

Study of the level of knowledge the younger students about the value attitude to health Grigorieva D. (Russian Federation)

Исследование уровня знаний младших школьников о ценностном отношении к здоровью

Григорьева Д. И. (Российская Федерация)

Григорьева Диана Ильинична / Grigorieva Diana – студент,
кафедра начального образования,
Педагогический институт

Северо-Восточный федеральный университет имени М. К. Аммосова, г. Якутск

Аннотация: рассмотрены теоретические основы ценностного отношения к здоровью детей младшего школьного возраста. В практической части определяется уровень знаний о здоровье, предлагается программа по формированию ценностного отношения к здоровью.

Abstract: the theoretical basis of the valuable relation to the health of children of primary school age. In the practical part is determined by the level of knowledge about health, it proposes a program for the formation of the valuable relation to health.

Ключевые слова: здоровье, здоровье человека, формирование здорового образа жизни, ценностное отношение к здоровью, младший школьник.

Keywords: health, human health, promotion of healthy lifestyles, value attitude to health, junior high school student.

Здоровье — это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов. Это первая и важнейшая потребность человека, определяющая способность его к труду и обеспечивающая гармоническое развитие. Перед школой сегодня стоит задача не только обучения, но и воспитания ценностного отношения к своему здоровью, поскольку только здоровый ребенок способен успешно освоить школьную программу.

Проблемой нашего исследования является определение уровня знаний младших школьников о здоровье. Диагностика проводилась в 2016-2017 учебном году в 3-м классе Едяйской средней школы Хангаласского улуса. С целью получения информации об изучаемой проблеме была использована анкета Ю. В. Науменко [1]. Вопросы направлены на выявление представлений детей о здоровье, включая их представления о состоянии своего здоровья, отношения к физическим упражнениям.

По результатам анкеты следует отметить, что понятие здорового образа жизни у большинства младших школьников связано с понятием «спорт» (69%) и «правильное питание» (19%), остальные 12% отождествляют здоровый образ жизни с соблюдением режима дня, полноценным сном и ежедневными прогулками. На основе полученных данных можно судить о том, что учащиеся имеют определенные представления о здоровье и знакомы лишь с некоторыми его компонентами.

Относительно состояния здоровья выявлено следующее: 68% школьников считает свое здоровье отличным, что указывает на отсутствие заболеваний и, соответственно, отсутствие пропусков учебных занятий по причине болезни; 30% отмечают свое здоровье недостаточно крепким, потому как болеют, но не столь часто, и пропускают занятия раз в один—два месяца и реже, 2% еженедельно вынуждены отсутствовать в образовательном учреждении по причине болезни.

Занятиям спортом младшие школьники уделяют особое внимание, так, из ответов видно, что 62% учеников занимаются в школьных секциях. Уроки физкультуры посещают с положительным настроением и занимаются с полной отдачей 84% учащихся, 60% регулярно выполняют дома утреннюю зарядку. После учебного дня чувство усталости присутствует у 82% учащихся, что может свидетельствовать об избытке получаемой информации в школе, чрезмерной двигательной активности или ее отсутствии во время перемен, на уроках физической культуры и других занятиях, неполноценном питании, сне и т. д.

Для выявления уровня сформированности знаний о компонентах здорового образа жизни и определения ценности ЗОЖ была использована анкета «Отношение детей к ценности здоровья и здорового образа жизни» (М. В. Гребнева) [2]. Анализ результатов анкеты показал, что высокий уровень знаний правил пользования средствами гигиены имеют 62% учащихся. Высокая осведомленность о правилах организации режима питания отмечается у 87% школьников. С основными правилами гигиены хорошо знакомы 66%, а правилами оказания первой помощи владеют 25%. Высокую ценность здоровья выбрали в иерархии других общечеловеческих ценностей лишь 15%. В данный перечень входили такие ответы, как «много знать и уметь», «быть здоровым», «быть самостоятельным» и «жить в счастливой семье». Для 73% младших школьников ценность здоровья не является наивысшей, а остальные не считают ее главной в своей жизни.

Правильно организованный режим дня — одно из важнейших условий здорового образа жизни, и по результатам анкеты требованиям ЗОЖ соответствует распорядок дня у 30% ребят, у которых ежедневно присутствует утренний зарядка, завтрак, обед и ужин, сон не менее 8 часов, занятия спортом. У 70% наблюдается недостаточное соответствие правильному режиму дня, в основном отсутствуют ежедневная утренний зарядка, прогулки на свежем воздухе, полноценный сон.

В последнее время в образовательных учреждениях проводятся различные мероприятия, направленные на формирование знаний о здоровом образе жизни: классные часы, лекции о здоровье, экскурсии и т. д. Значимость мероприятий, проводимых в школе для формирования здорового образа жизни, высока для половины младших школьников. Особый интерес составляют спортивные соревнования, викторины, конкурсы, игры и показ

фильмов на тему здорового образа жизни. Для 37% организованные занятия не представляют особой важности.

В конечном подсчете баллов по всем показателям результат получился следующим: у 9% учеников сформирован высокий уровень представлений о ценности здоровья и здорового образа жизни. Эти учащиеся осознают важность выполнения и соблюдения требований здорового образа жизни, придерживаются их, имеют высокие знания в области укрепления и сохранения своего здоровья. У 51% — достаточный уровень представлений о здоровом образе жизни, но знания, тем не менее, ограничены, не конкретны, а ценность здоровья сохраняется, но может смещаться и на второй план. Настораживает то, что 40 % школьников имеют недостаточный уровень представления о здоровом образе жизни, их знания поверхностны, искажены либо не сформированы, а ценность здоровья не определена или занимает последние места в структуре ценностей.

Таким образом, результаты проведенных методик свидетельствуют о том, что уровень знаний младших школьников о здоровье и здоровом образе сформирован не полностью. В связи с этим рекомендуется проведение внеучебной работы по формированию у младших школьников ценностного отношения к здоровому образу жизни.

Литература

1. *Науменко Ю. В.* Анкета «Уровень сформированности знаний о ЗОЖ». [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://www.findsmarter.ru>. (дата обращения:
2. *Гребнева М. В.* Анкета «Отношение детей к ценности здоровья и здорового образа жизни». [Электронный ресурс]. Режим доступа: schule1277.ru/pages/docs/zozh/gz/monitoring2010.doc/ (дата обращения:
3. *Акимова М. К., Козлова В. Т.* Обучаемость и здоровье школьника / М. К. Акимова, В. Т. Козлова // Школа здоровья, 1996. Т. 2. № 2. С. 21-31.
4. *Ананьева Н. А., Ямпольская Ю. А.* Физическое развитие и адаптационные возможности школьников / Н. А. Ананьева, Ю. А. Ямпольская // Вестник РАМН, 1993. № 5. С. 19-24.
5. *Горцев Г. Я.* Энциклопедия здорового образа жизни. М.: Вече., 2001. 461 с.