Формирование навыков здорового образа жизни у обучающихся – приоритетная задача деятельности образовательной организации

Н. А. Мышкин
магистрант ИПиП
Алтайского государственного
педагогического университета

Научный руководитель: **Л. Г. Богославец,**
к. п. н., доцент АлтГПУ, г. Барнаул

Аннотация

В статье рассматриваются основные подходы к формированию основ здорового образа жизни (далее — ЗОЖ) у обучающихся в образовательных организациях при активном использовании метода педагогического проектирования.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, культура здоровья, метод проектов, обучающиеся.

В настоящее время в России происходят существенные изменения в педагогической теории и практике целостного образовательного процесса с учетом всех норм, требований и правил, содействующих сохранению и укреплению здоровья обучающихся , включения в содержание образования комплексной системы здоровьесберегающих технологий, нацеленных на сохранение здоровья, формирования навыков здорового образа жизни у детей.

В этой связи, организуя образовательный процесс в дошкольном учреждении, школе, спортивной базе физкультурно-оздоровительной направленности, педагоги, спортивные тренеры обозначают и реализуют задачи по применению современных методов обучения, воспитания и развития детей, сосредоточенных на реализации таких современных технологий, которые бы способствовали и оптимизировали процесс формирования у детей понятия о здоровом образе жизни.

Именно в здоровом образе жизни подрастающего поколения содержится здоровье нации, при этом важное значение в общей культуре подрастающего поколения выступает культура здоровья, как общечеловеческая ценность.

Боярская Л. А. отмечает, что «ЗОЖ — есть способ жизнедеятельности, соответствующий генетически обусловленным типологическим особенностям данного человека, конкретным условиям жизни и направленный на формирование, сохранение, укрепление здоровья и полноценное выполнение человеком его социально-биологических функций» [1]

Таким образом, ЗОЖ — это поведение человека (обучающегося), при котором он не только не позволяет себе ничего такого, что могло бы нанести вред его здоровью, и старается делать все для повышения и совершенствоввания своего физического и психического здоровья.

Процесс формирования культуры здоровья обучающихся осуществляется в первую очередь в системе образования и неразрывно связан с методологией обучения основам ЗОЖ. Именно эти позиции физкультурно-оздоровительной работы в образовательных организациях актуализируют значимость использования метода педагогического проектирования.

В контексте проектной деятельности развитие личности обучающегося выступает как

развитие субъекта деятельности, культура здоровья, физического воспитания [2]. Уточним, что к особенностям метода проектов можно отнести такие характеристики как эффективность, полипарадигмальность (отсутствие единого подхода, постоянное совершенствование здоровьесберегающей технологии в краткосрочном и долгосрочном периоде проекта); проявление интереса и детских инициатив; представление презентации проекта — досуга, спортивного соревнования, «переклички» спортивных команд и т.д.

Важно отметить, что педагогическое проектирование физкультурно-оздоровительной направленности, включенное в практику жизнедеятельности образовательного учреждения, меняет его облик, делая его более мобильным и привлекательным в современных условиях, создавая единое пространство взаимодействия детей, педагогов, родителей (законных представителенй) обучающихся.

В практике деятельности дошкольного учреждения «Детский сад № 56» г. Барнаула и участников базы «Алтай-сплав-рафтинг» реализуются совместные проекты педагогов, родителей и детей: «Олимпийское движение в России»; «Как быть здоровым?»; «Подвижные игры — любимые игры»; «Веселая эстафета», «Папа, мама, я — спортивная семья»; реализуется цикл обучающих занятий по темам «Я познаю себя и свой организм»; «ЗОЖ — что такое хорошо и что такое плохо?».

Мы полагаем, что в ходе подготовки проекта физкультурно-оздоровительной направленности, его участники создают некий проект игры, при работе над которым дети используют как теоретические, так и практические знания, полученные в процессе физкультурно-оздоровительной деятельности, например, «Как научиться, чтобы не болеть?», «Мы — спортсмены»; «Секреты Зубной феи», «Наши соревнования», «Кто победитель эстафеты?».

По ходу подготовки проекта дети совместно с педагогом, спортивным тренером изучают дополнительную информацию о правилах ЗОЖ, искоренении вредных привычек, мешающих здоровью — в этом случае мотивация обучающихся высока. Практика показывает, что знания, добытые самостоятельно и с хорошей мотивацией наиболее прочны и эффективны.

В качестве содержания совместной активности детей и взрослых выступают такие тематические блоки физкультурно-оздоровительной направленности проектной деятельности как «Мой организм», «Движение», «Здоровый образ жизни», «Веселый бег», «Плавание и рафтинг», «Звонкий футбольный мяч» и др.

Таким образом, использование педагогического проектирования при формировании основ ЗОЖ у обучающихся в процессе физкультурно-оздоровительной деятельности актуализирует в образовательной организации, спортивной секции или кружке вопросы культуры здоровья, его сохранение и укрепление.

Список использованной литературы:

1. Боярская Л. А. Методика и организация физкультурно-оздоровительной работы : учеб. пособие — Урал. федер. ун-т. — Екатеринбург. — 2017 — 120 с.

2. Яковлева Н. О. Проектирование как педагогический феномен / Яковлева Н.О. // Педагогика. — 2002. — № 6. С. 8-11.