

**МОУ «Кукнурская средняя (полная)  
общеобразовательная школа»**

**Формирование системы  
ценностей здоровья  
школьников в условиях  
этнокультурной  
воспитательной среды**

**Проект  
экспериментальной площадки**

**Авторы:**

**С.Н.Конаков – директор школы**

**Л.И.Павлова – заместитель директора по УВР**

**Н.А.Медведева – заместитель директора ВР**

**с.Кукнур  
2014**





**Объект  
исследования**

Процесс, направленный на систему формирования ценностного отношения к здоровью у школьников в условиях этнокультурной воспитательной среды со всеми субъектами деятельности (обучающиеся, учителя, родители)

**Предмет  
исследования**

Система формирования ценностей здоровья школьников и здорового образа жизни в условиях этнокультурной воспитательной среды.

**Цель  
эксперимента**

Создание системы формирования ценностей здоровья участников образовательного процесса и ее программно-методического обеспечения в условиях этнокультурной воспитательной среды.



# Задачи эксперимента

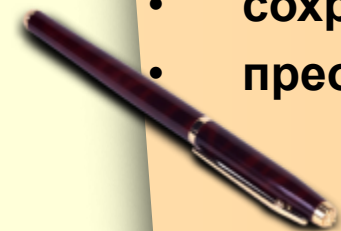
- анализ теоретических оснований и опыта формирования ценностей здоровья участников образовательного процесса в условиях этнокультурной воспитательной среды.
- построение системы формирования ценностей здоровья участников образовательного процесса в условиях этнокультурной воспитательной среды.
- разработка и апробация программ, методически обеспечивающих реализацию системы формирования ценностей здоровья школьников.
- построение и апробация мониторинга результативности системы формирования ценностей здоровья участников образовательного процесса.



## Гипотеза

Формирование системы ценностей здоровья школьников может способствовать успешной личности, ответственной за:

- собственное здоровье и здоровье других людей;
- сохранение природной и социоприродной сред;
- преобразование окружающей действительности.





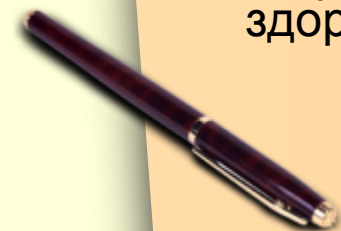
- **Этапы реализации эксперимента:**
- подготовительно-организационный (апрель 2014 г. – сентябрь 2014 г.)
- практический (сентябрь 2014 г. – август 2016 г.)
- обобщающий (сентябрь 2016 г. – декабрь 2016 г.)



# План реализации первого этапа эксперимента



1. Изучение уровня состояния здоровья учащихся.
2. Разработка Положения об экспериментальной работе.
3. Разработка плана-графика реализации эксперимента.
4. Разработка программ воспитательной работы с классными коллективами, с учителями предметниками, физической культуры, марийского языка и литературы в рамках темы экспериментальной работы.
5. Проведение педагогического совета для классных руководителей и учителей по теме «Система формирования ценностей здоровья участников образовательного процесса в условиях этнокультурной воспитательной среды».
6. Включение в план основных мероприятий школы мероприятий по направлению темы проекта
7. Включение в сайт школы материалов по проблеме эксперимента.
8. Разработка критериев и показателей определения результативности экспериментальной работы.
9. Разработка анкет, опросников для учащихся, учителей и родителей.
10. Изучение различных диагностик для проведения мониторинга здоровья и ценностей здоровья.



# Характеристика класса



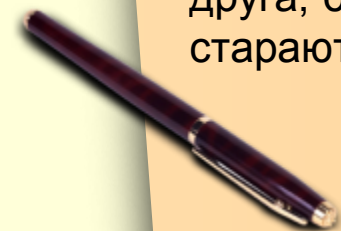
Проживают в полных семьях 16 человек. Условия воспитания в этих семьях удовлетворительные. Дети живут в хороших семейных условиях, где им оказаны должные: доброта и внимание.

В неполных семьях проживают 6 человек. Среди них 2 приёмных ребёнка. Но эти дети не обделены вниманием со стороны мам и бабушек. В классе 3 учащихся живут в опекаемых семьях. Двое учащихся проживают в многодетных семьях. В классе 19 детей по национальности мари, 2 ребёнка русской национальности. В селе Кукнур проживают 5 человек, остальные дети из близлежащих деревень.

Родители учеников – люди разного возраста, разнообразных профессий, отличаются друг от друга уровнем образованности, культуры, родительской активности. Многие родители положительно воздействуют на детей. Есть семьи, в которых родители занимаются воспитанием своих детей не на должном уровне. В классе двое детей проживают в малообеспеченных семьях. Остальные семьи имеют средний достаток.

В классном коллективе есть дети с ослабленным здоровьем. Они часто пропускают уроки, болеют простудными заболеваниями, а этими детьми необходимо постоянное наблюдение и контроль их состояния здоровья.

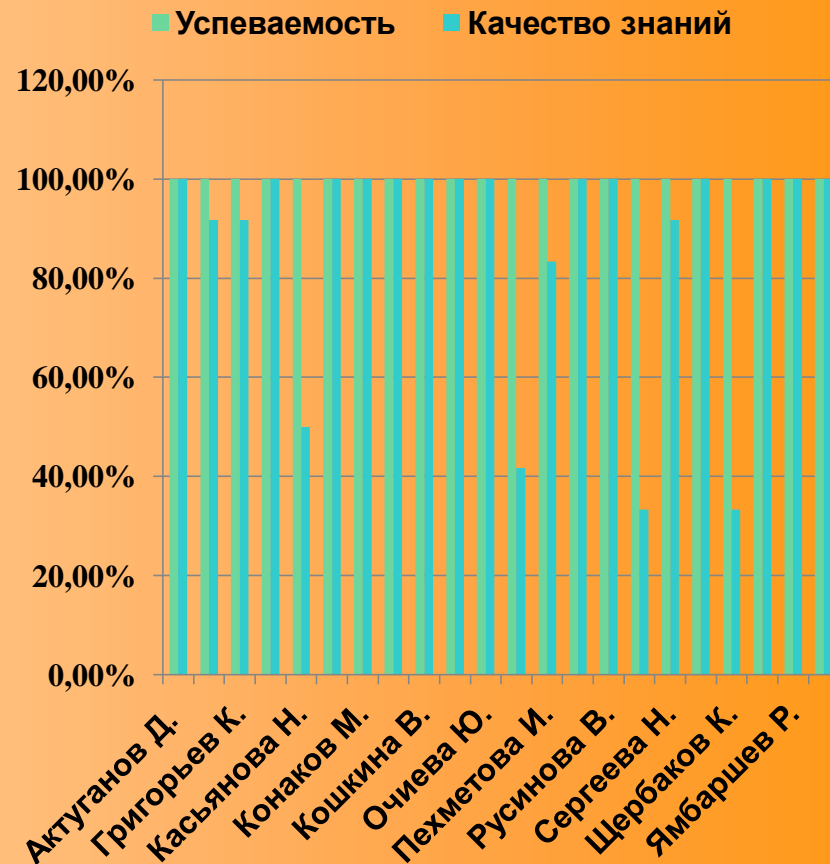
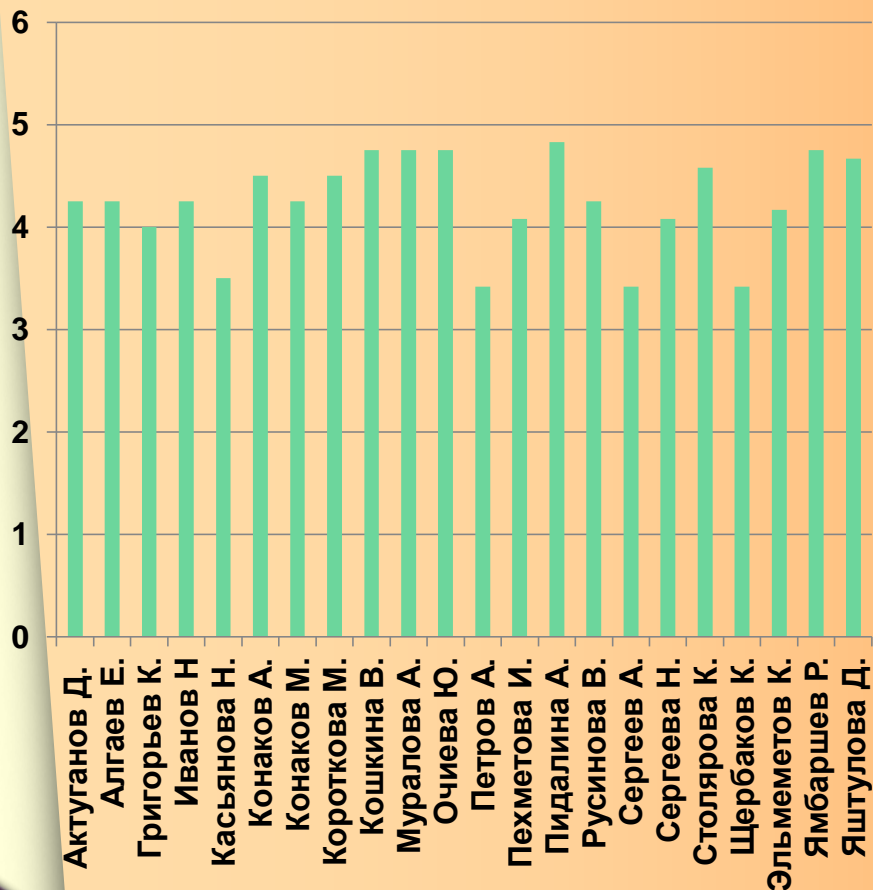
В общем, в классе сложился дружный коллектив. Дети живут интересами друг друга, болезненно переживают неудачи и проблемы своих одноклассников, стараются протянуть им руку помощи.



# Успеваемость и качество знаний обучающихся



Средний балл:



# Состояние здоровья



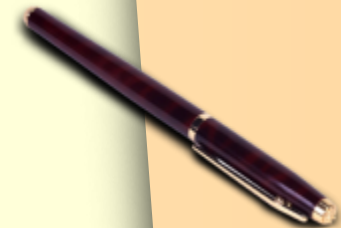
Группа здоровья – I (нет)

Группа здоровья – II (21 обучающихся)

Спецгруппа – 1 обучающихся

1. Кариес -8
2. Зоб I ст. -5
3. Гипертрофия миндалин- 4
4. Анемия - 3
5. Недостаток роста - 2
6. Избыток веса -1
7. Гепатит С – 1
8. Ночной анурез - 1

Уровень физподготовки 2 класса  
2013-14 уч.год

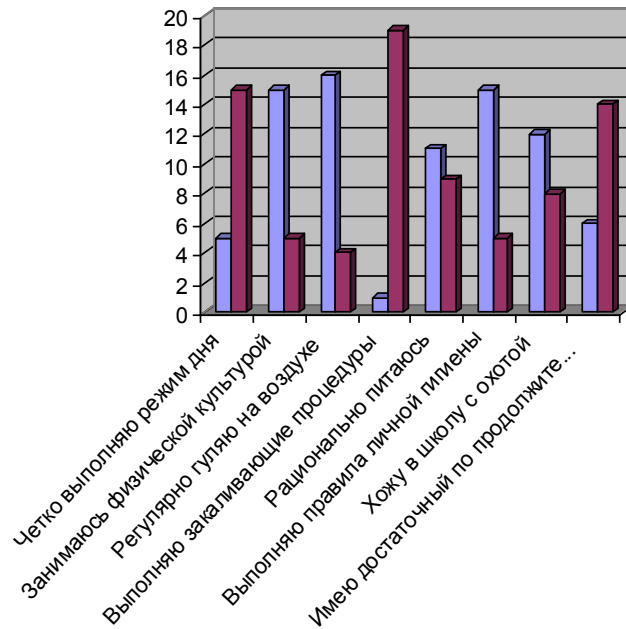




# Мониторинг ценностей здоровья



Как ты формируешь свой здоровый образ жизни?



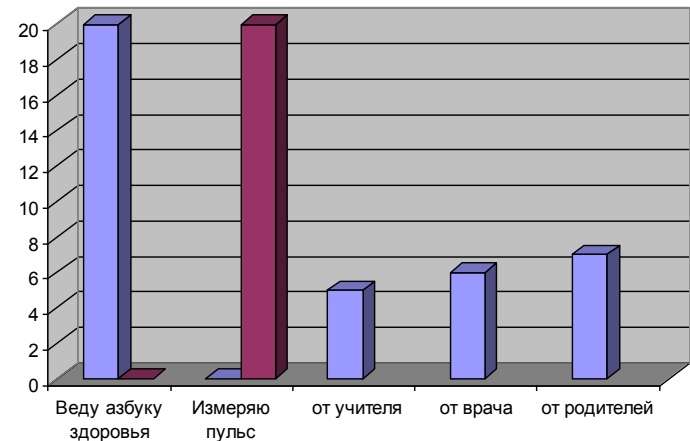
• 15 учащихся (75%) из 20 учащихся отметили, что не выполняют режим дня; 19 человек (95%) не используют закаливающие процедуры.

• имеют достаточный по продолжительности сон – 14 человек (70%),

• выполняют правила личной гигиены – 15 человек (75%),

(90%) информированы о своем здоровье

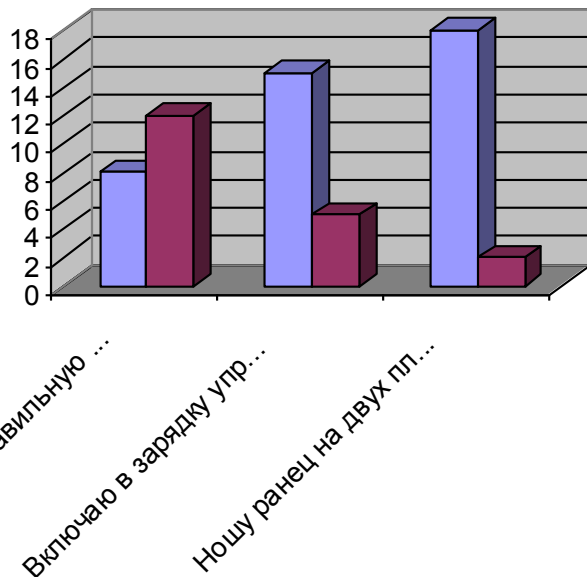
Знания о здоровье.



# Мониторинг ценностей здоровья



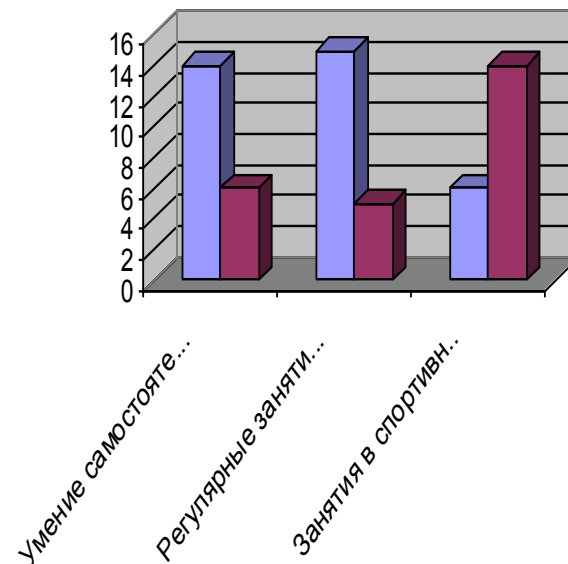
Как сохраняешь правильную осанку?



12 человек (60%) не соблюдают правильную позу, 15 человек (75%) не включают в зарядку упражнения, формирующие правильную осанку. Большинство учащихся, 18 человек (80%), что важно для формирования правильной осанки, носят ранец на двух плечах.

14 человек (70%) не посещают спортивные секции, 5 человек (25%) не регулярно занимаются физической культурой в школе и дома, 14 человек (70%) из 20 учащихся могут самостоятельно провести физкультминутку в классе.

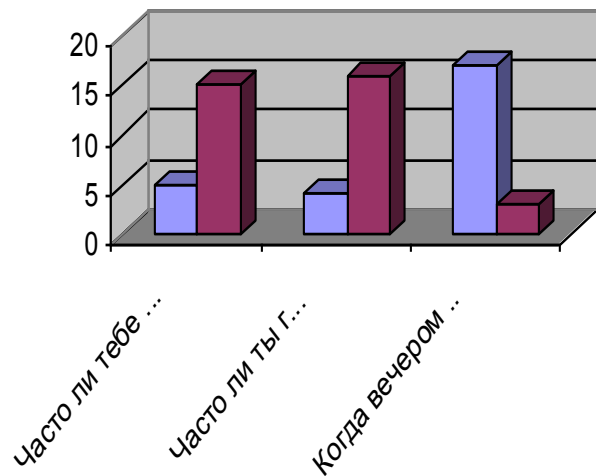
Какие освоил элементы двигательного режима?



# Мониторинг ценностей здоровья



## Психическое здоровье.



- **15** учащихся (**75%**) из **20** учащихся отметили, что не выполняют режим дня; **19** человек (**95%**) не используют закаливающие процедуры.



# Человек и его здоровье



**Кто должен заботиться о твоём здоровье? ребята ответили так:**

- 75% - сам
- 25% - родители

**Где вы учитесь быть здоровыми?**

- 55%— в школе
- 30% -дома
- 15% - у друзей, знакомых, из книг

**Умеешь ли ты заботиться о своём здоровье?**

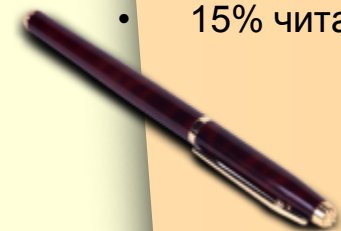
- 25% - да
- 75% - частично

**Выполняешь ли ты режим дня?**

- 15%- да
- 70% - не всегда
- 15% - не выполняю

**Организация учебного труда**

- 30% читают и пишут при хорошем освещении
- 20% делают перерыв через час
- 35% дают отдых глазам
- 15% читают и пишут без перерыва



# Формирование положительных эмоций



№	Вопросы анкеты	№	Ответы учащихся	Кол-во ответов учащихся	Число процентов
1	Что нам помогает сохранить хорошее настроение?	1	Улыбка	7	35%
		2	Хорошее здоровье	8	40%
		3	Добрые слова	5	25%
2	С чего вы начинаете свое утро?	1	С улыбки	8	40%
		2	Говорю маме «Доброе утро»	12	60%
3	Что вы пожелали бы своим родным с утра?	1	Хорошее настроение	1	5%
		2	Доброго дня	10	50%
		3	Удачи на работе	9	45%
4	Что оказывает на наше здоровье положительное действие?	1	Добрые слова	7	35%
		2	Хорошее настроение	8	40%
		3	Улыбка. Добрый взгляд	5	25%
5	Какое действие оказывает добрые слова на людей?	1	Поднимают настроение	4	20%
		2	Твое сердце радуется	9	45%
		3	Успокаивают человека	7	35%
6	От кого зависит ваше хорошее настроение?	1	От нас и нашего поведения	10	50%
		2	От окружающих людей	10	50%



# Анкетирование родителей



**Какие факторы, с Вашей точки зрения, в большей степени влияют на состояние здоровья человека?»**

- Экологические загрязнения – 27%
- Наследственные заболевания - 46%
- Недостаточный уровень двигательной активности - 7
- Неправильное питание - 7
- Вредные привычки – 13%

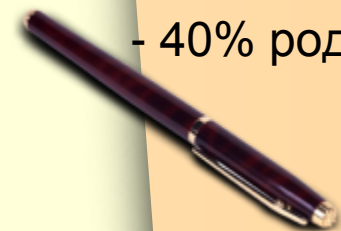
**Родители в основном считают себя 14 чел. (93%) и своих детей 13 чел. (86%) здоровыми.**

**«Часто ли болел Ваш ребенок в течение прошлого года?»**

- 33% родителей ответили - «Да»
- 77% - «Нет».

**Изменилось ли здоровье Вашего ребенка за время посещения школы?**

- 60% родителей ответили, что осталось таким же
- 40% родителей ответили, что улучшилось.



# Анкетирование родителей



**40% родителей уверены, что их дети соблюдают режим дня, 27% - нет.**

**Какие меры Вы предпринимаете с целью укрепления здоровья Вашего ребенка?**

27% родителей ответили, что следует заниматься спортом, большое внимание в ответах уделено правильному питанию - (27%), закаливанию - (13%)

46% родителей регулярно уделяют внимание укреплению здоровья своего ребёнка, 33 % - от случая к случаю, 20% родителей не уделяют внимание укреплению здоровья своего ребёнка

**В какой информации в данной области Вы нуждаетесь?»**

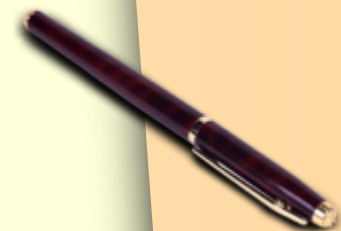
20% родителей хотят получить информацию об организации рационального питания, 6% - о профилактике простудных заболеваний, 20% - профилактике нарушений осанки и плоскостопия у детей, 6 % - о закаливании ребёнка дошкольного возраста, 13% - о режиме дня школьника, 30% - о физической и психологической готовности к школе.



# Программа формирования ценностей здоровья и здорового образа жизни

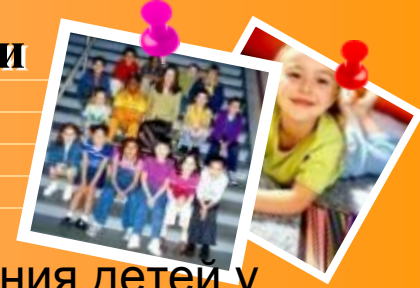


1. Знакомство с азами здоровья
2. Как ухаживать за собой
3. Заботимся о своем здоровье.
4. Как сохранить свою жизнь
5. Роль семьи
6. Физическое развитие и подвижные игры
7. Этическое воспитание
8. Эстетическое воспитание



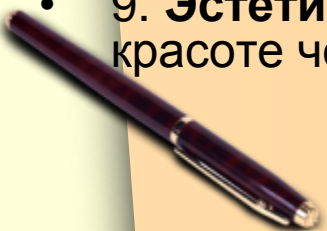


# Программа формирования ценностей здоровья и здорового образа жизни



Этнокультурное содержание программы:

- 1. **Азы здоровья.** Питание наших предков. Правила поведения детей у марийского народа.
- 2. **Уход за собой.** Правила ухода за собой у марийского народа – использование природных средств (чистая вода, растения)
- 3. **Забота о здоровье.** Способы закаливания и предупреждения простудных заболеваний у марийского народа. Значение хождения босиком для профилактики заболеваний
- 4. **Сохранение жизни.** Марийские заповеди. Марийский народ и природа.
- 5. **Народная медицина.** Марийские народные средства оказания помощи при укусах насекомых и животных.
- 6. **Рождение ребенка.** Представления марийского народа о рождении детей и ритуалы связанные с появлением детей на свет, обереги.
- 7. **Физическое развитие и значение подвижных игр.** Придание значимости подвижным играм и пляскам для формирования ловкости, силы, выносливости. Марийские народные подвижные игры и их общеукрепляющая роль.
- 8. **Этическое воспитание.** Нравы и нравственности марийского народа. Поведения марийского народа.
- 9. **Эстетическое воспитание.** Представление марийского народа о красоте человеческого тела и души.

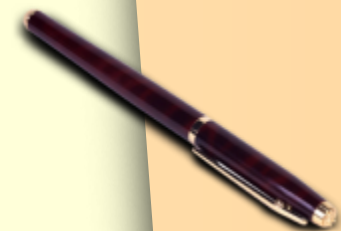


# Модули формирования ценностей здоровья и здорового образа жизни



В начальном звене, учитывая их возрастные особенности и развитие формирование ценностей здоровья и здорового образа жизни нужно связывать с такими понятиями как природа, труд, использование природы в процессе труда, преобразование человеком природы, ценность природы для человека.

- Природа – здоровье
- Природа – наш дом, наша жизнь.
- Человек в природе и здоровье



# Содержание учебного материала о ценностях здоровья и здорового образа жизни.



- **Окружающий мир**

Будем беречь здоровье. Человек- часть природы. Строение и функции органов и систем органов человека. Чтобы быть здоровым надо вести здоровый образ жизни (питание, закаливание, физкультура, труд, отсутствие вредных привычек).

**Н/Р составляющая-** Представление о природе своего родного края.

Наша окружающая среда в природе, на улице, в школе, дома , факторы и условия жизни в своем крае.

- **Технология**

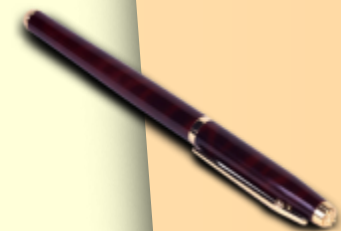
Правила техники безопасности труда и личной гигиены при работе с различными материалами

**Н/Р составляющая-** Правила техники безопасности труда и личной гигиены при сборе природного материала в окрестностях школы и дома.

- **Изобразительное искусство**

Красота человека и его трудолюбия при иллюстрации сказок.

**Н/Р составляющая-** Отражение красоты человека и его трудолюбия по мотивам народных сказок.



# Содержание учебного материала о ценностях здоровья и здорового образа жизни.



- **Чтение**

Внутренняя красота человека, проявляющаяся как доброе отношение, к животным растениям, другому человеку, в произведениях писателей и поэтов.

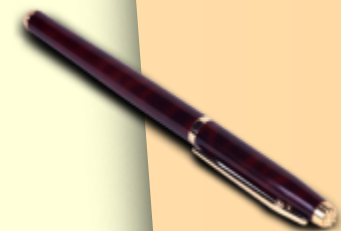
**Н/Р составляющая-** Доброе отношение к человеку и ко всему живому, в произведениях марийских писателей и поэтов.

- **Физическая культура**

Влияние на здоровье человека посильного труда, подвижных игр, и упражнений.

**Н/Р составляющая-** Подвижные игры и упражнения марийского народа.

1. «Хозяин лунки» - «Лаке оза» але «Лакым налын».
2. «Выбивание из круга» - «Онго гыч лукмаш»
3. «Бой петухов» - «Агытан сар».
4. «Ручеек» - «Вуд йоген»



# Марийские национальные игры



## 1. «Хозяин лунки» - «Лаке оза» але «Лакым налын».

*Подготовка.* Игра проводится на площадке. Каждый игрок выкапывает себе небольшую лунку и туда встает одной ногой. Для удара мячика нужно приготовить специальную доску.

*Описание.* Играющие становятся возле лунки, одной ногой наступают на нее. Чтобы водящий не попал мячиком, должен хорошо прикрываться доской и ударять о мячик сильнее, чтобы он отлетал подальше, но не выходить за пределы лунки. Водящий должен попасть мячиком в игрока или наступить на лунку. Выигрывает тот, кто метко попал мячиком в игрока или «завоевал» лунку.

## 2. «Выбивание из круга» - «Онго гыч лукмаш»

- *Описание.* Чертится круг. Одна команда, выбранная по жребию, занимает место в круге. Игроки команды, находящиеся за кругом, пытаются осалить мячом игроков, находящихся в круге. Игра продолжается до тех пор, пока все игроки не будут осалены. Если игрок, находящийся в круге, поймает мячик, то команда зарабатывает очко, тем осаленный игрок остается в круге. Если мяч никого не задел, но остался в круге, то выбрасывается тем игрокам, которые за кругом.

## 3. «Бой петухов» - «Агытан сар».

- *Описание.* В игре участвуют два мальчика. Оба встают на правую ногу, а согнутую левую ногу придерживают рукой. После этого зрители подадут сигнал: «Петухи, в бой» («агытан-влак, сарыш»). Игроки толкаются плечом до тех пор, пока соперник не встанет на обе ноги.

## 4. «Ручеек» - «Вуд йоген»

- *Описание.* Играющие встают друг за другом парами (мальчик и девочка). Берутся за руки и держат их высоко над головой. Из сцепленных рук получается длинный коридор. Игрок, который остался без пары, идет к истоку «ручейка» и, проходя под сцепленными руками, ищет себе пару. Взявшись за руки, новая пара пробирается в конец коридора, а тот кто остался без пары, идет в начало «ручейка» и, проходя под сцепленными руками, уводит с собой понравившегося игрока.

# Мониторинг степени переутомления, перегрузки учащихся



Виды недомоганий, которые я испытываю	Всегда	Часто	Иногда	Никогда
Сонливое состояние			6	14
Раздражительность, невозможность сосредоточиться		3	14	3
Головные боли		1	19	
Боли в желудке	2		4	14
Головокружения		2	6	12



# Физкультминутки на уроках



## Музыкальные ФМ

Море волнуется! На зарядку становись! Головками покиваем.

## Пальчиковые

ПАУЧКИ. Разотру ладошку.

## ФМ для глаз

Электронные 1. Электронные 2.

Зрительный тренажёр. Физминутка коррекция зрения.

Зрительная гимнастика по Базарнову.

## ФМ английский язык

## ФМ в стихах

Весёлая гимнастика для глаз в стихах. Консультация для родителей

Физминутки в стихах.



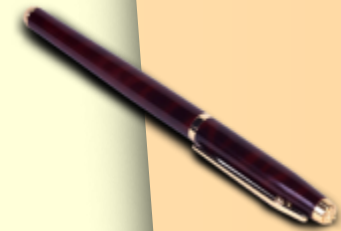
# ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ НАСТРОЙ



*Положительные эмоции  
заряжают организм энергией,  
улучшают самочувствие.*

- Эмоциональный настрой на урок  
(диалог учителя и учащихся).
- Утренний настрой на оздоровление
- "Обмен настроением".
- Приветствие "Здравствуйте!"

*Положительные эмоции на уроке – залог здоровья ученика !*

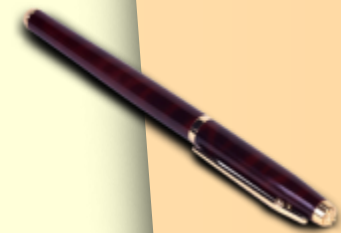




# Внеурочная деятельность



- Программа внеурочной деятельности «Мой край родной» по духовно-нравственному направлению в условиях организации ФГОС для учащихся 3 класса
- Программа внеурочной деятельности «Будь здоров!» по спортивно-оздоровительному направлению в условиях организации ФГОС для учащихся 3 класса



# Цикл бесед о здоровье. (презентации)



- УРОК ЗДОРОВЬЯ
- Поем мы оду молоку
- Путешествие в школу дорожных знаков
- Сон лучше всякого лекарства.
- Сохрани своё сердце здоровым
- Хлеб всему голова
- Хорошее здоровье превыше всего
- Экстремальные ситуации для человека
- Безопасность во время зимних каникул
- Безопасность на улице
- Здоровые зубы здоровью любы.
- Здоровый ребёнок в здоровой семье
- Зимние Олимпийские игры



# Цикл бесед о здоровье (сказки).



- Вредная привычка
- Глаза
- Движение это жизнь
- Дело вкуса
- Для чего нужен нос
- Дыхание
- Зачем мы едим
- Звериная зарядка
- Зубы
- Какая музыка полезна
- Личная гигиена
- Лыжи
- Маленький но опасный
- Мышцы
- Надо умыться
- Начинаем новый день
- Правильная осанка
- Правильное питание
- Простуда
- Урок для сладкоежек
- Ушки на макушке
- Чем полезно солнце
- Что такое осязание
- Чудесная жидкость



# Цветок здоровья





**Спасибо  
за внимание!**

