

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Зарубинская общеобразовательная школа-интернат психолого-педагогической поддержки»

СОГЛАСОВАНО

Методическим объединением учителей
(протокол от « 28» августа 2023г. №1)

УТВЕРЖДЕНА

Приказом МБОУ «ЗОШИ»
от «30» августа 2023г № 97

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по коррекционному курсу
«Социальная адаптация»
для **8** класса
количество часов: 34

программу составила Цепильникова М.П.

с. Зарубино
2024 год

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Проблема воспитания и социализации подрастающего поколения является одной из важнейших для любого общества. Концепция модернизации российского образования определяет одной из приоритетных задач школы — обеспечение успешной социализации ребенка. Л. С. Выготский отмечал: «Социальное воспитание умственно отсталого ребенка является единственно состоятельным научным путем его воспитания».

Социализация и интеграция детей с ограниченными возможностями здоровья, представляет собой острую актуальную проблему коррекционной педагогики. Значимость проблемы обусловлена тем, что выпускники школ испытывают трудности в определении своей жизненной позиции, своего места в обществе. Длительное проживание в интернате и специфика первичной социализации обучающихся с ограниченными возможностями здоровья затрудняет формирование у них необходимых для эффективного функционирования в социуме навыков.

Также причины затруднений социализации обучающихся с ОВЗ школы связаны с тем, что их познавательные возможности в сравнении с нормально развивающимися сверстниками не создают прочной основы для усвоения необходимого спектра социальных, общественных и других форм жизни. Играет роль и относительно меньшие возможности общения с окружающим миром данной категории.

Как показал анализ научно-методической литературы (М.Л. Баранова, А.А. Дмитриев, О.А. Денисова, др.), одним из эффективных подходов к социальному воспитанию учащихся является создание в образовательном учреждении условий и средств, позволяющих обеспечивать их успешную социализацию и интеграцию в обществе.

Основными мотивами деятельности подростка являются желание занять своё место в мире взрослых, утвердиться в компании сверстников, быть уверенным в своей компании и т.п.

Цель программы: создание условий способствующих адаптации и социализации обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в обществе.

Задачи:

- создать коррекционно-развивающее пространство, обеспечивающее развитие механизмов компенсации каждого обучающегося;
- повышать уровень познавательной активности и расширять объем имеющихся знаний и представлений об окружающем мире;

- развивать у обучающихся способность к профессиональной адаптации, умения, навыки необходимые для общения и взаимодействия с другими людьми;
- сохранять и укреплять здоровье обучающихся и формировать мотивацию у них к здоровому образу жизни;
- формировать навыки и умения, необходимые для успешного вхождения в общество в процессе трудового, социально-бытового обучения.

2.ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА

В процессе реализации программы используются разнообразные формы организации мероприятий: «круглый стол», демонстрация видеофильмов, мини-лекция, описание профессий, конкурсы, составление и решение различных тематических кроссвордов.

Сюжетно-ролевые игры применяются как один из ведущих методов. Игра - это своеобразная школа жизни. Педагог организует игру и проводит по заранее разработанному плану. Игра способствует расширению знания об окружающем мире, систематизации жизненного опыта, активизации познавательной активности обучающихся. Кроме того, они служат своего рода отдыхом, доставляя удовольствие школьникам.

В целях коррекции развития обучающихся с ограниченными возможностями здоровья подбираются материалы для проведения дидактических игр. Эти материалы способствуют развитию фонематического слуха, звукового анализа, глазомера, счетных навыков, а также развитию моторики обучающихся. Разнообразные игровые действия поддерживают интерес к учебному материалу, стимулируют развитие учебной мотивации.

Большое внимание уделяется индивидуальной и групповой беседе. В связи с особенностями развития обучающихся с ограниченными возможностями здоровья беседа всегда сопровождается наглядностью и эмоциональностью.

Поощрение, как один из методов стимулирования, имеет особое значение в работе с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья. Поэтому после каждого проведенного мероприятия проводится рефлексия, педагог отмечает каждого участника проведенной работы. Это позволяет отметить их положительные качества, способствует развитию стремления к положительным поступкам, к формированию воли.

Программа по социализации обучающихся предполагает активное участие школьников в подготовке и проведении внеурочной и внеклассной работы. В процессе планирования, подготовки и проведения различных видов деятельности обучающихся совершенствуется умение анализировать, сравнивать, развивается самоконтроль, умение преодолевать трудности, вырабатываются эстетические вкусы и навыки межличностного общения. Таким образом, в каждом виде

деятельности заложены большие коррекционные возможности, способствующие социальной адаптации обучающихся школы-интерната.

3.ОПИСАНИЕ МЕСТА КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Коррекционный курс относится к коррекционно-развивающей области, изучается 1 год, 1 час в неделю, 34 учебных недели.

Возможно увеличение или уменьшение количества часов, в зависимости от изменения годового календарного учебного графика, сроков каникул, выпадения уроков на праздничные дни.

4.ПЛАНИРУЕМЫЕ ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Обучающие должны уметь:

- культурно вести себя в обществе и различных жизненных ситуациях;
- ориентироваться в окружающем мире;
- конструктивно взаимодействовать с окружающими;
- применять полученные знания в практической жизнедеятельности.

Знать:

- правила безопасной работы и гигиены труда;
- мир профессий;
- доступные приемы труда.

5.СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА

Социально-бытовое ориентирование и культура поведения в обществе.

Социально-бытовое ориентирование и культура поведения. Само название этого направления включает в себе его направленность – социально-бытовую ориентировку обучающихся, практическую подготовку их к самостоятельной жизни, что предполагает формирование у обучающихся необходимых для этого знаний и умений.

Доказано, что успех социализации и интеграции в значительной степени зависит от социально-бытовой компетентности выпускника, от способности самостоятельно организовывать свой быт.

Цель: создание психолого-педагогических условий для всесторонней подготовки обучающихся к будущей самостоятельной жизнедеятельности.

Задачи:

- формировать знания, умения, навыки, сопутствующие социальной адаптации будущих выпускников;
- повышать уровень общего развития обучающихся;
- развивать навыки общения со сверстниками, учителями, воспитателями, родителями;
- воспитывать трудолюбие, аккуратность.

Следует отметить, что для успешной социализации данной категории обучающихся необходим определенный уровень сформированности коммуникативной функции речи, умений и навыков культурного поведения в обществе. Содержание культурного поведения определяется совокупностью норм и правил, регулирующих общение между людьми, требованиями к речи людей как основному средству общения и требованиями к внешнему виду (к одежде, осанке, жестам, мимике, походке). Следовательно, культура поведения — это культура общения, культура речи и культура внешнего вида. Целенаправленная, систематическая работа по воспитанию навыков и привычек культурного поведения начинается с приходом детей в школу. Именно в начальных классах закладываются основы аккуратности и опрятности, вежливости, точности, прививаются хорошие манеры, умение культурно вести себя в школе, на улице и в общественных местах. Элементарные нормы культурного поведения, как правило, не привиты детям с ранних лет, педагогам образовательного учреждения приходится восполнять этот пробел и нередко проводить трудную работу по перевоспитанию обучающихся, у которых укоренились отрицательные привычки. Достигается это систематическим приучением учеников к выполнению школьных правил.

Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни.

Культура здорового образа жизни человека есть один из результатов социализации личности в общественной среде. Система учебно-воспитательной работы направлена на создание культуры здорового образа жизни, которая в результате целенаправленной работы должна перейти во внутреннюю культуру обучающихся. Также педагоги руководствуются распространенным в настоящее время положением о том, что обучающийся должен не только узнать и научиться правилам ЗОЖ, но и захотеть быть здоровым. Кроме того, у обучающегося должна быть сформирована целая система понятий, взглядов, убеждений и умений, из которых будут складываться привычки и его ежедневное поведение.

Необходимо отметить, что данное направление пересекается с задачами коррекционной педагогики – социализация и адаптация выпускников интернатных учреждений. В процессе реализации данного направления, происходит развитие умения взаимодействовать с окружающими людьми, формирование позиции гражданина, а также вовлечение в деятельность позитивной направленности. Все это впоследствии поможет обучающемуся в будущем найти свое место во взрослой жизни.

Цель: создание психолого-педагогических условий для формирования ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни обучающихся.

Задачи:

- формировать представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье;
- научить делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;
- воспитывать готовность самостоятельно поддерживать свое здоровье.

Одной из особенностей формирования культуры здорового и безопасного образа жизни у обучающихся с ограниченными возможностями здоровья является его коррекционно-оздоровительная направленность. Обучение двигательным умениям и навыкам осуществляется одновременно с решением коррекционных задач, заключающихся в преодолении или смягчении недостатков физического развития и нарушений моторики, характерных для обучающихся школы-интерната. Другая особенность заключается в необходимости учета индивидуальных отклонений в их психофизическом развитии и в постоянном взаимодействии педагогов со школьным врачом.

Трудовая и профессиональная подготовка.

Социализация обучающихся с ОВЗ невозможна без трудовой подготовки. В ОУ сложилась определенная система трудового воспитания, которая включает трудовое обучение, общественно-полезный труд.

Формирование мотивов трудовой деятельности - важнейшая функция школы-интерната. Основным мотивом труда, который формируют педагоги образовательного учреждения – осознание обучающимися необходимости трудиться. Проводят разъяснительную работу, что каждый человек должен работать ради тех жизненных благ, которые можно получить трудясь.

Цель: создание условия для коррекции познавательной сферы и недостатков физического развития обучающихся посредством трудового обучения.

Задачи:

- обучать доступным приемам труда;
- воспитывать уважение к людям труда;
- развивать самоконтроль и самостоятельность;

- воспитать трудолюбие, бережное отношение к общественному имуществу, умение работать в коллективе;
- развивать трудовые умения и навыки.

Трудовая подготовка в школе-интернате содержит в себе существенные коррекционные возможности. Установлено, что труд является эффективным средством коррекции психики. Труд помогает обучающемуся конкретизировать имеющиеся у него представления и понятия об окружающем мире. В ходе труда обучающиеся знакомятся со свойствами предметов и материалов, сравнивают их, устанавливают существующие между ними связи и отношения, планируют свою работу – все это способствует развитию их мышления. Изготовление полезных вещей и выполнение общественно значимых трудовых заданий повышают интерес к работе, активность, способствуют формированию у обучающихся социальных мотивов деятельности.

6.КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата проведения	Основные виды деятельности обучающихся
Социально-бытовое ориентирование и культура поведения в обществе (16 часов)				
1	Сила характера. От чего она зависит?	1	6.09	Работа с презентацией. Обсуждение, беседа. Моделирование ситуации
2	О красоте и мужестве	1	13.09	Проигрывание ситуации, обсуждение. Составление рассказа о себе, своих качествах
3	Учись видеть прекрасное в человеке	1	20.09	Слушание лекции, обсуждение. Просмотр познавательного видеоролика. Анализ возникающих проблемных ситуаций
4	Учимся строить отношения	1	27.09	Обсуждение, беседа. Просмотр видео-презентации. Проигрывание ситуации. Рассуждения о том, как правильно строить отношения
5	Что такое настоящая дружба?	1	4.10	Проигрывание ситуации, обсуждение. Подготовка коротких сообщений по заданной теме
6	Могу ли я учиться лучше?	1	11.10	Обсуждение, слушание лекции. Объяснение проблемных ситуаций
7	Ответственное отношение к обязанностям	1	18.10	Работа с презентацией. Проигрывание ситуации, обсуждение. Рассказ о своих обязанностях дома и в школе
8	Роль волевых качеств характера человека в его жизни	1	25.10	Игра, беседа. Моделирование ситуации. Просмотр видео-презентации
9	Учение с увлечением	1	1.11	Слушание лекции, обсуждение
10	Правила хорошего тона	1	8.11	Просмотр видео презентации. Беседа-рассуждение о

				мире, окружающем нас
11	О дружбе и товариществе	1	15.11	Слушание лекции, игра. Просмотр фрагмента фильма. Просмотр видео-презентации
12	Уважай закон	1	22.11	Проигрывание ситуации, обсуждение. Просмотр видео-презентации. Беседа о правилах поведения
13	Как предотвратить конфликт	1	29.11	Работа с презентацией. Составление памятки
14	Учимся жить в согласии с окружающими	1	6.12	Обсуждение, беседа. Просмотр видео презентации. Проигрывание ситуации. Рассуждения о том, как изменить себя в лучшую сторону
15	Взаимоуважение - основа сплоченности школьного коллектива	1	13.12	Беседа о взаимоуважении. Выполнение интерактивного задания
16	Как надо жизнь прожить. Диагностика	1	20.12	Беседа. Работа с презентацией. Тестирование
Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни (10 часов)				
17	Здоровье – путь к успеху	1	27.12	Работа с презентацией. Беседа, слушание лекции. Игра «В здоровом теле – здоровый дух»
18	Вредные продукты	1	17.01	Составление памятки, обсуждение. Просмотр видео презентации
19	Дети и компьютер: вред и польза умной машины.	1	24.01	Составление памятки, беседа
20	Жизнь без вредных привычек	1	31.01	Слушание лекции, обсуждение. Просмотр видео-презентации
21	Здоровые дети в здоровой семье	1	7.02	Беседа, игра
22	Курить уже не модно	1	14.02	Беседа, слушание лекции

23	Спорт – альтернатива пагубным привычкам	1	21.02	Интерактивная игра
24	Твоя нервная система	1	28.02	Обсуждение, слушание лекции
25	Пищевые добавки и витамины	1	7.03	Ответы на вопросы викторины, обсуждение
26	Оказание первой помощи при простых травмах. Диагностика	1	14.03	Практическое занятие. Тестирование
Трудовая и профессиональная подготовка (8 часов)				
27	Полезные и вредные привычки при выполнении трудовых обязанностей	1	21.03	Обсуждение, слушание лекции. Моделирование ситуации. Викторина «Без труда не вытащишь и рыбку из пруда»
28	Профессии людей, работающих в нашей школе-интернате	1	4.04	Работа с презентацией. Беседа о труде. Игра «Трудиться всегда пригодится»
29	Красота и труд вместе идут	1	11.04	Беседа. Просмотр видео-презентации. Составление рассказа об увлечениях
30	Чувство взрослости. Секреты выбора профессий	1	18.04	Рассказ с элементами игры. Обсуждение, слушание лекции
31	Путешествие в царство труда	1	25.04	Беседа, подбор пословиц о труде. Организация уборки территории
32	Труд и трудовые отношения	1	2.05	Проигрывание ситуации, обсуждение. Составление коллективной презентации о труде
33	Право на труд	1	16.05	Работа с презентацией. Тестирование
34	Итоговое занятие-викторина	1	23.05	Ответы на вопросы викторины. Игровая деятельность

7.УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА

- 1) Вихорев, Д. И. Проблемы обучения и адаптации детей-инвалидов в России [Текст] / Д. И. Вихорев // Высшее образование инвалидов: Материалы Междунар. науч.-практ. конф. — СПб., 2013. — 144 с.
- 2) Газман, О. С. Основы интегрированного обучения [Текст] / О. С. Газман. — М.: Просвещение, 2008. — 19 с.
- 3) Прохоров, А. О. Методики диагностики и измерения психических состояний личности [Текст] / А. О. Прохоров. — М.: ПЕР-СЭ, 2004. — 176 с.
- 4) Рытченко, Т. А. Психология и педагогика [Текст] / Т. А. Рытченко // Учебно-практическое пособие.- М.: МЭСИ.:2000. — 85с.
- 5) Сидоренко, Е. В. Методы математической обработки в психологии [Текст] / Е. В. Сидоренко. — СПб.: Речь, 2004. — 350 с.
- 6) Соколова, Н. Д. Дети с ограниченными возможностями: проблемы и инновационные тенденции в обучении и воспитании [Текст] / Н. Д. Соколова, Л. В. Калиникова. — М.: МГУ, 2015. — 180 с.
- 6) <https://multiurok.ru/files/proghramma-vozpitanii-i-sotsializatsii-dietiei-s.html>
- 7) <https://infourok.ru/proekt-programmi-socializacii-detey-s-ovz-ti-ne-odin-263824.html>
- 8) <http://uchitelya.com/pedagogika/22252-programma-socializacii-detey-s-ovz-mir-v-kotorom-ya-zhivu.html>
- 9) <https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/obshchepedagogicheskie-tehnologii/2018/01/10/programma-po-sotsializatsii-detey-s>
- 10) <https://infourok.ru/rabochaya-programma-vozpitaniiya-i-socializaciya-detey-s-ovz-nachalniy-klass-3346572.html>
- 11) <https://infourok.ru/rabochaya-programma-vozpitaniiya-i-socializaciya-detey-s-ovz-nachalniy-klass-3346572.html>

8. ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ

Диагностика по исследованию культуры здоровья школьников.

Методика С. Дерябо и В. Ясвина «Индекс отношения к здоровью».

Цель: исследовании ценностных установок и жизненных приоритетов школьников по вопросам здоровья.

Инструкция: обучающиеся определяют степень значимости (важности) для них различных составляющих (жизненных ценностей). Для этого выбирают три наиболее важные и три наименее важные, с их точки зрения, ценности из предлагаемого списка:

- хорошие вещи, материальное благополучие;
- общение с природой;
- общение с друзьями и другими окружающими людьми;
- любовь и семейная жизнь;
- здоровье, здоровый образ жизни;
- труд (профессия, учёба, интересная работа);
- духовность (нравственность, саморазвитие)

Наиболее важные для меня:

1. _____
2. _____
3. _____

Наименее важные для меня:

1. _____
2. _____
3. _____

Обработка результатов

Первой ценности из трёх, которые были названы в качестве наиболее важных, присваивается первый ранг, второй - второй, третьей - третий. Первой ценности из трёх, которые были названы в качестве наименее важных, присваивается седьмой ранг, второй - шестой, третьей - пятый. Ценности, не вошедший ни в первую, ни во вторую группу, присваивается четвёртый ранг. Ранг, полученный такой ценностью, как «Здоровье, здоровый образ жизни», является окончательным показателем. Если такая ценность получила у испытуемого первый или второй ранг, можно сделать вывод о том, что его отношение к здоровью является высоко доминантным (значимым); если третий, четвёртый или пятый ранг – оно характеризуется средней доминантностью; если шестой или седьмой – ему свойственна низкая доминантность отношения к здоровью.

Методика «Гармоничность образа жизни школьников»

(Н.С. Гаркуша)

Цель: наличие у обучающихся понимания ценности и значимости здоровья, ведения здорового образа жизни.

Инструкция. Отметьте знаком «+» пункты, характерные для Вашего образа жизни.

Вопросы

1. Как Вы оцениваете состояние своего здоровья?

- а) хорошее;
- б) удовлетворительное;
- в) плохое;
- г) затрудняюсь ответить.

1. Занимаетесь ли Вы физической культурой или спортом?

- а) да, занимаюсь;
- б) нет, не занимаюсь.

1. Как долго днём бываете на улице, на свежем воздухе?

- а) чаще всего больше 2 часов;
- б) около часа;
- в) не более получаса или вообще не выхожу на улицу.

1. Делаете ли утром следующее:

- а) физическую зарядку;
- б) обливание;
- в) плотно завтракаю;
- г) курите по дороге в школу.

1. Обедаете ли в школьной столовой?

- а) да, регулярно;
- б) иногда;
- в) нет.

1. В котором часу ложитесь спать?

- а) до 21 часа;
- б) между 21 и 22 часами;
- в) после 22 часов.

1. Употребляете ли Вы спиртные напитки, наркотические вещества или курите?

- а) да, активно;
- б) изредка;
- в) никогда.

8. Как Вы чаще всего проводите свободное время?

- а) занимаюсь в спортивной секции, кружке;
- б) провожу время с друзьями;
- в) читаю книги;
- г) помогаю по дому;
- д) преимущественно смотрю телевизор (видео);
- е) играю в компьютерные игры;
- ж) другое.

Бланк ответов

№ вопроса	Вариант ответа						
	а	б	в	г	д	е	ж
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
Сумма баллов:							

Обработка результатов

Ответы оцениваются по десятибалльной шкале

№ вопроса	Вариант ответа
-----------	----------------

	а	б	в	г	д	е	ж
1	10	5	0	0			
2	10	0					
3	10	5	0				
4	10	10	0	0			
5	10	5	0				
6	10	5	0				
7	0	5	10				
8	10	5	5	5	0	0	0

Подсчитайте общее количество баллов.

Интерпретация

Высокий уровень – 110 – 80 баллов – осознанное отношение школьников к собственному здоровью; ведение здорового образа жизни; самостоятельное целенаправленное овладение практическими навыками сохранения и преумножения здоровья.

Средний уровень – 75 – 50 баллов – частичное понимание школьниками важности сохранения, укрепления здоровья и ведения здорового образа жизни, эпизодическое овладение практическими навыками сохранения и преумножения здоровья.

Низкий уровень – 45 баллов и меньше – отсутствие у школьников понимания ценности и значимости здоровья, ведение образа жизни, способствующего развитию болезней.

Методика «Уровень владения школьниками культурными нормами в сфере здоровья»

(Н.С. Гаркуша)

Цель: изучение уровня владения школьниками культурными нормами в сфере здоровья.

Инструкция. Отметьте знаком «+» характерные для Вас пункты утверждений в вопросах 1, 4, 5, 6, в вопросах 2 и 3 отметьте знаком «+» один из предложенных ответов.

1. Занимаетесь ли Вы:

- а) в школьной спортивной секции;
- б) в спортивной секции других учреждений;
- в) чтением научной литературы о сохранении своего здоровья;
- г) просмотром передач на тему здоровья;
- д) употреблением витаминов;

е) чтением энциклопедий для юношей и девушек.

1. Как часто участвуете в спортивных мероприятиях, организуемых после уроков:

- а) вообще никогда не участвую;
- б) очень нерегулярно;
- в) раз или два в неделю;
- г) три и более раз в неделю.

1. На уроках физической культуры вы занимаетесь:

- а) с полной отдачей;
- б) без желания;
- в) лишь бы не ругали.

1. Какие у Вас отношения с окружающими людьми (родителями, друзьями, учителями):

- а) полное взаимопонимание;
- б) доверительные;
- в) уважительные;
- г) отсутствие взаимопонимания.

1. Для ведения здорового образа жизни Вы:

- а) соблюдаете режим дня;
- б) соблюдаете режим питания и употребляете витаминизированную пищу;
- в) занимаетесь спортом;
- г) делаете регулярно утреннюю зарядку;
- д) не имеете вредных привычек.

1. Как Вы считаете, какие качества Вас характеризуют:

- а) физическая сила и выносливость;
- б) умственная работоспособность;
- в) ум, сообразительность;
- г) сила воли, выдержка, терпение и упорство;
- д) объём знаний о здоровом образе жизни;
- е) умение видеть и ценить прекрасное в природе, в человеке, в искусстве;
- ж) внимание и наблюдательность;
- з) умение всегда видеть цель и стремиться к ней (целеустремлённость);
- и) умение организовать свой труд (организованность);
- к) умение при необходимости работать самостоятельно, без посторонней помощи;
- л) чуткость и отзывчивость к людям;
- м) умение работать вместе с товарищем, видеть, кому нужна твоя помощь, помогать и принимать помощь от других;
- н) умение подчинять свои желания интересам дела и коллектива;
- о) умение вести себя в обществе, красиво одеваться, причёсываться и т.д.;
- п) умение беречь время;
- р) умение контролировать и анализировать свою работу и свои поступки.

Обработка результатов

За все выбранные утверждения в вопросах 1,5,6 – по 5 баллов, во 2 – 5 баллов за 4-е утверждение, в 3 – 5 баллов за 1-е утверждение, в 4 – по 5 баллов за 1-е, 2-е, 3-е утверждения.

Интерпретация

Высокий уровень – 160-130 баллов – идеальный образ здорового человека, физически активного, укрепляющего здоровье самостоятельно, умеющего сотрудничать с окружающими в вопросах сохранения и укрепления здоровья, в совершенстве владеющего культурными нормами в сфере здоровья.

Средний уровень – 125 – 90 баллов – знания школьников о здоровом образе жизни не являются убеждениями, характерно эпизодическое овладение школьниками практическими навыками сохранения и преумножения здоровья, готовность к сотрудничеству, со взрослыми в вопросах здоровьесберегания.

Низкий уровень – ниже 85 баллов – отсутствие у школьников системы элементарных знаний о здоровье и здоровом образе жизни и мотивации к заботе о собственном здоровье; зачастую не выполняются элементарные правила гигиены, не проводятся оздоровительные процедуры.

Участие школьников в здоровьесберегающих и пропагандирующих здоровый образ жизни мероприятиях (Н.С. Гаркуша)

Инструкция. Отметьте знаком «+» мероприятия, в которых вы активно принимаете участие:

- в спортивных соревнованиях;
- в спортивных праздниках;
- в туристических походах;
- в проведении дней, недель здоровья;
- в подготовке лекций и бесед о здоровом образе жизни;
- в подготовке открытых уроков и внеклассных мероприятий;
- в различных подвижных, спортивных играх, эстафетах;
- в проведении физкультминуток, физкультпауз;
- в разработке проектов, программ, сценариев праздников здоровья;
- в создании творческих работ и исследовательских проектов о здоровье;
- в конкурсах рисунков и плакатов о здоровом образе жизни;
- в конкурсах сочинений, изложений, диктантов о здоровом образе жизни;
- в молодёжных акциях, направленных на профилактику вредных привычек.

Обработка результатов

Каждый плюс оценивается 10 баллами.

Интерпретация

Высокий уровень – 130 – 100 баллов – наличие физической и творческой активности детей как элемента стиля жизни, то есть целеустремленная деятельность школьника для укрепления здоровья, развития физического потенциала и достижения физического совершенства, для эффективной реализации своих задатков с учётом личностной мотивации и социальных потребностей.

Средний уровень – 90 – 50 баллов – недостаточная активность в мероприятиях здоровьесберегающей направленности вследствие отсутствия в должной степени мотивации на ведение здорового образа жизни.

Низкий уровень – меньше 40 баллов – отсутствует потребность ведения здорового образа жизни, проявляется пассивность в самосовершенствовании и самореализации в процессе приобретения знаний о здоровье человека.

Определение общего уровня сформированности культуры здоровья школьников (Н.С. Гаркуша)

Для обобщения полученного материала и определения уровня культуры здоровья школьников необходимо суммировать результаты последних трёх анкет и для вычисления итогового среднего балла сумму необходимо разделить на три.

Получаются следующие уровни здоровья:

Высокий уровень воспитанности культуры здоровья школьников – 135 – 100 баллов. Осознание школьниками ценности здоровья, ведение здорового образа жизни, наличие представлений о сущности здоровья; самостоятельное целенаправленное

овладение практическими навыками сохранения и преумножения здоровья; высокая творческая активность; умение сотрудничать со взрослыми в вопросах сохранения и укрепления здоровья; активное участие школьников в мероприятиях, пропагандирующих здоровый образ жизни.

Средний уровень воспитанности культуры здоровья школьников – 100 – 60 баллов. Частичное понимание школьниками важности сохранения, укрепления здоровья и ведения здорового образа жизни; наличие элементарных знаний о здоровье; эпизодическое овладение практическими навыками сохранения и преумножения здоровья, стремление к самосовершенствованию и творческому выражению; готовность к сотрудничеству со взрослыми в вопросах сохранения и укрепления здоровья; нерегулярное участие школьников в мероприятиях, пропагандирующих здоровый образ жизни.

Низкий уровень воспитанности культуры здоровья школьников – меньше 60 баллов. Отсутствие у школьников системы элементарных знаний о здоровье и здоровом образе жизни; наличие вредных привычек, хронических заболеваний, ведение образа жизни, способствующего развитию болезней; сотрудничество со взрослыми и участие школьников в мероприятиях, пропагандирующих здоровый образ жизни минимальное или отсутствует.