Исследовательский подход деятельности школьников по формированию здорового образа жизни

Пичугина Ирина Николаевна, Республика Беларусь

Работа социально-педагогической и психологической служб учреждений образования

- Родительский клуб;
- Групповое и индивидуальное консультирование;
- Школа классного руководителя;
- Тренинговые занятия для учащихся и учителей;
- Исследовательская работа.

Цели исследовательской работы в сфере здоровья:

- поиск и систематизация информации о здоровье и здоровом образе жизни;
- анализ полученной информации;
- формирование собственной точки зрения на проблему;
- организация дискуссии о путях сохранения здоровья;
- создание социально значимой продукции: плакатов, буклетов, статей о здоровом образе жизни;
- использование результатов исследований на уроках и во внеурочной деятельности.

Особенности учебно-исследовательская деятельность школьников в сфере

здоровья:

1.СЛОЖНОСТИ В ВЫБОРЕ ТЕМЫ

Презентация исследовательской работы: «Рациональное питание гимназистов»



Темы исследовательских работ в сфере здоровья:

- Вода и ее влияние на жизнедеятельность человека.
- Телевизор и дети.
- Компьютер и физическое здоровье человека.
- Радиоизлучения. Влияние их на здоровье человека.
- Жевательная резинка. Стоматологическое здоровье детей.
- Методики снятия стрессов и способы предотвращения конфликтов.
- Терапия и фитодиетика против радиации.
- Психологическое воздействие сект на молодежь.
- Правила хранения продуктов и блюд.
- Аквааэробика.
- Культура питания.
- Рациональное питание школьников.
- Наркотики и их влияние на здоровье подростка.
- Стоматологическое здоровье школьника.
- Динамика состояния здоровья школьников.
- Несчастные случаи и их предупреждение.
- Мой дневник здоровья.
- Биологические ритмы и их влияние на здоровье.
- Соматотрпические измеренияв среди учащихся начальной школы.
- Определение работоспособности учащихся.
- Суточный энергетический рацион школьника.
- Гигиеническая оценка микроклимата помещений.
- Эколого-гигиеническая оценка школьных помещений.
- Состояние развития свода стопы у учащихся 6 классов.

Динамика количества исследовательских работ учащихся на секции «Здоровый образ жизни»

	2002	2003	2004	2005
	год	год	год	год
По	12	14	18	21
г. Жодино				
По ГУО «Гимназия №1»	2	3	4	7

2. АКТУАЛЬНОСТЬ РАЦИОНАЛЬНОГО ВЫБОРА ТЕМЫ ПО ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ

Презентация исследовательской работы: «Сравнительный анализ натуральных напитков (соков) и Кока-колы»





3.ВОСТРЕБОВАННОСТЬ ИНФОРМАЦИИ УЧАЩИМИСЯ ПО ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ

Приоритетная тематика профилактики вредных привычек

Профилактика вредных привычек

начальная школа (1-4кл.)

травматизм правильное питание режим дня и отдыха личная гигиена

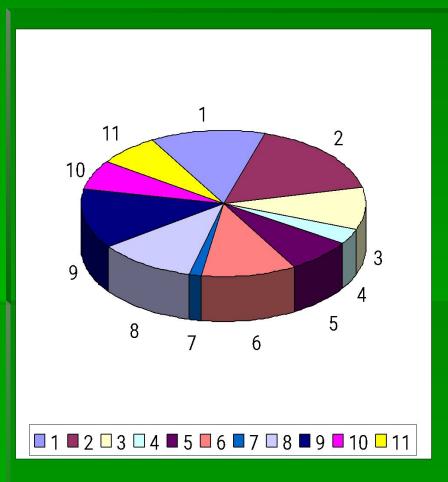
базовая школа (5-10кл.)

правильное питание курение,алкоголизм, наркомания травматизм

средняя школа (11-12кл.)

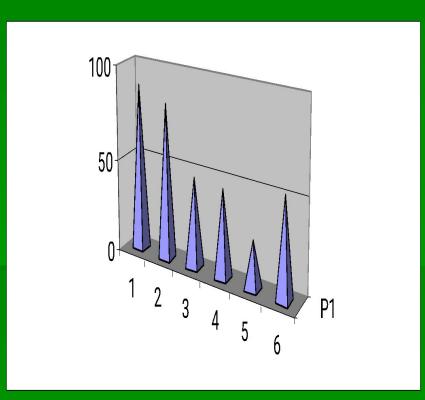
СПИД, наркомания, вензаболевания нравственно-половые отношения

Анализ ответов учащихся на вопрос: «Что полезного для себя вы узнали в процессе работы?»



- 1-о психологическом здоровье 30%
- 2-надо думать о здоровье раньше 38%
- 3-недостаточно занимаюсь спортом 21%
- 4-общение во многом зависит от нас 8%
- 5-данные о вредных привычках 17%
- 6-мой рацион питания не правильный 25%
- 7-лучше узнала своих друзей и родителей 3%
- 8-многое зависит от моего отношения 25%
- 9-все взаимосвязано 30%
- 10-если хочешь сохранить здоровье, надо перестраивать всю жизнь 15%
- 11-это должно стать регулярным и постоянным 15%

Анализ ответов учащихся на вопрос: «Что вы сейчас готовы сделать для сохранения собственного здоровья?»



- 1-правильно питаться 89%
- 2-заниматься спортом 82%
- 3-отказаться от вредных привычек 48%
- 4-соблюдать гигиену 46%
- 5-правильно отдыхать 25%
- 6-вести здоровый образ жизни 53%

4. ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ КАК СРЕДСТВО ФОРМИРОВАНИЯ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЙ МОЛОДЕЖНОЙ СРЕДЫ

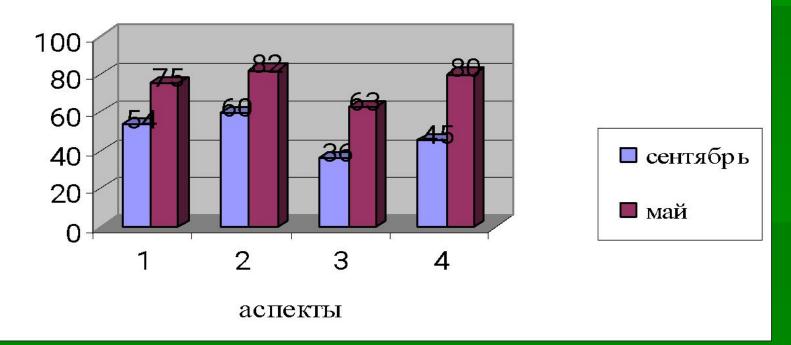
Презентация исследовательской работы: «Влияние шума на организм человека»



Анкета «Изучение уровня знаний и понятий по здоровому образу жизни»

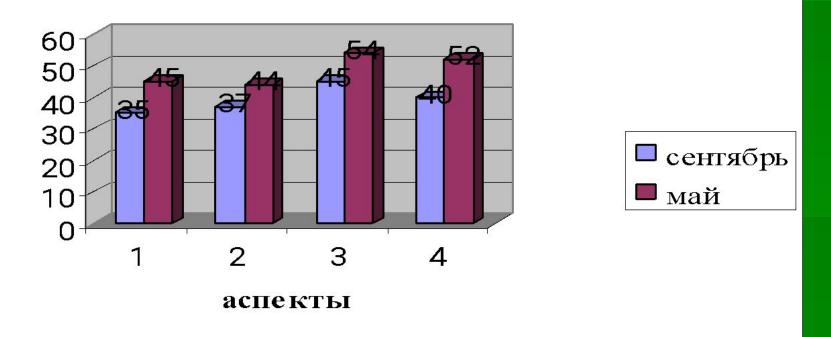
Часть 1	Часть 2		
Имя ученика:Класс:Дата	Имя ученика: Класс: Дата заполнения		
заполнения:	1. Что такое «здоровье»? Нужно ли тебе следить за своим здоровьем? - Да -Нет		
1. Ты знаешь, как устроен твой организм?(Да. Нет)			
Если знаешь, скажи, для чего человеку нужны: - Скелет			
- Мышцы	Если нужно, то зачем?		
- Сердце	Как ты следишь за своим здоровьем?		
- Легкие	Где в школе ты можешь узнать, как нужно следить за здоровьем?		
- Mose			
2. Нужно ли человеку двигаться? (Да.Нет); Если да, то зачем?	2. Тебе нравятся уроки физкультуры? -Да -Нет Почему?		
Нужно ли человеку бывать на свежем воздухе?(Да. Нет.). Если да, то зачем?	3. Тебе нравятся уроки валеологии? -Да -Нет Почему?		
3. Зачем нужны физкультминутки на уроках?			
4. Что такое «режим дня»?	4. Какое у тебя обычно настроение?		
Для чего он нужен?	Каким цветом можно раскрасить твое настроение? 5. Что ты будешь делать в свободное время? Смотреть телевизор - наблюдать за природой Играть в компьютерную игру - играть с котенком		
Где в школе ты можешь прочитать правильный режим			
дня			
Ты выполняешь режим дня? - Да -Нет			
Почему?			
5. Что такое «Правила гигиены»? Для чего они нужны?			
Какие правила гигиены ты любишь выполнять?	Слушать громкую музыку - слушать пение птиі		
Почему?			
Какие правила гигиены ты не любишь выполнять?			
Почему?			

Динамика изменения отношения учащихся к различным аспектам собственного здоровья (эксперименгальная группа)



- 1. Знание о строении организма человека;
- 2. Необходимость следить за здоровьем;
- 3. Интерес к урокам физической культуры;
- 4. Практические умения и навыки по охране собственного здоровья

Динамика изменения отношения учащихся к различным аспектам собственного здровья (контрольная группа)

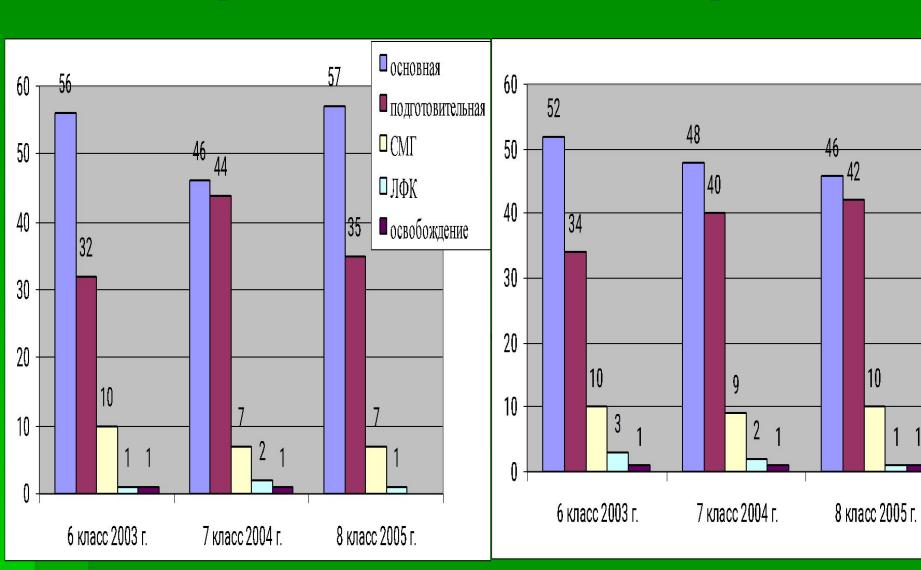


- 1. Знание о строении организма человека;
- 2. Необходимость следить за здоровьем;
- 3. Интерес к урокам физической культуры;
- 4. Практические умения и навыки по охране собственного здоровья.

Распределение учащихся по медицинским группам для занятий физической культурой

экспериментальная

контрольная



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!