

# СТЕРЛИТАМАКСКИЙ ТЕХНИКУМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

<b>Основные разделы</b>	<b>Биология. Здоровье человека, психология. Физкультура и спорт.</b>
<b>Тема работы</b>	<b>«Педагогические условия формирования готовности старшеклассников к здоровьесбережению в условиях модернизации образования в РФ»</b>
<b>Фамилия и имя автора</b>	<b>Краснов Антон Александрович</b>
<b>Место, где выполнялась работа</b>	<b>ГОУ МСОШ городского округа г. Стерлитамак № 30, Коммунистическая,10, директор 8-3473-24-67-85 Секретарь, тел ( факс ) 8-3473-24-14-90</b>
<b>ФИО научного руководителя</b>	<b>Сладков Сергей Николаевич, соискатель, преподаватель высшей категории</b>

**Объект исследования –  
учебно-воспитательный процесс в школе**

**Предмет исследования -  
готовность старшеклассников к здоровьесбережению.**

**Задачи исследования:**

1. Рассмотреть состояние проблемы на основе анализа историко-педагогических источников.
2. Выявить содержание и структуру понятия «готовность старшеклассников к здоровьесбережению».
3. Разработать и экспериментально проверить педагогические условия формирования готовности старшеклассников к здоровьесбережению.
4. Выработать методические рекомендации по обновлению содержания учебно-воспитательного процесса в школе к формированию готовности старшеклассников к здоровьесбережению.

# Методы исследования:

## теоретические методы:

- анализ исторической и психолого-педагогической литературы;
- анализ учебной документации средней школы.

## эмпирические методы:

- беседа и опрос;
- наблюдение;
- педагогический эксперимент.

## При организации экспериментальной работы было проведено:

- составление программ экспериментального исследования;
- выбор конкретных методов и параметров;
- проведения экспериментальной работы и анализ полученных данных;
- количественно-качественный анализ результатов эксперимента;
- описание полученных результатов, их интерпретация;
- определение эффективности эксперимента.

## При организации экспериментальной работы было проведено:

- способы сохранения физического и психического здоровья обучаемых;
- вооружение их первоначальными медицинскими знаниями;
- использование различных физических упражнений, систем, направленных на сохранение и укрепление здоровья;
- первые обоснования вести здоровый образ жизни.

# Диагностическая карта содержит следующие блоки:

1. Общие умения.
2. Общая информированность.
3. Информированность о диагностике состояния организма.
4. Информированность о методиках сохранения здоровья и оздоровления.
5. Информированность о способах сохранения здоровья.

# Программно-информационное обеспечение процесса здоровьесбережения учащихся в школе, которое позволяет:

- учитывать уровень развития мотивов и потребностей учащихся в сохранении своего здоровья;
- конкретизировать процессы обеспечения учащихся знаниями и умениями по здоровьесбережению;
- адаптировать имеющиеся программы по сохранению и укреплению здоровья учащихся к потребностям конкретной школы.



# Содержание здоровьесберегающего обеспечения включает:

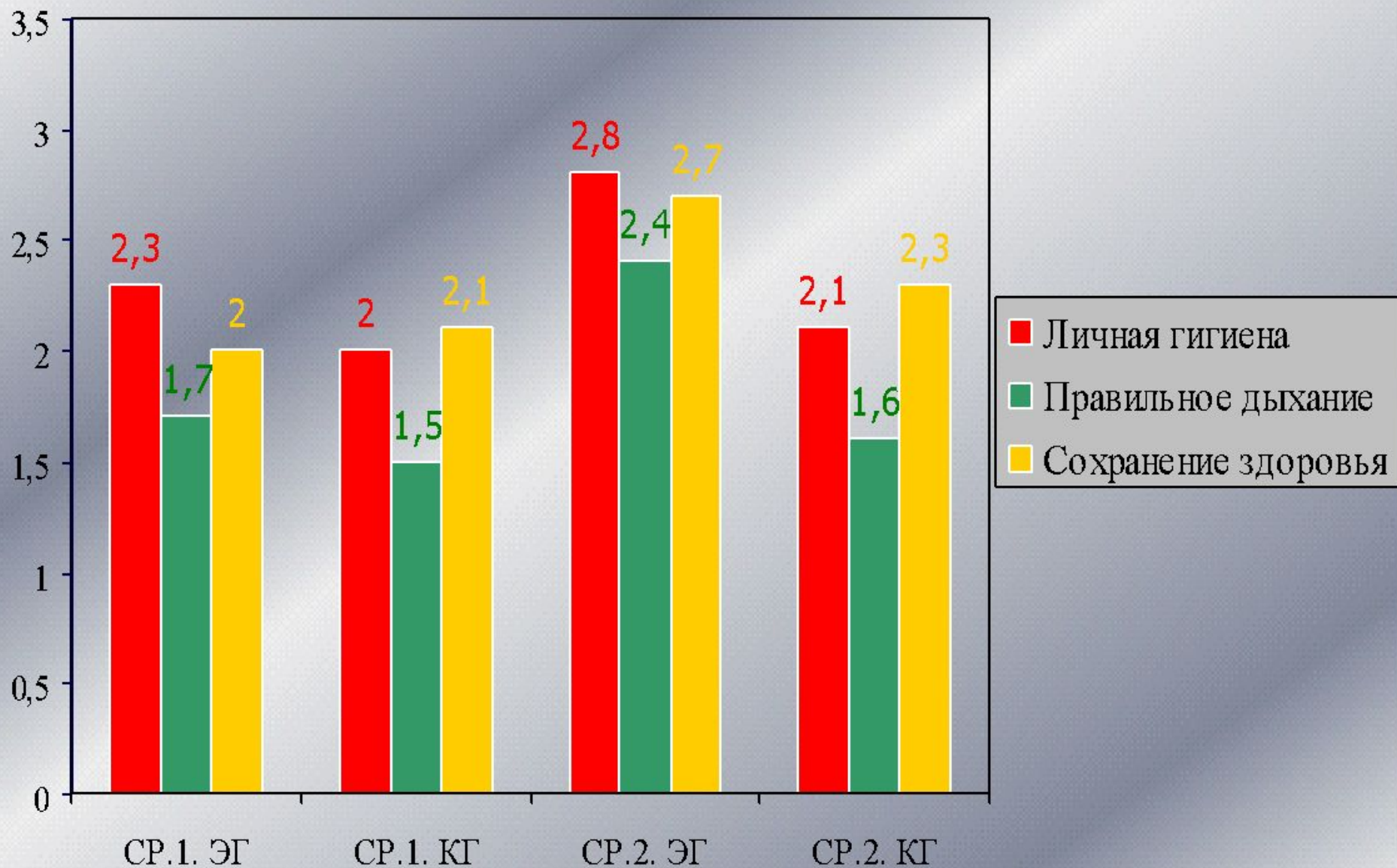
## 1. Информационный фонд:

- учебно-методическую, учебную, справочную и научную литературу.

## 2. Информационные модели здоровьесберегающих объектов:

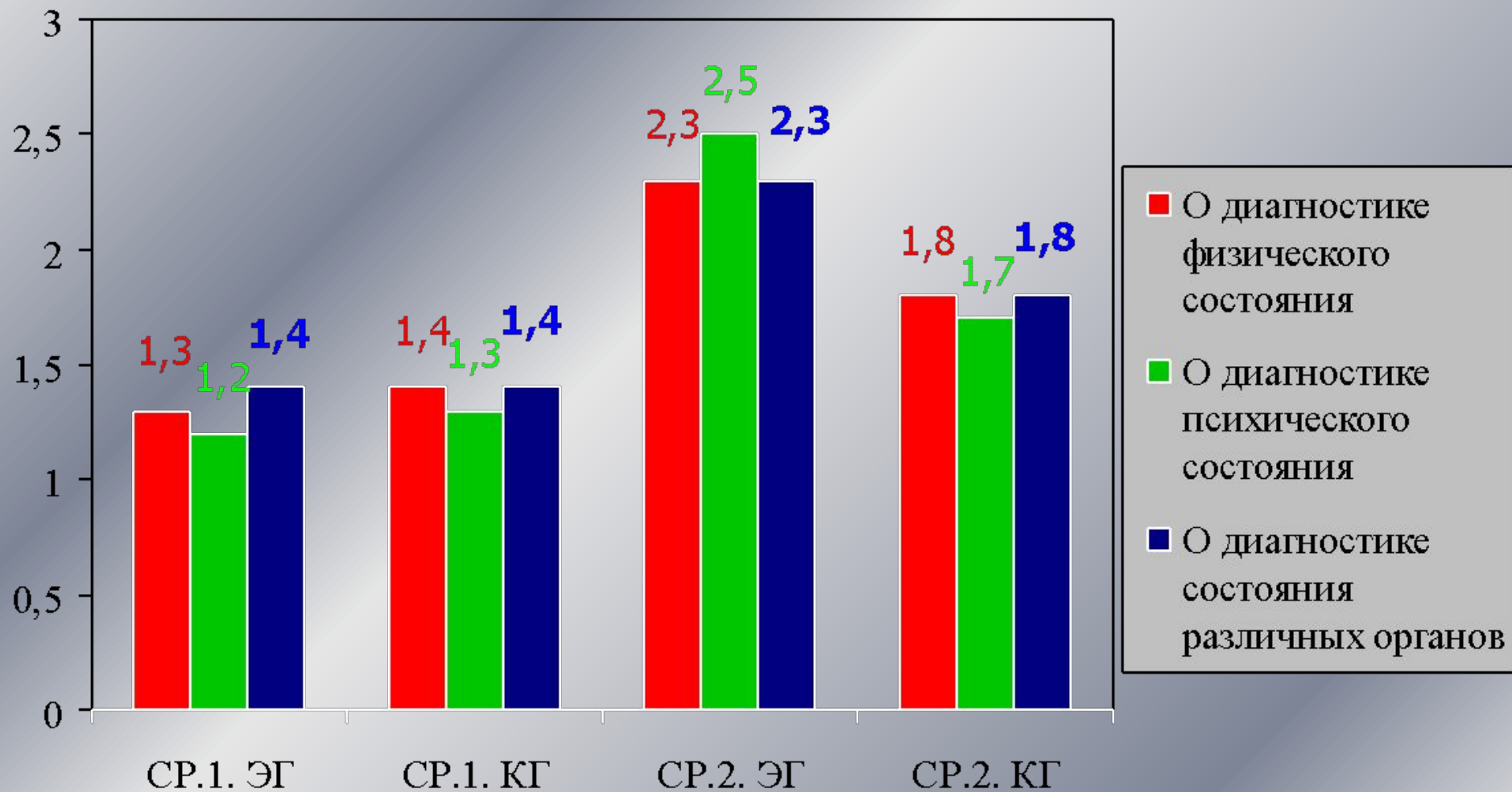
- таблицы, схемы, графические изображения, компьютерные программы, фрагменты художественных кинофильмов, научно-популярные учебные видеофильмы, анкеты, тесты по самодиагностике, телепередачи, телефильмы, структуру и описание мероприятий по сохранению здоровья, описание здоровьесберегающих технологий, методик, методов.

# Общие умения

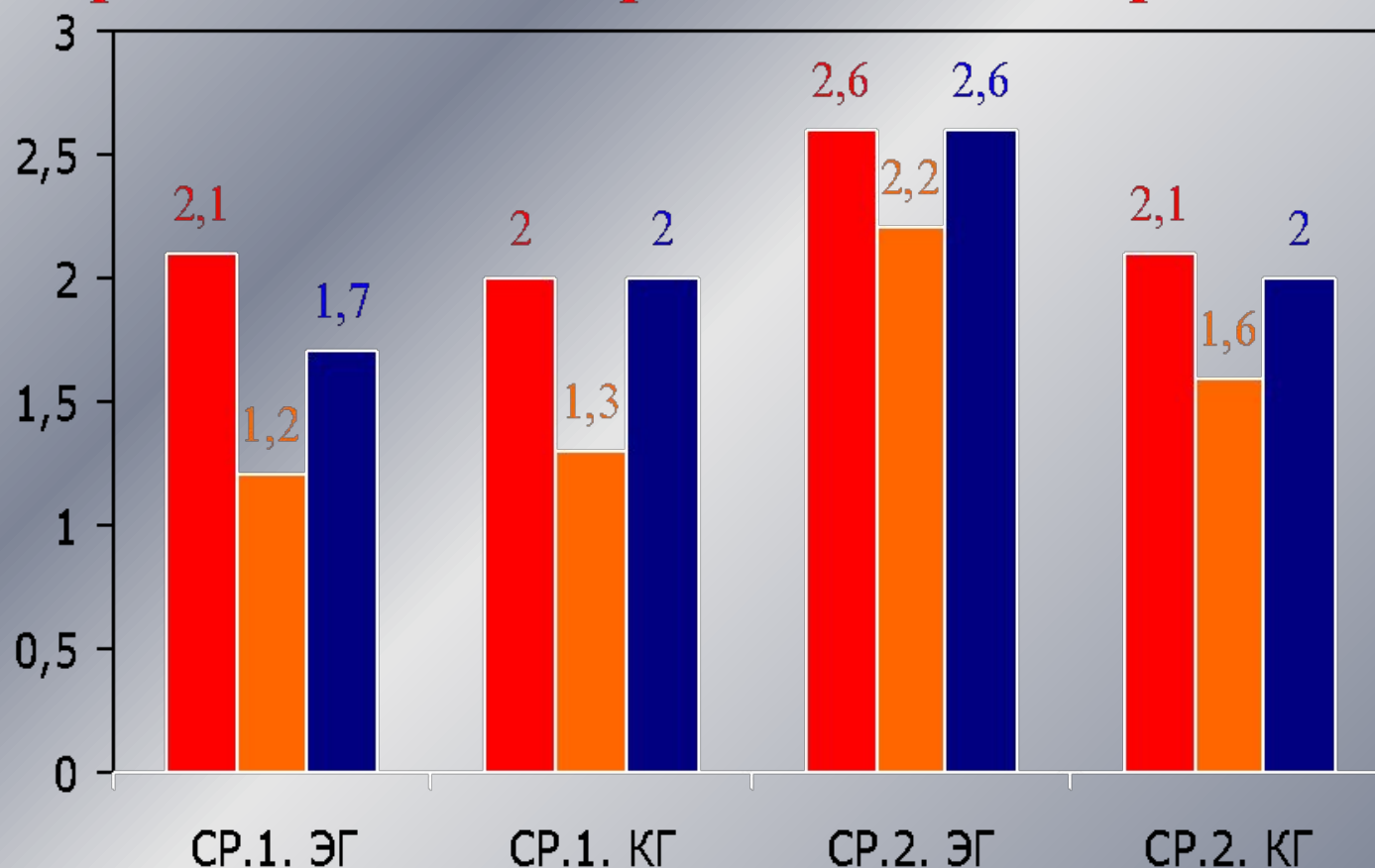




# Информированность о диагностике состояния организма

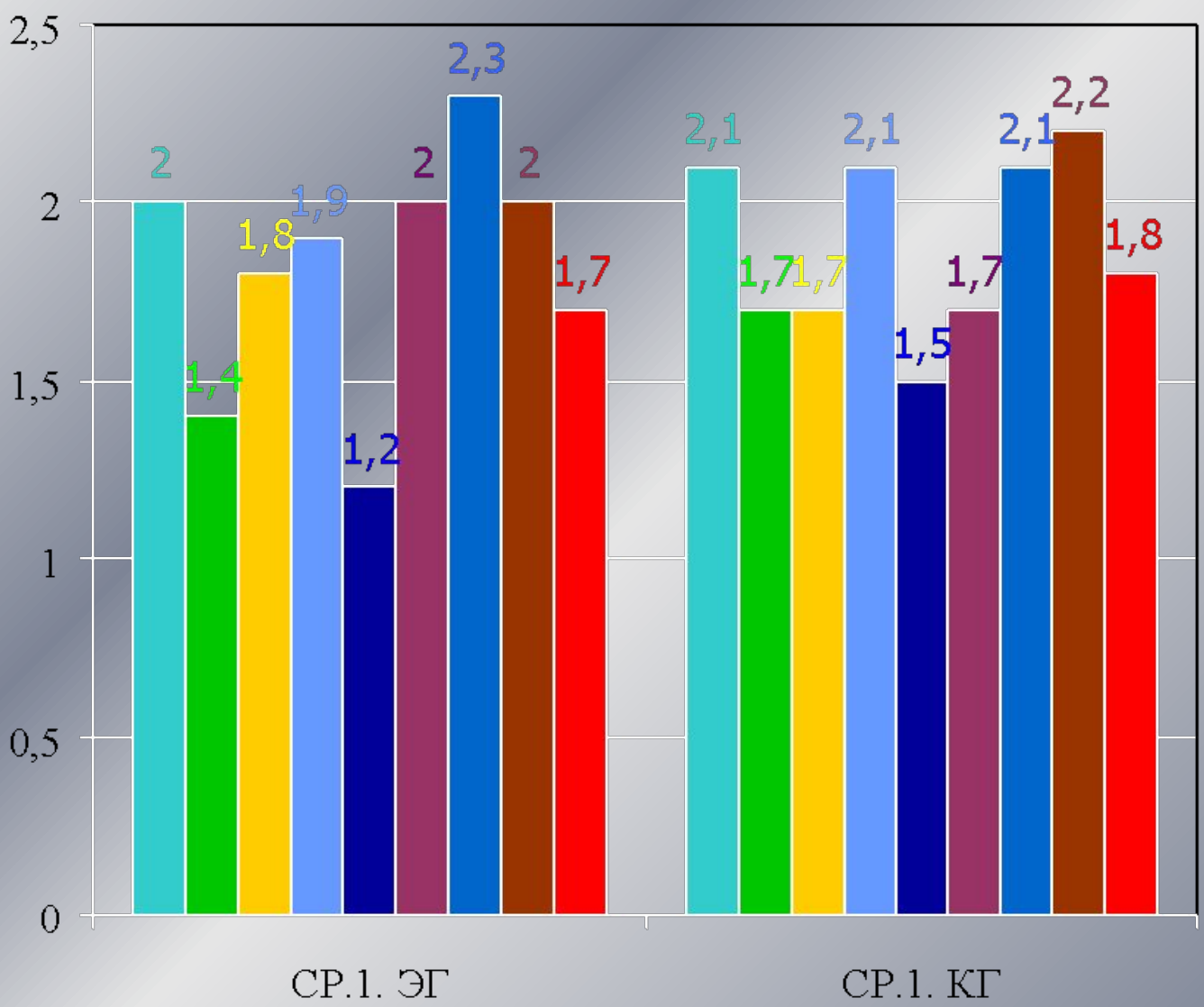


# Информированность о методиках сохранения здоровья и оздоровления



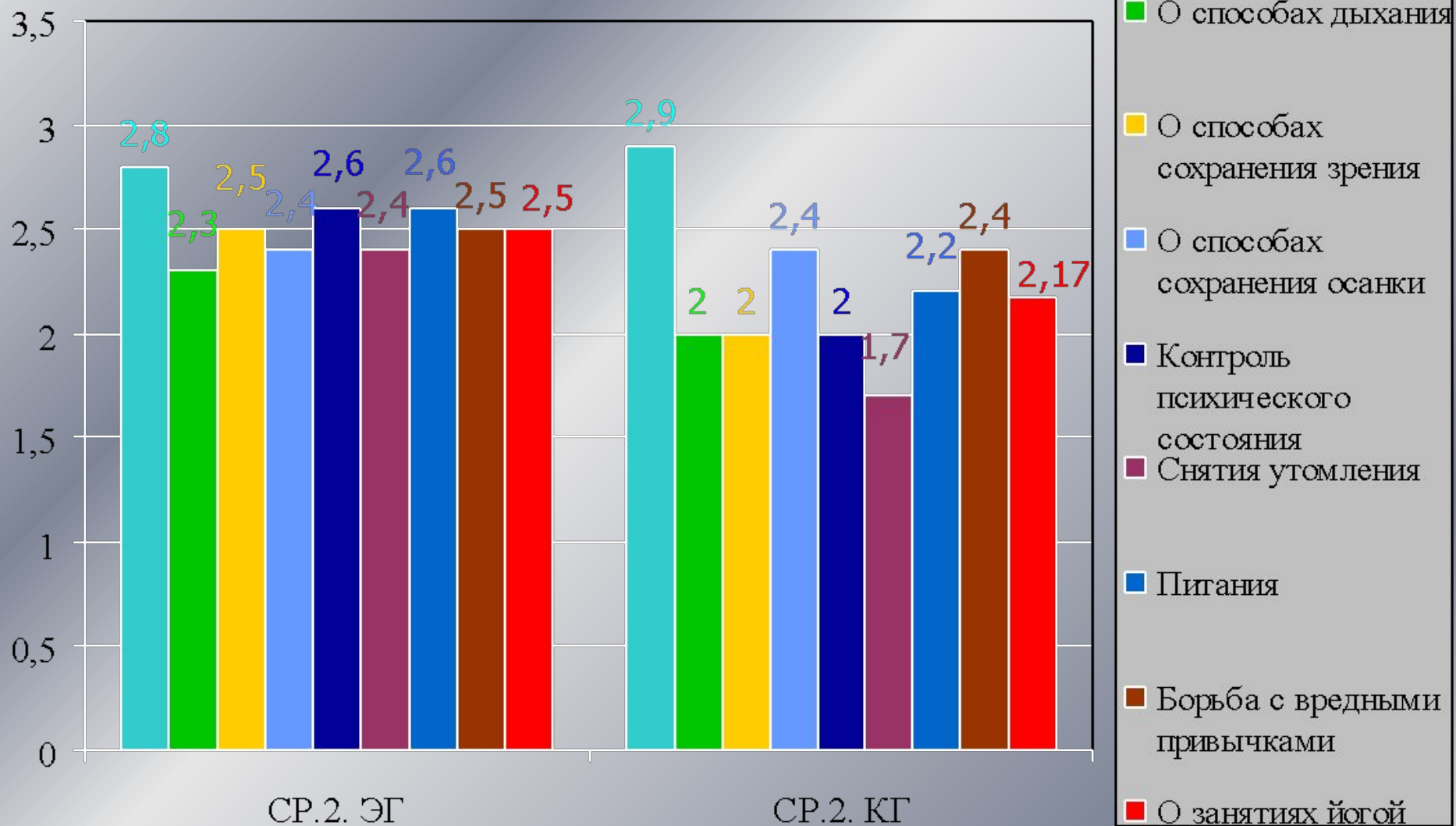
- Об оздоровительных методиках
- О здоровьесберегающих технологиях
- О народных методах

# Информированность о способах сохранения здоровья до эксперимента

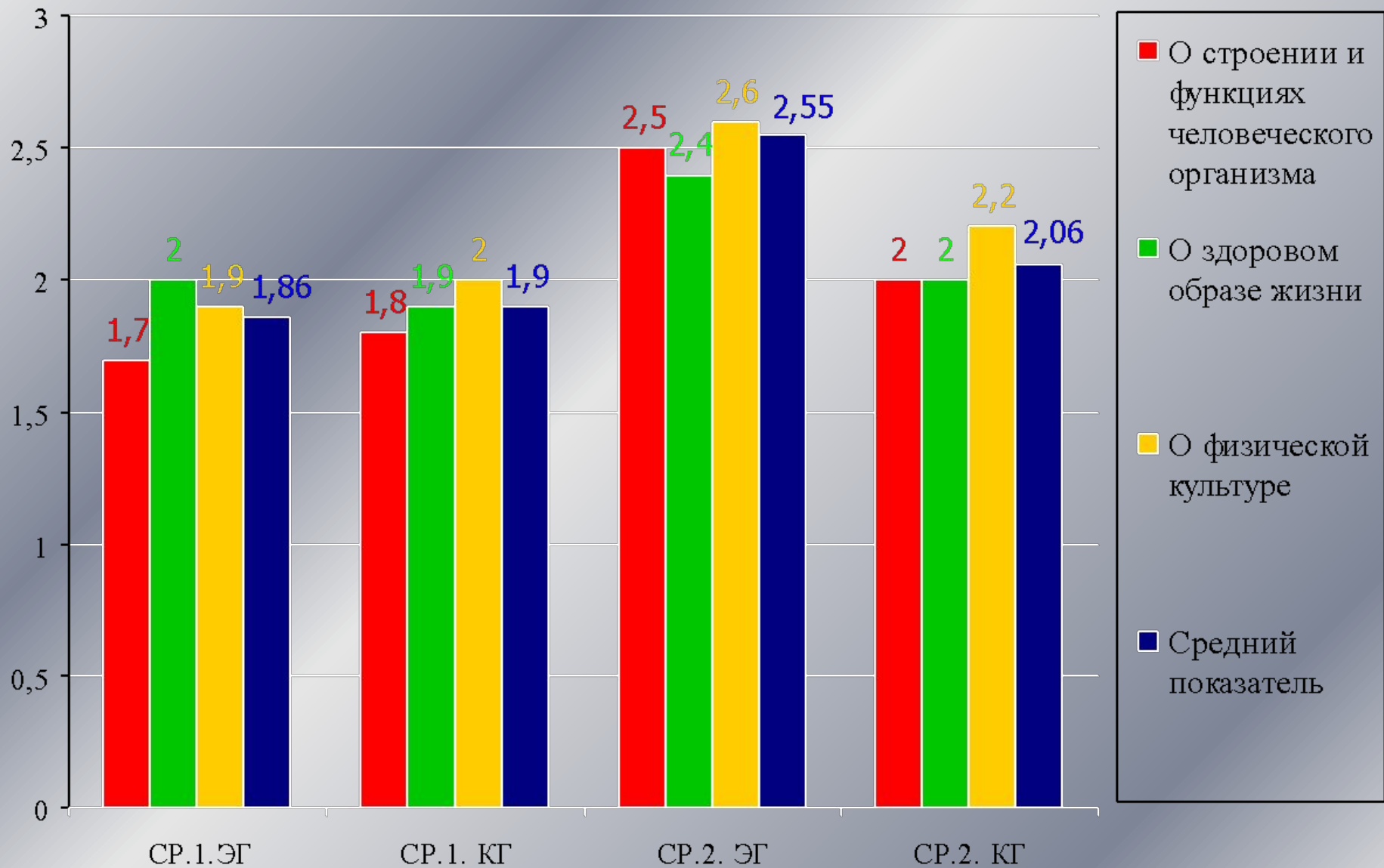


- О правилах гигиены
- О способах дыхания
- О способах сохранения зрения
- О способах сохранения осанки
- Контроль психического состояния
- Снятия утомления
- Питания
- Борьба с вредными привычками
- О занятиях йогой

# Информированность о способах сохранения здоровья после эксперимента



# Общая информированность





# Выводы

1. Проведенный историко-педагогический анализ на основе использования интерпретации фактов, ситуаций и явлений позволил выявить общее в осуществлении изучаемого феномена в различные исторические периоды у разных народов. Работа по сохранению здоровья учащихся носила эпизодический фрагментарный характер, систематический характер стала приобретать во II половине XX столетия. Основными факторами восстребованности в решении проблемы здоровьесбережения является ухудшение общего состояния здоровья учащихся.

2. Проведенный анализ теории и практики использования здоровьесберегающих технологий показывает, что существенный эффект приносит применение педагогических средств в процессе сохранения и укрепления здоровья учащихся. Создание педагогической здоровьесберегающей среды в школе, повышение информированности учителей, учащихся, психологов и валеологов. Одним из направлений сохранения здоровья учащихся является формирование готовности к здоровьесбережению.

**3. Организация программно-информационного обеспечения позволяет:**

- **определить содержание формирования готовности учащихся к здоровьесбережению в учебном процессе и во внеклассной работе;**
- **разнообразить формы и методы работы с учащимися по здоровьесбережению.**

**Интеграция учебно-предметной, факультативной работы по здоровьесбережению учащихся как педагогическое условие создает возможности использования преимущественных средств, форм и методов здоровьесбережения.**

**4. В целях повышения эффективности формирования готовности учащихся к здоровьесбережению была разработана интегративная программа сохранения здоровья в ходе учебно-воспитательного процесса, включающая систему семинаров, практических занятий, тренингов. Исследование показало, что при соблюдении педагогических условий реализации интегративной программы происходит осознание учащимися старших классов необходимости сохранять свое здоровье, а также приобретение знаний и умений здоровьесбережения.**

# Стерлитамакский техникум физической культуры

