

**Курсовая работа:
Формирование здорового
образа жизни у младших
школьников посредством
проведения тематических
классных часов.**

Нормативно - правовой и документальной основой начального общего образования являются:

- -Закон Российской Федерации «Об образовании»; [1, ст 2]
- -Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования; [2]
- -СанПиН, 2.4.2.2821-10 «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса» (Приказ Минздрава от 29.12.2010); [3]
- -Гигиенические требования к условиям реализации основной образовательной программы начального общего образования

- Младший школьный возраст наиболее благоприятный для формирования навыков здорового образа жизни. У младших школьников воспитывается ответственное отношение к своему здоровью, формируется умение понимать и принимать ценные для здоровья решения. Школа должна взять на себя первостепенную роль в формировании здорового образа жизни учащихся. Здоровьесберегающий характер обучения и воспитания особенно важен в начальной школе, т.к. именно в ней ребенок получает базовые знания многих наук, в том числе и о своем организме. На этом этапе происходит понимание и принятие ребенком ценности здорового образа жизни, формирование культуры здоровья и основ здорового образа жизни. Тема: "Формирование здорового образа жизни у младших школьников посредством проведения тематических классных часов" актуальна.

Цель исследования:

- теоретическое обоснование формирования здорового образа жизни у младших школьников посредством проведение тематических классных часов.

Задачи исследования:

- 1) изучить психолого - педагогическую литературу с целью определения возрастных особенностей младших школьников;
- 2) изучить методическую литературу с целью определения специфики формирования здорового образа жизни у младших школьников во внеклассной работе;
- 3) изучить методическую литературу с целью выявления особенностей организации и проведения классных часов в начальной школе.

Объект исследования:

формирование здорового образа жизни у младших школьников.

Предмет исследования:

проведение тематических классных часов в начальной школе.

Гипотеза:

предполагаем, что теоретическое обоснование формирования здорового образа жизни у младших школьников посредством проведения тематических классных часов позволит в дальнейшем провести опытно - практическое исследование.

Методы исследования:

анализ психолого- педагогической литературы с целью определения возрастных особенностей младших школьников; анализ методической литературы с целью определения специфики формирования здорового образа жизни у младших школьников; анализ методической литературы с целью выявления особенностей организации и проведения классных часов в начальной школе.

Структура работы:

введение, глава 1, 3 параграфа,
заключение,
библиографический список.

Глава 1. Теоретические основы формирования здорового образа жизни у младших школьников посредством проведения тематических классных часов.

1.1. Психологические особенности детей младшего школьного возраста.

- Психологические особенности детей младшего школьного возраста включают в себя появление некоторой агрессии.
- А так же поступление ребенка в школу, в каком бы возрасте оно ни происходило, требует адаптации к новым условиям жизнедеятельности. Процесс адаптации протекает индивидуально.

ВЫВОД

необходимо сказать, что на успешность протекания процесса адаптации во многом зависит от здоровья ребёнка. Состояние здоровья и изменение его показателей под влиянием учебной нагрузки является одним из основных критериев, характеризующих протекание адаптации к систематическому обучению. Задача преподавателя начального звена заключается в знании и учете психологических особенностей детей младшего школьного возраста в обучении и воспитании, проведении комплекса коррекционной работы с детьми, используя различные игры, задания, упражнения.

1.2. Формирование здорового образа жизни младших школьников во внеклассной работе.

Согласно ФГОС НОО программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни разрабатывается образовательным учреждением на основе примерной и обеспечивает формирование в детях заинтересованного отношения к собственному здоровью. Его основная цель – формирование условий для создания единого здоровьесберегающего и здоровьесозидающего пространства.

Задача сохранения и укрепления здоровья с раннего возраста:

- **Цели:**
 - формировать у учащихся осознанное отношение к своему здоровью и физической культуре;
 - использовать на уроках и во внеучебное время наиболее рациональные формы и методы, способствующие становлению физически, психически и эмоционально здоровой личности;
 - формировать навыки здорового образа жизни, гигиены, правил личной безопасности;
 - систематически вести просветительскую работу с родителями учащихся о ценности здорового образа жизни;

Вывод:

Здоровый образ жизни пока не занимает первое место в главных ценностях человека в нашем обществе. Но если научить детей ценить, беречь и укреплять своё здоровье, будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то можно надеяться, что будущие поколения будут больше здоровы и развиты не только духовно, но и физически.

1.3. Особенности проведения классных часов в начальной школе.

Основные компоненты классного часа:

- Целевой – целевые установки,
- Содержательный – содержание классного часа,
- Организационно – деятельный.

Структура классного часа может быть следующей:

- 1. Вступительная беседа.
- 2. Постановка проблемы.
- 3. Обсуждение темы. Высказывания учащихся.
- 4. Проведение упражнений (индивидуальных, групповых, парных заданий).
- 5. Выводы. Подведение итогов. Рефлексия.

Классные часы бывают:

- Путешествие
- Творчество
- Фантазирование
- Конкурс
- Викторина
- Игра
- Сказка
- КВН
- Час общения
- Устный журнал и т.д.

Вывод:

- Тематические классные часы очень нужны, а в особенности проведение и внедрение формирования здорового образа жизни детей в младшем возрасте. Ведь именно в этом возрасте дети более восприимчивы к информации.
- Здоровый образ жизни - это первичная профилактика, в основе которой заложены стиль и уклад жизни, теоретико-методические знания по оздоровлению человека, его резервные возможности, формы и способы их развития и совершенствования.

- Для реализации поставленной цели: теоретическое обоснование формирования здорового образа жизни у младших школьников посредством проведения тематических классных часов, было изучено:
 - - психолого – педагогическая литература с целью определения возрастных особенностей младших школьников;
 - - методическая литература с целью определения специфики формирования здорового образа жизни у младших школьников во внеклассной работе;
 - - методическая литература с целью выявления особенностей организации и проведения классных часов в начальной школе.

Библиографический список.

- Закон Российской Федерации «Об образовании» ст 2.
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования.
- СанПиН, 2.4.2.2821-10 «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса» (Приказ Минздрава от 29.12.2010).
- Приказ Минобрнауки России от 06 октября 2009 г. №373 «Об утверждении Федерального Государственного Образовательного Стандарта начального общего образования» (в редакции приказов от 29 декабря 2014 г. №1643, от 18.05.2015г. №507).
- Концепция развития образования РФ до 2020 г.
- Козлова Н. С. Формирование здорового образа жизни у детей младшего школьного возраста [Текст] / Н. С. Козлова, А. В. Некрасова, И. Л. Горбунова // Молодой ученый. — 2014. — №10. — С. 387-389.
- Сорокина, Л. А. Экология здоровья и экологическая культура как перспективные направления в образовательной среде школы / Л. А. Сорокина, З. В. Быстрова, К. М. Цыпнятова // Астраханский вестник экологического образования. 2014. № 1 (27), с. 97–100.

- Теоретические основы организации обучения в начальных классах. Педагогические технологии: учебное пособие для студентов учреждений проф. образования/ под ред. В.П. Сергеева. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 320с.
- Максименко Н. А. Дарите детям любовь. 1-11 кл. Лекции и материалы к родительским собраниям. В помощь классному руководителю. Издательство: Учитель, 2011. – 150 с.
- Справочник учителя начальных классов / авт.-сост. Е. И. Елизарова, Ю.А. Кисилева. – Волгоград: Учитель, 2011 – 367 с.
- Игнашова Е.В. "Развитие познавательных способностей учеников начальных классов", статья.
- Кравцова Е.Е. "Психологические особенности детей младшего школьного возраста", лекции 1-8.
- Николаева Т.Л. "Психологические особенности школьного возраста", статья.