный ответ; — определения даны полным ответом, в котором четко и правильно сформулированы мысли; — в вопросах,	На вопросы анкетирования и тестирования даны частичные ответы: — при определениях приведены иные трактования (близкие по смыслу или нечетко сформу-	В основном на вопросы отсутствует ответ, определения даны одним словом, но верным по смыслу или вообще не дано ответа; — при перечислении приведена только
2	Знание правил личной и общественной гигиены			
3	Знание основ дыхания и гигиены дыхания			

№ п/п	Показатели	Уровни		
		высокий	средний	низкий
4	Знание основ рационального питания, отравления и признаков непригодных продуктов	необходимо соотнести понятия — сопоставление — один к одному; — при перечислении дан полный список признаков	лированные); — при сопоставлении понятий или перечислений порядка расположения признаков (к примеру, отравления) изменены положения одного или двух признаков	часть признаков; — при сопоставлении понятий — изменение порядка в основном
5	Знание основных органов, принимающих участие в движении, создании важности двигательной активности и физического труда			
6	Знание о том, что необходимо для развития организма			
7	Знание правил безопасного поведения на природе и в 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 места среди других ценностей	Здоровье занимает 4—5-е места среди других ценностей

№ п/п	Показатели	Уровни		
		высокий	средний	низкий
2	Иерархия инструментальных ценностей	Учащиеся называют важные условия сохранения здоровья: — знание о ЗОЖ; — выполнение всех правил ЗОЖ; — регулярные занятия спортом; — хороший отдых	Частично называют важные условия сохранения здоровья	На лидирующие позиции для сохранения своего здоровья ученики ставят лечение у хорошего врача, наличие денег и хорошие природные условия
Деятельностно-поведенческий критерий				
1	Выполнение утренней зарядки и физических упражнений, занятие 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	Ежедневные прогулки на свежем воздухе	Ежедневно	Несколько раз в неделю	Очень редко, никогда
5	Полноценный сон	Ежедневно	Несколько раз в неделю	Очень редко, никогда
6	Позитивное отношение к себе и другим людям	Всегда проявление эмпатии, сочувствия;	Почти всегда проявление эмпатии, сочувствия;	Редкое проявление сочувствия к другим лю-

№ п/п	Показатели	Уровни		
		высокий	средний	низкий
		вежливое обращение к другим людям; обращение ко всем знакомым по имени	вежливое обращение к другим людям; почти всегда, обращение по имени	дям, невежливое обращение к ним, редкое использование вежливых слов и обращение к другим по имени
7	Бесконфликтное, толерантное отношение к другим людям и умение решать конфликты	Всегда внимательно слушают собеседника, не перебивают его; — всегда 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 социуме	Всегда	Почти всегда	Иногда или редко

№ п/п	Показатели	Уровни		
		высокий	средний	низкий
11	Умение ставить цели и решать практические модельные проблемы (оценивается по модельным ситуациям или по проектной деятельности)	Умение самостоятельно формулировать цели; — осуществлять план действий; — самостоятельно отбирать информацию по этому плану; — преобразовывать информацию в деятельность и получать результат, соотносимый с целью	Частичная формулировка цели и составление плана действий; — отбор информации с помощью взрослых; — частичное преобразование плана в деятельность и частичный результат	Отсутствие навыка формулировать цель; — нет разработанного плана действий; — эпизодический поиск информации; — отсутствие четкого результата

В структуре ценностных ориентаций на здоровый образ жизни у младших школьников нами выделены критерии, соответствующие этапам формирования ценностных ориентаций на ЗОЖ: потребностно-мотивационный, когнитивный, оценочно-ценностный и поведенческо-деятельностный.

1. *Потребностно-мотивационный* компонент, характеризующийся положительным настроением, хорошим самочувствием, желанием идти на уроки здоровья и состоянием активности младших школьников, связанных с получением знаний о здоровом образе жизни. Следствием хорошего эмоционального состояния служит возникновение интереса к знаниям о здоровом образе жизни и положительное оценивание полученных знаний для дальнейшей жизни.

2. *Когнитивный* связан с формированием у ребенка знаний, включающих представления о здоровье и здоровом образе жизни.

3. *Оценочно-ценностный* определен собственной иерархией ценностных ориентаций, выстраиваемых младшими школьниками, где в идеале здоровье как ценность занимает лидирующую позицию.

4. *Деятельностно-поведенческий* компонент определяется заботой о своем физическом и психологическом состоянии; применением всех полученных знаний о здоровье в повседневной жизни; в активном решении проблем; включенностью в социальную жизнь и состраданием к окружающим.

Показатели готовности педагогов и родителей к ЗОЖ

У педагогов:

- ◆ рейтинг личных и профессиональных ценностных ориентаций;

- ◆ уровень готовности к участию в ЗСД (готовность к проведению уроков или кружков по направлению «Здоровье»);

- ◆ владение содержанием деятельности здоровьесберегающей направленности;

- ◆ владение здоровьесберегающими технологиями;

- ◆ обмен опытом по здоровьесберегающей деятельности со школьниками на педсоветах и методобъединениях;

- ◆ самооценка образа жизни педагога.

У родителей:

- ◆ рейтинг ценностных ориентаций;

- ◆ грамотность в области здоровья и ЗОЖ;

- ◆ здоровьесберегающую активность родителей и семьи в целом.

В основу данной модели положен разработанный учебно-методический комплекс «Уроки здоровья и ОБЖ» (авторы О. С. Гладышева, И. Ю. Абросимова), который может быть применен в начальной школе для эффективного формирования ценностных ориентаций на здоровый образ жизни как у младших школьников, так и у подростков.

Эффективность использованной нами педагогической модели была оценена с помощью различных видов входного и итогового анкетирования (социологического метода) и различных видов тестирования (психологического и педаго-

гического методов). Применение психологических и педагогических методов исследования в совокупности с социологическими позволяет получить наиболее полную картину результатов исследования.

Оценивание результатов эффективности педагогической модели

При оценке результатов эффективности данной модели в качестве основного вида отслеживания результатов было использовано *т е с т и р о в а н и е* — тесты достижений (педагогические тесты или тесты успешности), психологические тесты, которые в форме занимательных заданий позволяли получать информацию опосредованно (например, о самочувствии и настроении детей на данных уроках). По виду нормирования в основном это были критериально-ориентированные тесты. Для этой цели нами специально разработаны и использованы системы тестов для 1, 2 и 3-го классов (см. приложения 1—3).

Основные результаты по предложенной модели формирования ценностных ориентаций на ЗОЖ в начальной школе в первый год обучения были оценены с помощью анкетирования учащихся, которое проводилось 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 одного содержания, что позволяло выявить не только изменения в ответах учащихся, но и их улучшение или ухудшение ответов на одни и те же вопросы.

Дальнейший опрос школьников проводился в конце второго и в конце третьего годов обучения по тем же анкетам («Ценности и образ жизни») и по специально разработанным для этого возраста анкетам и тестам.

Таким образом, по результатам мониторинга нам удалось отследить изменения практических навыков, а также

ценностных ориентаций, направленных на здоровый образ жизни, после работы с учащимися в течение каждого периода, так и динамику изменений показателей в целом. Такая же периодичность измерений может быть рекомендована и для основной школы.

Дополнительно деятельностно-поведенческий критерий формирования ценностных ориентаций на ЗОЖ оценивали, наблюдая за работой учеников на уроке, их включенность в групповую, парную, индивидуальную работу; умения школьников взаимодействовать друг с другом, задавать вопросы и высказывать собственную точку зрения.

Одновременно с тестированием для оценки практических навыков, полученных на уроках в рамках данного курса, учащимся было предложено решить большое количество проблемных ситуаций, связанных с проверкой умений принимать решения и совершать поступки, положительно влияющие на свое здоровье и здоровье окружающих людей.

В конце каждого учебного года младшими школьниками проводилась проектная работа на тему «Как помочь другим задуматься о своем здоровье?». Ее выполнение направлено на диагностику умений учащихся осуществлять самостоятельную или групповую проектную деятельность (ставить цель, планировать, преобразовывать план в деятельность, контролировать и оценивать свою деятельность, умение работать в группе). Ход работы над совместным проектом и способы его оценки приведены в приложении 2.

Включенность детей в проектную деятельность служит важным диагностическим показателем, который помогает охарактеризовать приобретение учащимися целого ряда важных универсальных учебных действий, необходимых для самостоятельной работы в школе, а также степень формирования у них социальной компетентности в результате развития таких важных качеств, как целеустремленность, самостоятельность, самооценка. Все это в дальнейшем может привести к социальному здоровью личности.

Соотнесенность вопросов анкет и тестов с оцениваемыми уровнями формирования ценностных ориентаций на здоровый образ жизни у младших школьников представлены в таблице 3.

Таблица 3

**Соотнесение критериальных уровней формирования
ценностных ориентации на здоровый образ жизни
с вопросами использованных анкет и тестовых заданий**

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
Потребностно-мотивационный критерий									
Настроение на уроках	Оцениваются по модифицированному тесту Люшера и по методике самооценки эмоциональных состояний (САН) (172)								
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

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	«Какое 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

Результаты контрольного эксперимента, полученные после внедрения модели и педагогических условий по формированию у младших школьников ценностных ориентаций на здоровый образ жизни, показали:

- ♦ положительную динамику рейтинга личных и профессиональных ценностей, направленных на здоровье у педагогов, готовности к ЗСД в образовательной организации;
- ♦ повышение родительской грамотности в вопросах здоровья и ЗОЖ;
- ♦ сформированность у младших школьников ценностных ориентаций на ЗОЖ.

При отслеживании сформированности ценностных ориентаций на здоровый образ жизни у младших школьников была выявлена положительная динамика потребностно-мотивационного, когнитивного, оценочно-ценностного и деятельностно-поведенческого критериев. Это позволяет утверждать, что деятельностные навыки, направленные на формирование культуры здорового образа жизни, будут способствовать успешному обучению младших школьников в среднем звене, а также их успешной социализации как в школе, так и повседневной жизни.

Таким образом, младший школьный возраст предоставляет большие возможности для формирования ценностных ориентаций на здоровый образ жизни. Разработанная и апробированная модель эффективна для формирования ценностных ориентаций у младших школьников на здоровый образ жизни.

В педагогической модели выделены основные ценностные идеи, подходы. В ее основе лежат следующие структурные компоненты: ценностно-целевой, содержательный, процессуальный, технологический, оценочно-результативный. Все это позволяет рекомендовать применять подобный подход, основанный на просветительской работе «Уроки здоровья и ОБЖ 5—7», к обучению подростков основной школы.

3. АНАЛИЗ СОЦИАЛЬНЫХ ЭФФЕКТОВ ПРИ СИСТЕМНОЙ РЕАЛИЗАЦИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ



Образовательная организация, реализующая согласно ФГОС системную деятельность по ЗСД в рамках общеобразовательной программы, может выходить на социальные изменения в вопросах здоровья, безопасности и культуры здорового образа жизни у обучающихся. Ниже нами представлены критерии, которые можно применять для анализа этих изменений:

- ◆ стабильность показателей по распределению обучающихся в группы здоровья для занятий по физической культуре;
- ◆ снижение количества обучающихся, пропускающих уроки по причине простудных заболеваний;
- ◆ снижение пропусков занятий обучающимися, имеющими хронические заболевания, по причине их обострения;
- ◆ стабилизация или снижение у обучающихся заболеваний, вызываемых школьными факторами риска;
- ◆ увеличение количества обучающихся, посещающих кружки физкультурной направленности, участвующих в соревнованиях и других массовых спортивных мероприятиях;
- ◆ снижение или отсутствие показателей для обучающихся, стоящих на учете в полиции, получивших травмы в ДТП или других местах;
- ◆ увеличение количества обучающихся, получающих горячее питание («охват питанием в школьных столовых»);
- ◆ осознание обучающимися ценности экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни, увеличение количества обучающихся — участников волонтерских групп.

Анализ последнего критериального показателя подробно описан в разделе 2. Таблицы для анализа других показателей приведены в приложениях.

Физическое развитие детей — это один из наиболее часто используемых обобщающих гигиенических показателей состояния здоровья и индикатор социального благополучия общества.

Регулярное исследование физического развития детей и молодежи в ОО проводится на основании приказа Министерства образования и науки РФ от 15.03.2002 № 867 и постановления Правительства Российской Федерации от 29.12.2001 № 916 «Об общероссийской системе мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи» (табл. 4).

Таблица 4

**Функциональное состояние учащихся
(данные медицинских обследований)**

№ п/п	Показатели	Мальчиков		Девочек		Всего	
		Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во	%
1	Кол-во учащихся в классе						
2	Кол-во детей основной группы здоровья для занятий ФК						
3	Кол-во детей подготовительной группы здоровья для занятий ФК						
4	Кол-во детей специальной группы здоровья						
5	Кол-во детей специальной «А» группы здоровья						
6	Кол-во детей специальной «Б» группы здоровья						
7	Кол-во пропущенных дней в году на одного ребенка						
8	Кол-во дней, пропущенных по причине обострения основного заболевания для детей специальной группы						

№ п/п	Показатели	Мальчиков		Девочек		Всего	
		Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во	%
9	Кол-во детей, имеющих нарушения органов зрения						
10	Кол-во детей, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, сколиоз)						

Дополнительно совместно с медицинским работником необходимо проанализировать пропуски учебных занятий в классе по причинам обострения хронических заболеваний, обусловленных условиями питания, объемом нагрузки, психолого-педагогических технологий, заболеваний инфекционного характера (отдельно ОРВИ), быстро распространяющихся вследствие несоблюдения гигиенического индивидуального режима и общешкольных санитарных правил, а также травм как результата несоблюдения техники безопасности по причине незнания (несоблюдения) условия проведения соревнований или других мероприятий как в школе, так и за ее пределами (табл. 5).

Таблица 5

**Пропуски учебных дней
по болезни за 20__ / __ учебный год**

Заболевания	Месяцы								
	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
Хронические									
ОРВИ, грипп									
Инфекционные									
Травмы									
В среднем на одного учащегося									
По классу в целом									

Данные таблиц 4 и 5 потребуются для оценки эффективности здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения.

Сбор и анализ количественных сведений о проведенной физкультурно-оздоровительной деятельности в каждом классе

Количественные показатели работы в дальнейшем будут определять выбор оценки содержания здоровьесберегающей деятельности в данном классе. Это позволит сравнивать количественные и качественные показатели в разные годы и в разных классах.

Таблица 6

Организация физкультурно-оздоровительной работы

№ п/п	Критерии	Показатели		
		1-е полу- годие	2-е полу- годие	Среднее значение за год
1	Общее количество учащихся, занимающихся в спортивных секциях, <i>чел.</i>			
2	Из них, занимающихся в кружках, секциях школы			
3	Из них, занимающихся в кружках, секциях других учреждений			
4	Кол-во учащихся класса, принимающих участие в ежедневной утренней гимнастике до занятий, <i>чел.</i>			
5	Кол-во учащихся класса, принимающих участие в динамических переменах в рамках учебной нагрузки в течение дня, <i>чел.</i>			
6	Периодичность проведения в классе оздоровительных мероприятий с участием не менее 80 % учащихся класса в течение месяца			
7	Периодичность проведения в классе «дней здоровья», туристических выходов и спортивных соревнований с участием не менее 60 % учащихся класса в течение полугодия			

№ п/п	Критерии	Показатели		
		1-е полу- годие	2-е полу- годие	Среднее значение за год
8	Объем времени уроков физической культуры, проведенных на открытом воздухе, в %			
9	Кол-во учащихся, принимающих участие в волонтерских движениях			

Пункты 1—3 заполняются на основании сведений, предоставленных младшими школьниками и их родителями и отраженных в классном журнале, а также сведений, предоставленных педагогами, ведущими кружки, секции в школе.

Данные для заполнения пунктов 4—5 предоставляются учителем физической культуры, ведущим занятия физкультурой в данном классе, а также инструктором ЛФК или родителями школьников, посещающих занятия по лечебной физической культуре.

Пункты 6—9 заполняются классным руководителем с помощью учащихся, состоящих в физкультурно-спортивном активе класса.

Анализ социальных рисков проводится по сведениям, представленным социальными педагогами и классными руководителями образовательной организации:

Таблица 7

Критерии	Количество	Процентное отношение
Количество детей в классе		
Количество пострадавших в ДТП детей и получивших в них травмы		
Количество детей, поставленных на учет в полицию или другие виды учета		

**Оценка результативности
здоровьесберегающей деятельности в классе**

№ п/п	Двигательная и спортивно-оздоровительная активность учащихся класса	Показатели	
1	Проводится ежедневная гимнастика до занятий	4	
2	Проводятся динамические перемены	3	
3	Оздоровительные мероприятия	2	
4	Занятия в школьных спортивных секциях*		
	А : Б · 100 = % учащихся, занимающихся в спортивных секциях; А — количество учащихся, занимающихся в спортивных секциях; Б — количество учащихся, отнесенных к основной медицинской группе	Более 50 %	4
		От 17 до 50 %	2
		Менее 17 %	0
5	Занятия в специальной медицинской группе (СМГ)**		
	А : Б · 100 = % учащихся, занимающихся в СМГ А — количество учащихся класса, занимающихся в СМГ; Б — количество учащихся класса, отнесенных к СМГ по медицинским показаниям	60 % и более	4
		20—59 %	2
		Менее 20 %	0

Методика заполнения таблицы 8

Используя данные, полученные для таблиц 4, 5, 6, 7, выбираем показатели, соответствующие содержанию здоровьесберегающей деятельности в данном классе.

П у н к т 1 соотносим с п. 4 табл. 6. При показателе более 70 % в данном пункте выбираем в табл. 8 — 4 балла. Если исходный показатель меньше, значит пропускаем данный пункт в табл. 8.

П у н к т 2. Смотрим исходные данные п. 5 табл. 6. Если показатель более 70 %, значит динамические перемены проводятся — выбираем (обводим) 3 балла.

* Школьные спортивные секции посещают дети из числа учащихся основной медицинской группы.

** Занятия в СМГ посещают дети из числа учащихся, отнесенных по медицинским показаниям к СМГ.

Пункт 3. При наличии в двух пунктах 6 и 7 табл. 6 положительных значений выбираем 2 балла.

Пункты 4 и 5 требуют наличия данных п. 2 и 3 табл. 6, п. 4—6, 10 табл. 4. Расчет показателя по приведенной формуле дает основание выбрать одно значение (*в баллах*) — 0, 2, 4.

В пунктах 1 и 2 (табл. 9) выбираем показатель (*в баллах*) в зависимости от периодичности проведения мероприятий в данном классе. В пунктах 3—5 возможен выбор всех значений (*в баллах*) при положительных ответах табл. 8 и 9.

В конце анализа суммируем все полученные баллы и оцениваем содержание (количественный показатель) здоровьесберегающей деятельности по таблице, приведенной ниже.

Таблица 9

Оздоровительно-профилактические мероприятия в классе

№ п/п	Параметры оценивания ЗСД	Периодичность	Показатель
1	Дни здоровья, турпоходы с классом	Раз в месяц	4
		раз в четверть	3
		1—2 раза	1
		в год	
2	Школьные спортивные соревнования, праздники	Раз в месяц	4
		раз в четверть	3
		1—2 раза	1
		в год	
3	Внедрение образовательных программ, направленных на формирование ценности здоровья и ЗОЖ		3
4		Участие в волонтерских акциях	2
5		Наличие пострадавших в ДТП и имеющих травмы	0

Параметры для оценки содержания здоровьесберегающей деятельности

- ◆ Высокий — 28 баллов и выше;
- ◆ средний — 15—27 баллов;
- ◆ низкий — менее 15.

Литература



Нормативные правовые акты

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». — М. : Проспект, 2015.
2. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования. — М. : Просвещение, 2016. — (Стандарты второго поколения).
3. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (утв. приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897). — М. : Просвещение, 2016.

Научно-методическая литература

1. *Абросимова, И. Ю.* Проектирование педагогической модели формирования ценностных ориентаций на здоровый образ жизни у младших школьников : монография / И. Ю. Абросимова. — Н. Новгород : НИРО, 2013. — (Серия «Внедряем новые стандарты образования»).
2. *Абросимова, И. Ю.* Формирование экологически целесообразной культуры здорового и безопасного образа жизни у младших школьников : монография / И. Ю. Абросимова, О. С. Гладышева, В. В. Николина ; науч. ред. О. С. Гладышева. — Н. Новгород : НИРО, 2014. — (Серия «Внедряем новые стандарты образования»).
3. *Безруких, М. М.* Здоровьесберегающие технологии в общеобразовательной школе: методология анализа, формы, методы, опыт применения : методические рекомендации / М. М. Безруких ; под ред. М. М. Безруких, В. Д. Сонькина. — М. : Трида-фарм, 2002.
4. *Гладышева, О. С.* Программа «Уроки здоровья и ОБЖ» / О. С. Гладышева. — Н. Новгород : Нижегородский гуманитарный центр, 1998.
5. Комплексная оценка показателей здоровья и адаптации в образовательных учреждениях (Медико-физиологические и психолого-педагогические основы мониторинга) : научно-

методическое пособие / М. В. Артюхов [и др.]. — Новокузнецк : МОУ ДПО ИПК, 2004.

6. *Чичикин, В. Т.* Рейтинговая система мониторинга состояния здоровья участников образовательного процесса / В. Т. Чичикин, Е. Е. Конюхов // Педагогическое обозрение. — 2007. — № 4. — С. 95—103.

7. *Яковлева, М. А.* Роль дополнительной программы «Разговор о здоровье: начало в коммуникативном развитии детей» / М. А. Яковлева, О. С. Гладышева // Материалы V Международной научно-практической конференции «Вопросы современной науки: проблемы, тенденции и перспективы». — М. : 2016. — С. 69—72.

ПРИЛОЖЕНИЯ

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

Приложение 1

Первый год обучения

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

Быть красивым, привлекательным

Жить в счастливой семье

Быть здоровым

Иметь интересных друзей

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

Регулярные занятия спортом		Знания о том, как заботиться о своем здоровье		Ежедневное выполнение правил здорового образа жизни (соблюдение режима дня, регулярное питание, занятия физкультурой и т. д.)	
----------------------------	--	---	--	---	--

Возможность лечиться у хорошего врача		Хороший отдых	
Наличие денег, чтобы хорошо питаться, отдыхать, посещать спортивный зал и т. д.		Хорошие природные условия (чистый воздух, вода и т. д.)	

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

	Ежедневно	Несколько раз в неделю	Очень редко, никогда
Утренняя зарядка, пробежка			
Завтрак			
Обед			
Ужин			
Прогулка на свежем воздухе			
Сон не менее 8 часов			
Занятия спортом			
Душ, ванна			

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

- | | |
|--------------------|--------------------------|
| Да, конечно | <input type="checkbox"/> |
| Скорее да, чем нет | <input type="checkbox"/> |
| Скорее нет, чем да | <input type="checkbox"/> |
| Нет | <input type="checkbox"/> |

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

- | | |
|------------------------------------|--------------------------|
| Да, очень интересно | <input type="checkbox"/> |
| Скорее интересно, чем не интересно | <input type="checkbox"/> |
| Скорее не интересно, чем интересно | <input type="checkbox"/> |
| Неинтересно | <input type="checkbox"/> |

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 — 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.

В о п р о с 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 четыре наиболее важных с их точки зрения условия для сохранения своего здоровья.

По результатам этой работы для каждого ученика на основе выраженного им положительного отношения оцениваются наиболее важные условия сохранения здоровья. Затем как среднее арифметическое вычисляется средняя значимость в классе по каждой категории инструментальных ценностей.

В о п р о с 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 распорядке 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.

В о п р о с 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.

В о п р о с 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 оцениваются 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 вопросы, которые направлены на выявление различных критериев:

◆ потребно-мотивационного — вопросы 4, 5. Максимальное количество баллов — 4;

◆ оценочно-ценностного — вопросы 1, 2;

◆ деятельностно-поведенческого — вопрос 3.

Анкета № 2 «Безопасное поведение»

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

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

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

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

5. Случались с тобой или твоими товарищами во время игры 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 правила... (отметить: «+»)

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

9. Случались ли с тобой и твоими товарищами 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																		
...																		

Вопросы анкеты направлены на выявление критериев:

- ♦ когнитивного — вопросы 1, 3, 4, 6, 7, 8, 11, 12. Максимально возможное количество баллов — 18;
- ♦ деятельностно-поведенческого — вопросы 1, 2, 3, 4, 5, 9, 10, 12, 13, 14. Максимально возможное количество баллов — 18;
- ♦ потребностно-мотивационного — вопрос 15. Максимально возможное количество баллов — 18.

Анкета № 3 **«Культура общения»**

1. Используют ли ты вежливые слова в общении с...
(ответить: да, нет)

- а) родителями;
- б) учителями;
- в) незнакомыми людьми;
- г) одноклассниками;
- д) 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 к... (ответить: да, нет)

- а) одноклассникам;
- б) 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. Пять 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. Пять слов — 21 балл; три слова — 18 баллов; два 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
1										
2										
Σ средний балл										

Вычисляется средний балл.

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

12—17 баллов — 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 — деятельность-поведенческого (сформированности коммуникативных умений и навыков). Данному критерию соответствуют все вопросы.

Максимально возможное 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 будешь... (отметить: «+»)

- а) много гулять;
- б) поменьше есть сладкого и сдобного;
- в) заниматься физкультурой и спортом;
- г) следить за своей осанкой, когда пишешь, читаешь за партой, письменным столом;
- д) следить за собой и заниматься физкультурой и спортом.

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

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

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

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

12. Перечисли, какие дурные привычки, на твой взгляд, могут изменить в худшую сторону твое 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 пять и больше вредных привычек — 21 балл; четыре вредные привычки — 18 баллов; две вредные привычки — 11 баллов; нет ответа — 7 баллов.

Результаты ответов на вопросы анкеты можно оформить в виде таблицы:

№ ученика	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 балл — 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. Максимально возможное баллов — 21;

♦ деятельностно-поведенческого — вопросы 1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10. Максимально возможное количество баллов — 18.

Обработка результатов модифицированного теста Люшера

Характеристика цветов (по Люшеру) включает в себя четыре основных и четыре 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, серый, 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.

Приложение 2

Второй год обучения

Тест № 1

**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:

человека,
коровы,
овцы,
медведя,
тигра,
собаки,
льва,
лошади,
волка, —

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

- а) не надоедать;
- б) выглядеть привлекательно;
- в) 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) диарея;
- 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) красная 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 движении:

- 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 систематически делать утреннюю зарядку.

12. Укажи свои действия, если в твоём присутствии случилась одна из нижеперечисленных травм (соотнести 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... (отметить 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 шесть 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;

частично 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 движении участвуют: 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. Шесть 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:

♦ когнитивного — вопросы 1, 2, 3, 4, 8, 9, 10, 11, 13, 14, 15,

16. Максимальное количество баллов — 18;

♦ деятельностно-поведенческого — 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 выполните свой проект.)

Результаты личностного роста ученика оцениваются учителем 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
1							
...							

♦ матрица оценки включенности учащихся в групповую деятельность (заполняется учителем на основании проектной деятельности учащихся и любых групповых видов деятельности) (Игнатъева 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
1					
...					

Третий год обучения

Тест № 1

Оценка уровня знаний о здоровье и сформированности ценностных ориентаций на ЗОЖ

Вопросы	Варианты ответов
1. Дополни формулировку определения	
А. Факторы здоровья — ... Б. Резервы организма — ... В. Образ жизни — ... Г. Закаливание — ...	1. Природная среда, наследственность, образ жизни, медицина 2. Его ресурсы, запас здоровья 3. Привычки, поступки 4. Укрепление здоровья с помощью физической культуры и спорта
2. Какие средства оказания первой помощи ты выберешь, если у тебя или твоего друга...	
А. Ссадины Б. Ушиб В. Небольшой порез	1. Бинт 2. Лейкопластырь 3. Настойка йода 4. Перекись водорода
3. Из перечисленных ситуаций сгруппируй те, в которых...	
А. Ты окажешь пострадавшему помощь сам Б. Вызовешь на помощь взрослых В. Вызовешь скорую помощь	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. Угарание 15. Шок 16. Потеря сознания
4. Какой службе соответствует номер телефона...	
А. Скорой помощи Б. Пожарной службы В. Службы спасения Г. Полиции	03 01 112 02

Вопросы	Варианты ответов
5. Соотнеси возрастные этапы человека с его периодом жизни	
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	1. Младенчество 2. Детство 3. Молодость 4. Зрелость 5. Старость 6. Отрочество 7. Юность 8. Пожилой возраст
6. Дополни формулировку определения	
А. Конфликт — ... Б. Обида — ... В. Страх — ... Г. Тревога — ... Д. Самовоспитание — ... Е. Цель — ... Ж. Ценность — ...	1 — Несогласие между двумя или несколькими людьми 2 — эмоциональная защита человека от действия другого 3, 4 — эмоции человека, возникающие при ощущении близкой опасности или беды 5 — действия человека, направленные на самосовершенствование 6 — ориентир в организации своей деятельности (ее прогнозируемый результат) 7 — в отличие от цены, важный жизненный ориентир, например, сама жизнь
7. Выбери номера слов, которые ты относишь к своим жизненным ценностям	
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
8. Дополни фразу	
А. Рост — ... Б. Развитие — ...	1 — это количественное увеличение размеров и веса тела 2 — это качественное изменение в организме

Вопросы	Варианты ответов	
9. Выбери привычки, которые ты считаешь...		
А. Полезными Б. Вредными	1. Курить 2. Мыть руки после туалета и перед едой 3. Ленился 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 родите- лям 14. Поддержи- вать друзей в беде 15. Беречь свое здоровье 16. Заниматься спортом 17. Сплетни- чать 18. Говорить неправду 19. Обижать слабых 20. Соблюдать чистоту в клас- се, дома, на улице

Обработка результатов теста № 1

Подсчитывается количество баллов.

1. Все полные определения — 21 балл; три 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 соотношений — 7 баллов.

6. Все полные определения — 28 баллов; пять 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 — знание о здоровье и здоровом образе жизни усвоено учащимися;

7—15 баллов — знание не усвоены.

Анкета включает вопросы, направленные на выявление критериев:

♦ оценочно-ценностного — вопросы 7, 9. Максимальное количество баллов — 21;

♦ когнитивного — вопросы 1, 4, 5, 6, 7, 8, 9. Максимальное количество баллов — 18;

♦ деятельностно-поведенческого — вопросы 2, 3, 4. Максимальное количество баллов — 21.

СОДЕРЖАНИЕ



<i>Введение</i>	3
1. Определение эффективности здоровьесберегающей деятельности в общеобразовательных организациях (матрица самообследования)	5
2. Оценка результатов сформированности ценностных ориентаций на здоровый образ жизни у обучающихся	13
3. Анализ социальных эффектов при системной реализации здоровьесберегающей деятельности	28
<i>Литература</i>	35
<i>Приложения. Диагностический инструментарий к педагогической модели формирования ценностных ориентаций на ЗОЖ у младших школьников</i>	37
Приложение 1. Первый год обучения	37
Приложение 2. Второй год обучения	51
Приложение 3. Третий год обучения	60

МАТЕРИАЛЫ
ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ МОНИТОРИНГА
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ



Методическое пособие

Редактор *Н. А. Елизарова*
Корректор *Е. В. Поликаркина*
Компьютерная верстка *Л. И. Половинкиной*

Оригинал-макет подписан в печать 28.06.2017 г.
Формат $60 \times 84 \frac{1}{16}$. Бумага офсетная. Гарнитура «SchoolBook».
Печать офсетная. Усл.-печ. л. 3,95. Тираж 100 экз. Заказ 2411.

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



