

Проектная и исследовательская деятельность по здоровьесбережению в начальной школе

Е.З. Поляно,

Н.В. Махотина

Почему-то среди многих учителей-практиков считается, что учащиеся начальной школы ещё не готовы полноценно заниматься творческой проектно-исследовательской деятельностью, что у них нет достаточных знаний и навыков для этого. Возможно, такое мнение сложилось из-за того, что с младшими школьниками заниматься проектной деятельностью достаточно сложно (и физически, и морально) для самих педагогов. Это себя они не считают готовыми заниматься с ребятами проектно-исследовательской деятельностью, но «стесняются» признаться. Для учащихся начальных классов начинать заниматься этим видом интеллектуального творчества самое время. У них не угас ещё интерес к познанию, они увлекаются новыми идеями, отзывчивы, имеют достаточно свободного для занятий творчеством, лишь бы это не шло в ущерб здоровью ребёнка.

Для успешного занятия проектной деятельностью необходимо наличие обязательных условий:

- желание самого ребёнка;
- оборудованное место;
- грамотный доброжелательный преподаватель-консультант.

Ещё одним условием, также достаточно необходимым для работы учащихся является помощь родителей (создание благоприятствующей интеллектуальному творчеству обстановки дома, подбор необходимой литературы, взаимное обсуждение проблемы, помощь в проведении наблюдений, экспериментов, опытов, моральная поддержка и т.д.).

С 2007 по 2010 учебный год наша школа включена в экспериментальную работу «Здоровьесберегающий компонент развивающей среды в начальной школе» ФПК и ППРО МПГУ. Одной из основных задач экспериментальной работы определено развитие у младших школьников ценностного отношения к своему здоровью, воспитание культуры здорового образа жизни и культуры здоровья, формирование основ здоровьесберегающей компетентности. Именно приоритет данного направления и позволил определить поле проектной и исследовательской деятельности для учащихся начальных классов — «Здоровье» и «здоровый образ жизни»

В течение второго года эксперимента каждая параллель классов занималась разработкой своего направления по здоровьесбережению:

- 1-е классы «Гигиена и здоровье».
- 2-е классы «Образ жизни школьника и его здоровье».
- 3-е классы «Здоровый я, здоровая семья».
- 4-е классы «Москва — город здоровья».

Первым шагом актуализации данного направления и мотивации и активизации деятельности учащихся было создание учителем ситуации личностной заинтересованности каждого ребёнка в вопросах здоровьесбережения и возбуждение потребности в познании (изучении, исследовании, поиске путей) здоровья и здорового образа жизни. На этом этапе мы много работали как с детскими коллективами, так и индивидуально обсуждая постулаты, давно воспринимаемые в обществе как народная мудрость: «Здоровье — одна из самых главных ценностей человеческой жизни», «Здоровье — источник радости», «Единственная красота, которую я знаю, — здоровье (Г. Гейне)». Обсуждение постулатов позволило перейти и к необходимости поиска ответов на естественно возникшие у учащихся вопросы: «Что такое здоровье?», «Здоровый образ жизни — почему об этом много говорят, но мало кто его ведёт?» «Что является более ценным для человека — богатство, слава, здоровье?» и т.п.

Результатом первого шага организации проектной работы по здоровьесбережению стали выводы, достаточно успешно сформулированные даже учащимися первых классов. В обобщённом виде они выглядят примерно так: «Состояние здоровья человека зависит от многих причин. Прежде всего, от его образа жизни. Как определить какой образ жизни следует вести в детстве и юности, чтобы на долгие годы оставаться здоровым и успешным? Наверное, правильно проанализировать рекомендации специалистов по укреплению и развитию здоровья для детей и подростков. Сопоставить собственный образ жизни с тем, что рекомендуют врачи, диетологи, специалисты по физической культуре и другие. Результатом такой работы обязательно будут новые умения в организации здорового образа жизни для себя и своих близких».

Второй шаг по организации проектной и исследовательской деятельности был связан с конкретизацией подтемы в рамках общего направления проекта, целей и задач, которые определялись уже для каждой группы учащихся или индивидуально. Такая работа требовала от учителей привлечение к работе родителей для оказания помощи в составлении плана и графика работы, проведения консультаций.

Третий шаг — организация знакомства учащихся с некоторыми методами исследования в процессе погружения в тему проекта: изучение и анализ литературы о здоровье и здоровом образе жизни, сбор интересного материала и подготовка сообщений, рефератов, экскурсии, прогулки, наблюдения, опрос, проведение конкурсов и праздников. Наиболее сложным было научение учащихся приёмам сбора, накопления и систематизации информации на основе её изучения, сравнения и обобщения. Следует отметить, что эта работа в начальной школе более соответствует определению «совместная с учителем» или «под непосредственным руководством учителя», чем самостоятельная. Однако организация такой работы не только позволяет заложить важные учебно-познавательные умения, но и позволяет ученику преодолеть трудности в учебном процессе, способствует созданию ситуации успеха, повышает его самооценку и способствует его адаптации и социализации.

Шаг четвёртый — оформление результатов проектной деятельности, где оптимально должны проявиться индивидуальность и реализоваться творческий потенциал каждого. Собранная и полученная информация была переработана и представлена в разных формах:

- **Стенды:** «Мы друзья режиму дня», «Овощи, фрукты — полезные продукты», «Движение — это жизнь», «Природа — источник здоровья», «Врачи, которые нас лечат». Учащиеся готовили сообщения и проводили мини-экскурсии, используя стенды в качестве наглядности.
- **Настольные игры:** «Поход в поликлинику», «Больница», которыми пользуются учащиеся в группе продлённого дня.
- **Выставки:** «Книги о здоровье и здоровом образе жизни», «Наше творчество (поделки из пластилина и даров природы)». Выставки были приурочены ко Дню открытых дверей, общешкольному родительскому собранию, Международному Дню здоровья. Экспонаты выставки в течение года обновлялись, а работа самой выставки стимулировала всё большее число учащихся к подготовке новых экспонатов.
- **Сборник пословиц и поговорок о здоровье и здоровом образе жизни** стал результатом целого года работы учащихся всей начальной школы. В сборнике представлен фольклор разных народов, а собранные изречения систематизированы по темам: о питании, о движении, о культуре поведения, о закаливании и т.п.
- **Фотогазеты** — «Наше путешествие в аптекарский огород», «Мы в музее леса», «Страусиная ферма».
- **Совместное творчество родителей и детей в сочинении стихотворений на темы:** «Режим дня», «Гигиена», «Гимн физкультуре», «Береги природу», «Комнатные растения», «Лекарственные растения», «Методика чистки зубов зубной щёткой», «Поход в поликлинику (путешествие по врачам-специалистам)», «Овощи, фрукты — полезные продукты».

Например, отрывки некоторых произведений учащихся:

Лекарственные растения
Вот растение какое
Называется алое.
При хронических гастритах,
И запорах, и колитах
Сок алое Вам поможет,
Ваш улучшит внешний вид
И повысит аппетит.
Методика чистки зубов зубной щёткой
Вы, во-первых, руки помойте,
Во-вторых, ещё щётку.
В-третьих, пасту откройте...
Нанесите её на щетинку,
Но не на всю,
А на половинку.
Тут мне пора упомянуть,
Что зубы надо разомкнуть.
Сначала чистят верхний ряд,
При том сперва снаружи,

А только после нижний ряд,
Хоть он ничуть не хуже.
Ах, да! Забыл я указать
Тот угол, под которым
Нам щётку надобно держать,
Чтобы налёта избежать!
Он должен где-то составлять...
Ну...градусов под 45.
В конце напоминание для Вас,
Что зубы чистят в сутки
Пару раз:
С утра — после еды
И вечером пред сном. (Ксения Ч., 3 класс)

• **Мультимедийные презентации** — практически по всем темам, над которыми работали учащиеся. Подготовленные презентации были использованы как демонстрационный ряд на уроках, в беседах с родителями.

Все материалы проектов, которые не были представлены в вышеперечисленных формах, были также систематизированы в специальные рабочие папки и стали пополнением ученической библиотечки по здоровью.

В этом году учащиеся третьих классов стали дипломантами окружной «Ярмарки идей на Юго-Западе», успешно представив проект «Береги здоровье смолоду».

Работа над проектами изменила представления учащихся о здоровье и образа жизни, позволила в непринуждённой форме освоить и усвоить значимые с позиции здоровьесбережения знания и умения, оптимизировать жизненно важное утверждение — Я сам творец своего здоровья, преобразовал его от привычной с детства рутинной обязанности в творческую задачу. Следует подчеркнуть, что работая над формированием культуры здоровья и здорового образа жизни младших школьников в рамках организации проектной и исследовательской деятельности, педагогами школы создавались оптимальные условия для развития учебно-познавательных компетенций. За это время учащиеся научились находить нужную информацию в книгах, Интернете, в материалах музеев; описывать и обобщать собранный материал, аргументированно выражать своё отношение, делать пусть простые по форме, но самостоятельные выводы, творчески оформлять полученные результаты. Дети научились выступать перед учащимися других классов. Они сами поняли суть проблемы здоровья и старались, чтобы поняли другие — *невозможно дать всем готовые рецепты на все случаи жизни и от всех болезней. Человек не может избавиться от болезней «по щучьему велению». Он сам должен решить, как использовать целительные силы природы, спорт, правильное питание, как лучше построить свои взаимоотношения с людьми, чтобы сохранить здоровье на многие годы.*

Полянко Елена Зигмундовна, заместитель директора
по учебно-воспитательной работе средней школы № 5, Москва;

Махотина Наталья Вадимовна, учитель начальных
классов средней школы № 5, Москва