

УДК 37.018.2

МЕТОД УЧЕБНЫХ ПРОЕКТОВ КАК СПОСОБ ФОРМИРОВАНИЯ МОТИВАЦИИ К ВЕДЕНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ВОСЬМИКЛАССНИКОВ

Чичинина С.В., Парфенюк Р.Д.

*ФГБОУ ВО «Хакасский государственный университет им. Н.Ф. Катанова», Абакан,
e-mail: chichininasv@gmail.com*

В статье рассматриваются вопросы формирования мотивации к здоровому образу жизни у восьмиклассников. Проведена диагностика среди обучающихся 8 «А» класса МОБУ «СОШ № 47» г. Минусинска, по результатам которой выявлено, что большая часть учащихся имеет средний уровень мотивации к ведению ЗОЖ. Обучающиеся не выделяют такую ценность, как «здоровье и ведение ЗОЖ», в качестве приоритетной и высокодоминантной. В наибольшей степени выражена эмоциональная шкала (удовлетворение от ощущения себя здоровым), в то время как по шкале поступков и познавательной шкале были получены низкие баллы. Повышению мотивации и заинтересованности обучающихся на уроках может способствовать применение современных образовательных технологий в процессе обучения. Предложена модель организации образовательного процесса при изучении раздела «Здоровый образ жизни и его составляющие» с использованием учебных проектов. Предлагается организовать работу в виде краткосрочных или мини-проектов. Такая организация учебной деятельности позволяет задействовать в ходе урока каждого обучающегося. Учебный проект способствует организации самостоятельной деятельности обучающихся, самостоятельной формулировке цели и проблемы, поиску и анализу информации по ЗОЖ, прогнозированию результатов и в целом формированию ответственного отношения к своему здоровью, достижению предметных и метапредметных образовательных результатов.

Ключевые слова: образование, мотивация, здоровый образ жизни, образовательные технологии, метод учебных проектов, основы безопасности жизнедеятельности, обучающиеся

THE METHOD OF EDUCATIONAL PROJECTS AS A WAY OF FORMING MOTIVATION TO LEAD A HEALTHY LIFESTYLE IN EIGHTH GRADERS

Chichinina S.V., Parfenyuk R.D.

Khakass State University. N.F. Katanov, Abakan, e-mail: chichininasv@gmail.com

The article deals with the formation of motivation for a healthy lifestyle in eighth graders. Diagnostics was carried out among students of the 8th «A» class of MOBU «SOSH No. 47» of Minusinsk, according to the results of which it was revealed that most of the students have an average level of motivation to conduct a healthy lifestyle. Teachers do not single out such a value as «health and maintaining a healthy lifestyle» as a priority and high-priority. The emotional scale (satisfaction from feeling healthy) is the most pronounced, while low scores were obtained on the scale of actions and the cognitive scale. The use of modern educational technologies in the learning process can help to increase the motivation and interest of students in the classroom. The model of organization of the educational process in the study of the section «Healthy lifestyle and its components» using educational projects is proposed. It is suggested to organize the work in the form of short-term or mini-projects. This organization of educational activities allows you to involve each student during the lesson. Training the project contributes to the organization of independent work of students, independent of goals and problems, search and analysis of information on healthy lifestyles, forecasting results, and overall commitment to their health, the achievement of subject and metasubject educational outcomes.

Keywords: education, motivation, healthy lifestyle, educational technologies, method of educational projects, basics of life safety, students

В современном мире особую актуальность приобретают вопросы охраны, сохранения здоровья детей, привития ценностных ориентаций к сознательному ведению и пропагандированию здорового образа жизни (ЗОЖ). В нормативно-правовой базе эти ориентиры являются приоритетными в образовательной политике РФ, подтверждение чему можно найти в Национальной доктрине образования в РФ до 2025 г., Федеральном законе РФ «Об образовании в Российской Федерации», Основных направлениях модернизации образования и иных актах. Так, в Национальной доктрине образования в РФ в разделе «Ос-

новные задачи государства в сфере образования» в качестве приоритетных задач выделено государственное обеспечение всесторонней заботы о здоровье и физическом воспитании и развитии учащихся. В Федеральном законе «Об образовании в Российской Федерации» регламентируется деятельность образовательных учреждений по обеспечению охраны здоровья обучающихся (ст. 41) [1, 2]. Согласно ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», важнейшей задачей общего и профессионального образования является обучение человека основам здорового образа жизни.

Существующие в настоящее время системы обучения детей здоровому образу жизни сконцентрированы в основном на информационном уровне, ребёнку передаются «правильные» знания, но они не обязательно служат прообразом «правильного» поведения, а значит, необходим качественно новый способ формирования у детей мотивации и потребности в ведении ЗОЖ. Одним из методов, способных устранить этот пробел, может стать метод проектов, получающий всё большее распространение в современных школах. Метод проектов помогает подросткам самостоятельно формулировать цели и пути их реализации, в ходе совместной деятельности возможно выявить, что дети знают о здоровье, что их интересует, повысить заинтересованность и мотивацию к изучению предмета.

Цель работы: выявление возможности применения метода учебных проектов, способствующих формированию мотивации к ведению ЗОЖ, на уроках ОБЖ у обучающихся 8 класса МОБУ «СОШ № 47» г. Минусинска.

Материалы и методы исследования

Практическое исследование проводилось на базе МОБУ «СОШ № 47» г. Минусинска.

В исследовании приняли участие ученики 8 класса в количестве 22 человека, из них 13 девочек и 9 мальчиков. Возраст испытуемых на момент проведения диагностики составлял 13–14 лет. Для выявления уровня сформированности мотивации к ведению ЗОЖ у обучающихся восьмого класса мы провели диагностику по методике С. Дерябо и В. Ясвина «Индекс от-

ношения к здоровью» [3]. В качестве второй методики для диагностики нами была выбрана методика «Определение общего уровня сформированности культуры здоровья школьников», автор – Н.С. Гаркуша [4]. Цель методики – выявление наличия у обучающихся понимания ценности и значимости здоровья, ведения здорового образа жизни. Методика ориентирована на обучающихся 5–9 классов.

Результаты исследования и их обсуждение

Согласно данным, полученным с помощью диагностики по методике «Индекс отношения к здоровью» С. Дерябо, В. Ясвина, 18% восьмиклассников имеют высокий уровень мотивации к ведению ЗОЖ, 59% – средний, 23% – низкий уровень. Результаты диагностики представлены на рис. 1.

Анализ полученных результатов показал, что 23% обучающихся в классе оценивают здоровье как высокодоминантную ценность (1 или 2 позиция из 7 предложенных), 9% обучающихся в классе оценивают здоровье как низкодоминантную ценность (6 или 7 позиция среди предложенных), все остальные – 68% – оценивают приоритет здоровья и здорового образа жизни в числе средних (3–5 позиции из 7). Можно отметить, что в ходе проведения диагностики наибольшее количество низких баллов было получено по шкале поступков и познавательной шкале, что свидетельствует о том, что испытуемые не стремятся в привычной жизни повлиять на членов своей семьи и ближайшее окружение с тем, чтобы они вели здоровый образ жизни, а также не готовы к самостоятельному поиску информации, касающейся здоровья и ЗОЖ.

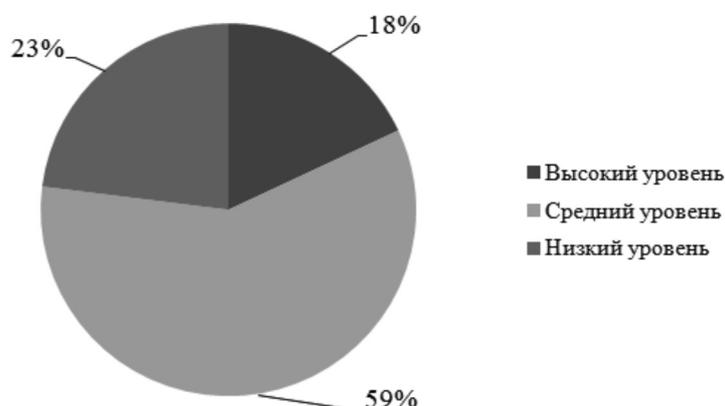


Рис. 1. Уровни сформированности мотивации к ведению ЗОЖ (по методике «Индекс отношения к здоровью» С. Дерябо, В. Ясвина, 1989)

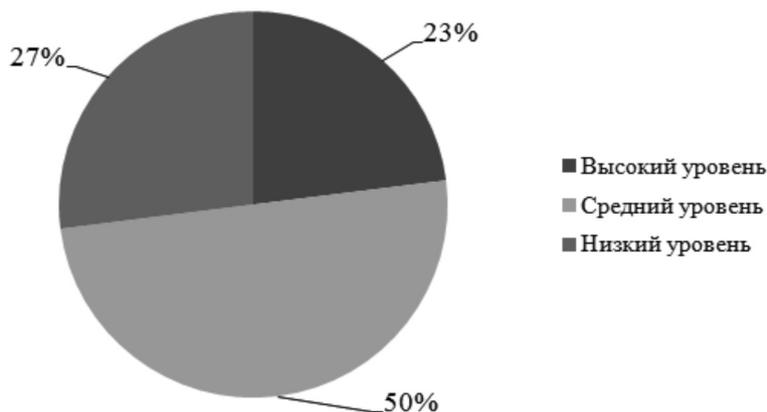


Рис. 2. Уровни сформированности культуры ЗОЖ у обучающихся (по методике «Определение общего уровня сформированности культуры здоровья школьников» Н.С. Гаркуша, 2013)

Однако высокие баллы по эмоциональной шкале свидетельствуют о том, что подросткам доставляет эмоциональное удовлетворение хорошее здоровье, внешняя красота. Подростки не задумываются, что тот потенциал здоровья, который они имеют от рождения, необходимо беречь и сохранять.

Все ребята, получившие высокие баллы по результатам диагностики, занимаются в спортивных секциях, ходят в туристические походы, предпочитают активный отдых, двое занимаются плаванием.

В целом результаты, полученные с помощью методики «Определение общего уровня сформированности культуры здоровья школьников» Н.С. Гаркуша, подтверждают результаты, полученные по методике С. Дерябо, В. Ясвина: большинство подростков в исследуемом классе (50%) имеют средний уровень сформированности культуры ЗОЖ, 27% – показали низкий уровень, и только для 23% подростков характерен высокий уровень сформированности культуры ЗОЖ (рис. 2). Только 6 подростков из 22 характеризуются осознанным отношением к собственному здоровью, ориентированы на его сохранение, ведение здорового образа жизни, 11 подростков понимают важность здоровья лишь частично, самостоятельный поиск информации о здоровье и его сохранении носит эпизодический характер. Пять подростков из 22 прошедших диагностику характеризуются отсутствием понимания ценности и значимости здоровья, низкой мотивированностью к ведению ЗОЖ, такие подростки склонны к ведению образа жизни, способствующего развитию болезней.

Таким образом, результаты диагностики говорят о том, что необходимо проводить

работу, направленную на повышение мотивации к ведению здорового образа жизни, а также на формирование понимания здоровья как высшей ценности.

Согласно Примерной программе основного общего образования, учебный предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» в МОБУ «СОШ № 47» г. Минусинска изучается в основной школе с 5 по 9 класс, а также на ступени старшей школы в 10–11 классах. Нами для диагностики и выявления возможности применения метода учебных проектов на уроках ОБЖ как способа формирования мотивации к ведению ЗОЖ был выбран 8 класс, поскольку подростки (13–14 лет) наиболее чувствительны к внешнему воздействию, в этом возрасте происходит активное формирование и становление личности, закрепляются черты, которые будут характерны для личности и в более зрелые годы. Влияние внешней среды на подростка может быть как положительным, так и отрицательным (негативные образцы поведения, отсутствие мотивации к ЗОЖ в компании подростка, у родителей, негативные примеры в СМИ, кинематографе и т.д.), а потому особенно важно сформировать у подростка понимание ценности своего здоровья, важности ведения ЗОЖ, критического оценивания информации, касающейся здоровья. Кроме того, в 8 классе в примерной учебной программе выделен достаточно большой блок (11 ч из 34) для изучения темы «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» [5].

В диагностируемом классе (8 «А») МОБУ «СОШ № 47» г. Минусинска, согласно образовательной программе, на изучение предмета ОБЖ отводится 1 ч в не-

делю (34 ч в год). Учебный план разработан в соответствии с учебником «Основы безопасности жизнедеятельности» А.Т. Смирнова, Б.О. Хренникова (2019) [6] и состоит из двух модулей: «Основы безопасности личности, общества и государства» (23 ч) и «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» (11 ч).

Непосредственно на изучение раздела «Основы здорового образа жизни» отводится 7 ч. При этом объём материала, запланированный для изучения, достаточно большой (здоровье как основная ценность человека, индивидуальное здоровье человека, компоненты здоровья, основы ЗОЖ, профилактика неинфекционных заболеваний, вредные привычки и т.д.). Требования к образовательным результатам по освоению данного блока достаточно высокие: обучающийся должен научиться понимать необходимость ведения ЗОЖ, знать определение здоровья, виды здоровья, факторы, влияющие на здоровье, уметь предвидеть потенциальные опасности и проектировать свои действия в ситуации опасности для жизни и здоровья, знать понятие репродуктивного здоровья, знать классификацию неинфекционных заболеваний, знать основные способы профилактики вредных привычек и т.д.

На наш взгляд, отведённого программой количества часов недостаточно, чтобы достичь качественных результатов по разделу «Основы здорового образа жизни», необходимо повысить заинтересованность и мотивацию обучающихся к изучению темы, использовать современные активные и интерактивные методы, современные образовательные технологии на уроках ОБЖ, а также использовать возможности внеурочной деятельности для формирования компетенции «быть здоровым» у обучающихся. В пользу необходимости повышения мотивации к ЗОЖ говорят и результаты диагностики исходного уровня мотивации восьмиклассников к ведению ЗОЖ: только 18% восьмиклассников по результатам методики С. Дерябо, В. Ясвина показали высокий уровень мотивации к ведению ЗОЖ, что недостаточно. При этом 23% обучающихся по результатам этой же методики показали низкий уровень мотивации к ЗОЖ, что может со временем послужить причиной отклонений в здоровье.

Более детально проработать материал раздела «Основы здорового образа жизни», повысить заинтересованность и мотивацию каждого обучающегося к ведению здорового образа жизни, выявить индивидуальные склонности и интересы при изучении темы поможет метод учебных проектов.

Мы полагаем, что из семи тем, запланированных для изучения в разделе «Здоровый образ жизни и его составляющие», можно реализовать метод проектов при изучении практически любой темы, кроме последней (подведение итогов по теме, тестирование). Однако работа над проектом требует определённых затрат времени, как на подготовку, так и на защиту продукта, поэтому целесообразнее использовать метод проектов в том случае, если тема изучается в течение нескольких уроков, хотя бы двух. Использовать мини-проект на каждом уроке при изучении темы тоже считаем нецелесообразным, поскольку один и тот же тип деятельности в течение нескольких уроков подряд может наскучить подросткам, что повлечёт не повышение, а снижение учебной мотивации.

Предлагаемая модель применения метода учебных проектов при изучении раздела «Здоровый образ жизни» на уроках ОБЖ представлена в таблице.

В предлагаемой модели четыре урока из семи в разделе «Здоровый образ жизни и его составляющие» проводятся с использованием метода учебных проектов: «Здоровье как основная ценность человека. Индивидуальное здоровье человека, его физическая, духовная и социальная значимость», «Вредные привычки и их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек. Здоровый образ жизни и безопасность жизнедеятельности». Учитель помогает обучающимся выявить их интересы, совместно сформулировать тему и цель проекта, актуализировать имеющиеся знания, найти и систематизировать новую информацию. Проект может быть и междисциплинарным, ориентированным на применение знаний из области химии, биологии, экологии, обществознания, истории, например: «Курение: вредная привычка или целенаправленное отравление организма ядами», «Здоровое питание и красота», «Алкоголизм в России: современное состояние проблемы, общественная угроза, исторический аспект». Проект может быть практико-ориентированным, продуктом проекта может стать разработка памяток, буклетов, коллажей по профилактике вредных привычек, паспортов индивидуального и группового здоровья и иных вариантов творческих продуктов.

Проектирование предполагает соединение теоретических знаний, практических навыков и умений, полученных в ходе учебного процесса с формированием активной жизненной позиции. Использование проектного метода в учебно-воспитательном процессе позволяет развивать творческое мышление и воображение ребенка.

Модель применения метода учебных проектов на уроках ОБЖ при изучении раздела «Здоровый образ жизни и его составляющие»

Тема	Вид проекта	Деятельность учащихся	Деятельность учителя
<p>Здоровье как основная ценность человека. Индивидуальное здоровье человека, его физическая, духовная и социальная значимость (2 ч)</p> <p>Вредные привычки и их влияние на здоровье</p> <p>Профилактика вредных привычек. Здоровый образ жизни и безопасность жизнедеятельности</p>	<p>Исследовательский / Групповой / Творческий / Мини-проект</p> <p>Исследовательский / Групповой / Крагросрочный / Междисциплинарный / Творческий / Практико-ориентированный</p>	<p>1 урок. Постановка цели и задач урока. Обучающиеся работают в группах по 4-5 человек. Формулируют проблему, цели и задачи проекта, осуществляют поиск необходимой информации в учебнике, интернете. Обучающиеся в составе проектных групп определяют уровень индивидуального здоровья по системе Г.Л. Алансенко (ЖЕЛ, масса тела, ЧСС, динамометрия). Все результаты фиксируются в тетради. После этого создаётся «Паспорт здоровья» мини-группы (творческое задание).</p> <p>2 урок. Защита продуктов проектов. Обучающиеся представляют к защите «Паспорт здоровья» от каждой группы. Отвечают на вопросы учителя, участвуют в групповой дискуссии, обоснованно и аргументированно высказывают своё мнение. Рефлексия</p>	<p>1 урок. Перед началом работы над проектом учитель организует актуализацию знаний, полученных по основам ЗОЖ в прошлые годы обучения, запись ключевых понятий темы в тетрадь.</p> <p>Совместная с обучающимися постановка цели и задач урока, помощь в организации начала работы над проектом. Помогает обучающимся при возникновении затруднений, наблюдает за ходом работы.</p> <p>2 урок. Организует защиту групповых проектов. Организует групповую дискуссию, обсуждение результатов. Какой уровень физического здоровья характерен для большинства человек в классе? Какие факторы влияют на здоровье? Какие виды здоровья, помимо физического, можно выделить? Какова роль физического здоровья в жизни человека? Какова значимость здоровья отделив взятого человека в масштабах государства? В конце урока – организация рефлексии</p> <p>1 урок. Организует актуализацию знаний по теме «Вредные привычки». Записывает на доске вредные привычки, которые называют обучающиеся. Формулирует цели, задачи урока совместно с обучающимися. Класс делится на группы, по количеству выделенных вредных привычек. Организует начало работы над проектом. Задача обучающихся: раскрыть основные особенности «своей» вредной привычки, выявить влияние на здоровье, проанализировать данные статистики о распространённости этой вредной привычки, выявить и предложить свои способы и методы профилактики, составить памятку, буклет, коллаж, направленный на профилактику этой привычки. По ходу выполнения наблюдает за обучающимися, помогает при возникновении затруднений.</p> <p>2 урок. Организует защиту продуктов проектов. Организует обсуждение результатов: Каково опасность для каждого человека и общества в целом представляют вредные привычки? Какие наиболее действенные средства профилактики вредных привычек можно предложить? Подводит итоги, рефлексия</p>

Выводы

1. Анализ теоретических и методологических аспектов формирования мотивации к ведению ЗОЖ в условиях ФГОС показал, что одним из основных приоритетов современного личностно-ориентированного образования является сохранение здоровья обучающихся, формирование сознательных установок на ведение ЗОЖ, воспитание отношения к своему здоровью как к высшей ценности. Мотивацию к ЗОЖ можно определить как систему потребностей, интересов, целей, идеалов, которые побуждают человека к действиям, направленным на сохранение и улучшение своего здоровья. Формирование мотивации к ЗОЖ возможно через воспитание у обучающихся культуры общения, бережного отношения к своему здоровью, положительных привычек ведения ЗОЖ, культуры личной безопасности, а также организации здоровьесберегающей образовательной среды.

2. При оценке уровня сформированности мотивации к ведению ЗОЖ у обучающихся 8 «А» класса МОБУ «СОШ № 47» г. Минусинска было выявлено, что большая часть обучающихся имеет средний уровень мотивации к ведению ЗОЖ. Обучающиеся не выделяют такую ценность, как «здоровье и ведение ЗОЖ», в качестве приоритетной и высокодоминантной. В наибольшей степени выражена эмоциональная шкала (удовлетворение от ощущения себя здоровым), в то время как по шкале поступков и познавательной шкале были получены низкие баллы для большинства обучающихся. Повышению мотивации и заинтересованности обучающихся на уроках может способствовать применение современных образовательных технологий в процессе обучения, активных методов.

3. Применение метода проектов на уроках ОБЖ, на наш взгляд, будет способствовать формированию мотивации к ведению ЗОЖ у обучающихся 8 класса МОБУ «СОШ

№ 47» г. Минусинска. Нами предложена модель организации образовательного процесса при изучении раздела «Здоровый образ жизни и его составляющие» с использованием учебных проектов: на 1–2 («Здоровье как основная ценность. Индивидуальное здоровье человека») и 5–6 («Вредные привычки. Профилактика вредных привычек») уроке предлагается организовать работу в виде краткосрочных или мини-проектов: работа над проектом на первом уроке и защита продуктов проекта – на втором. Такая организация учебной деятельности позволяет задействовать в ходе урока каждого обучающегося. Учебный проект способствует организации самостоятельной деятельности обучающихся, самостоятельной формулировке цели и проблемы, поиску и анализу информации по теме «ЗОЖ», прогнозированию результатов, что способствует формированию ответственного отношения к своему здоровью, достижению предметных и метапредметных образовательных результатов.

Список литературы

1. Российская Федерация. Законы. Об образовании в Российской Федерации: Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ. [Электронный ресурс]. URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/ (дата обращения: 07.07.2020).
2. Абаскалова Н.П. Методика обучения основам безопасности жизнедеятельности в школе: учеб. пособие для студентов пед. вузов. Новосибирск: АРТА, 2011. 304 с.
3. Методика «Индекс отношения к здоровью» С. Дeryбо, В. Ясвина // Мультиурок: физкультура. [Электронный ресурс]. URL: <https://multiurok.ru/index.php/files/metodika-indeks-otnosheniia-k-zdoroviu.html> (дата обращения: 07.07.2020).
4. Диагностика Н.С. Гаркуша «Определение общего уровня сформированности культуры здоровья школьников» // Социальная сеть работников образования [Электронный ресурс]. URL: <https://nsportal.ru/shkola/materialy-k-attestatsii/library/2018/02/23/diagnostika-n-s-garkusha-opredelenie-obshchego> (дата обращения: 07.07.2020).
5. МОБУ «СОШ № 47» г. Минусинска: официальный сайт г. Минусинск. [Электронный ресурс]. URL: <https://school47.edusite.ru/> (дата обращения: 07.07.2020).
6. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 8 класс: учебник. М.: Просвещение, 2019. 234 с.