

ЧАСТЬ V

СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ РАБОТА В СИСТЕМЕ ОБРАЗОВАНИЯ

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТАРШЕКЛАССНИКОВ

Бущик Е.А., студентка 4 курса
(г. Минск, Белорусский государственный университет
информатики и радиоэлектроники)
Научный руководитель – Славинская О.В., канд. пед. наук, доцент

Здоровое поколение – одно из главных достижений любой нации. Так и для нашего государства одним из главных национальных приоритетов является здоровый и образованный человек. От состояния здоровья человека как гражданина зависит здоровье всей нации, а значит ее благосостояние и инновационное развитие. Стратегическое значение здоровья белорусского народа неоднократно подчеркивал Президент Республики Беларусь А.Г. Лукашенко: «У населения необходимо сформировать навыки культуры здоровья, начиная с образа жизни, правильного питания, отказа от курения и алкоголя» [1].

Одним из приоритетных направлений деятельности белорусского государства является создание условий для формирования, сохранения и укрепления здорового образа жизни (ЗОЖ) подрастающего поколения. На сегодняшний день подростки и молодежь, так и населения в целом в большей степени относятся безответственно к своему здоровью и здоровью окружающих; низок уровень восприятия проблем здоровья как лично значимых; недооценивается роль здоровья населения для социально-экономического развития страны и для выживания нации. Многие подростки имеют неточное и неполное представление о сущности здоровья человека и его аспектах, о факторах, определяющих здоровье, о компонентах здорового образа жизни.

Следовательно, особую актуальность приобретает задача формирования культуры ЗОЖ у подростков, поскольку здоровье будущих специалистов, как носителей культуры общества, представляет собой социальную ценность, пример гражданской позиции по организации здоровьесозидающей жизнедеятельности человека высоко интеллектуального труда.

Процесс формирования здорового образа жизни будет эффективным при условии, если:

- учитывать основные особенности обучающихся;
- создавать условия для формирования здорового образа жизни;
- применять на практике различные программы, направленные на формирование здорового образа;
- совместными усилиями педагогов, социологов, психологов и других специалистов проводить профилактику вредных привычек.

Только в комплексе принятые меры, направленные на формирование здорового образа жизни, впоследствии произведут положительное воздействие на социальное самочувствие, интеллектуальный, профессиональный, генетический потенциал учащихся. Проанализировав психологические условия воспитания и формирования ЗОЖ мы выявили следующее:

В основу воспитания как здорового образа жизни должны быть положены три основные идеи:

1. Суть и содержание, конечная цель и результат здорового образа жизни – триединство: гармония тела, торжество духа, ясность ума. В воспитательном процессе это можно считать целью: самовоспитания педагога и организации воспитательного процесса с учащимися, инструментовки самовоспитания учащихся.

2. Педагог сам должен быть поборником идеи здорового образа жизни, сам находиться в постоянном движении к идеалам гармонии тела, духа и ума; сам жить и творить свою педагогическую деятельность по законам истины, добра и красоты.

3. Идеи и методика здорового образа жизни должны пронизывать всю систему воспитательной работы с обучающимися, коллегами-педагогами, родителями и вообще со всеми людьми, с которыми он соприкасается. Это поднимает воспитательный процесс (специально организованный, формальный) до уровня счастливой совместной жизнедеятельности, которая только и способна инструментовать воспитание как создание позитивных условий для самоактуализации личности и педагога, и его воспитанников [2], [3].

В государственных учебных программах по физической культуре для учащейся молодежи все замыкается на уровне физической подготовки. Отсутствует указание на необходимость формирования ЗОЖ, т.е. умение правильно питаться, соблюдать режим дня, применять гигиенические и закаливающие процедуры, избирать для конкретного случая правильный комплекс упражнений, определять рациональную последовательность и дозировку их выполнения, и многие другие компоненты ФК.

Поэтому, чтобы привлечь интерес учащихся к физической культуре, было разработано воспитательное мероприятие «Игровые виды спорта». Игра направлена на привлечение студентов к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом, а также повышение уровня их физкультурных знаний. Игровая деятельность мероприятия способствует познавательной активности учащихся, развитию личности, при этом несет в себе развлекательный характер.

Непосредственная цель нашего мероприятия – формирование позитивного отношения учащихся к здоровью и привлечение их интереса к физической культуре и спорту. Именно ее достижение анализируется по окончании проведения мероприятия.

Предполагаемая структура мероприятия следующая:

1. Краткая беседа о спорте, игровых вида спорта, о необходимости занятий физкультурой и спортом для поддержания здоровья.

2. Реализация игровых техник в сопровождении медиапрезентации:

- деление класса на группы (команды);
- задание 1 «Угадай фильм»;
- задание 2 «Спина к спине»;
- задание 3 «Разгадай филворд»;
- задание 4 «Правда или Ложь»;
- задание 5 «Кокпар».

3. Подведение итогов игры.

4. Проведение рефлексии мероприятия (занятия).

Представим используемые игровые техники подробнее.

Деление класса на команды проводим следующим способом. Перед началом занятия ребята выбирают для себя фигуру: квадрат или сердечко. Общее количество фигур ограничено количеством учащихся в классе, количество фигур каждого вида – половиной от них. Нам нужны примерно одинаковые по количеству команды, но небольшое превалирование членов одной из них не повлияет на проведение мероприятия. Перед началом игры просим ребят пересечь в соответствии со своим выбором (соби-

раем команды вместе). Квадраты и сердечки представляем различного размера, можно и различного цвета. Это необходимо для самоорганизации команд. Просим поднять квадратики и сердечки, сравнить их. У кого самый большой элемент – тот является капитаном команды. Команды могут выбрать для себя название, а могут использовать в названии уже выбранную при делении фигуру.

Все последующие техники реализуются вместе с презентацией.

Задание 1 – «Угадай фильм». От каждой команды требуется по участнику для одного вопроса слайда медиапрезентации. На слайде будет представлен кадр из фильма. Фильм выбирается непосредственно связанный со спортом. Кто первый из отобранных участников поднимет руку, тот отвечает. Если он отвечает неправильно, то возможность ответа передается другому из выбранных для этого раунда участников. За правильный ответ участника команде начисляются баллы.

По окончании первого задания подводятся итоги и объявляется имя лидирующей команды.

Задание 2 – «Спина к спине». Почему «спина к спине»? В эту игру должны одновременно играть две команды. Когда участники команд показывают слово (для обеих команд оно одинаковое и делается это одновременно), они должны стоять спиной к друг другу.

Капитан отгадывает слова, которые показывает команда. Для демонстрации засекается время – 3 минуты. Обычно одно слово показывает один участник команды. Но могут быть исключения. Важно, чтобы один учащийся не показывал все слова. В этом задании должна максимально участвовать вся команда. За правильно угаданное слово команде насчитываются баллы. По результатам второго задания подводятся итоги и объявляется имя лидирующей команды.

Слова для угадывания могут абсолютно любыми, но имеющие отношение к спорту (например, баскетбольный мяч, скакалка, гиря, сетка, травма, фехтование, секундомер, тренажер, финиш и т.д.)

Задание 3 – «Разгадай филворд». Размещен филворд на слайде медиапрезентации (Рис. 1), но может быть выдан каждой команде в распечатке. Побеждает в этом задании та команда, которая разгадает филворд быстрее другой. Разгаданный филворд представлен на рисунке 2. За данное задание победившей команде добавляется балл за каждое правильно угаданное слово в филворде.

А	Р	К	Л	Л	К	О	К	У	А	Б	О	Р	Е	Ь
Ф	А	А	Ю	О	В	Р	Ы	В	Ф	И	Н	Е	Н	Р
О	М	К	Ш	Т	К	Л	О	К	Н	Т	Т	Л	Е	А
Н	О	П	К	Е	О	Б	Х	С	Е	И	А	О	Н	Б
А	Д	Б	О	С	С	З	А	У	С	Б	Т	Н	Т	Р
Ч	А	У	К	Ь	Т	А	М	Д	Ь	Я	Р	Е	Н	Е

Рисунок 1 – Филворд

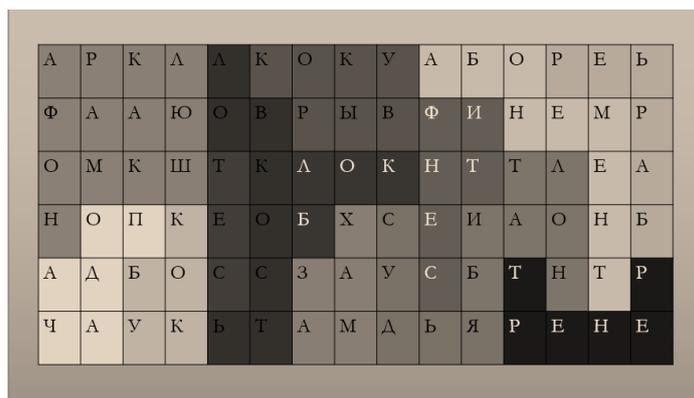


Рисунок 2 – Филворд с ответами

Задание 4 – «Правда или ложь». Всем участникам предлагаются высказывания. Обучающимся необходимо определить верно утверждение или нет. За правильный ответ команде начисляется 1 балл. Желающие дать ответ поднимают руку. Отвечает тот, кто поднял ее первым.

Задание 5 – «Кокпар». Включает в себя 2 задания.

Первое. Каждой команде необходимо по очереди назвать как можно больше видов спортивной одежды. Побеждает та команда, которая назовет хоть на один больше. Право начать предоставляется команде, одержавшей победу в первом туре. Возможные ответы: кроссовки, майка, футболка, борцовка, гетры, бейсболка, трико и т. п.

Второе. По смыслу аналогично первой. Но здесь нужно назвать как можно больше видов спортивного инвентаря. Возможные ответы: теннисный мяч, лыжи, ворота, бита, баскетбольные кольца, волейбольная сетка и т. п.

Пока идет подсчет баллов, обучающимся раздаются листочки для прохождения рефлексии. Вопросы для рефлексии:

1. Довольны ли Вы тем, как прошло занятие?
2. Было ли Вам интересно на занятии?
3. Сумели ли Вы получить новые знания?
4. Были ли Вы активны на занятии?
5. Смогли ли Вы показать свои знания, достижения, высказать свое мнение?

В конце мероприятия объявляется команда-победитель.

Воспитательное мероприятие не даст возможности переубедить всех обучающихся в необходимости занятий спортом. Но он поможет задуматься, обсудить с одноклассниками возможность «поиграть», поучаствовать в соревнованиях, оценить отношение друзей, лидеров класса к спорту, их достижения, сравнить со своими достижениями и сформировавшимся отношением. И после всего этого – принять правильное решение. Поэтому такое воспитательное мероприятие станет своеобразным «толчком» в формировании и реализации программы действий конкретной подростковой или молодежной среды [4].

Список цитированных источников:

1. Стенограмма Послания Александра Лукашенко к белорусскому народу и Национальному собранию / Белорусское телеграфное агентство [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.belta.by/>. – Дата доступа: 24.01.2019.
2. Психологические условия воспитания полезных и преодоления вредных привычек у обучающихся СПО [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://trud.bobrodobro.ru/9655>. – Дата доступа: 25.01.2019.
3. Три основные идеи здорового образа жизни [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://lektsii.org/3-21373.html>. – Дата доступа: 25.01.2019.
4. Славинская, О. Дидактические материалы и методика проведения воспитательного мероприятия «Игровые виды спорта» / О. Славинская, Е. Бущик // Международный научно-популярный журнал «Мастерство online». – 2018. – № 1 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://ripo.unibel.by/index.php?id=3229>. – Дата доступа: 28.01.2019.