

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Тольяттинский государственный университет»

Гуманитарно–педагогический институт
Кафедра «Педагогика и методики преподавания»
44.03.02 «Психолого–педагогическое образование»
Психология и педагогика начального образования

БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА

на тему: «Формирование понятия здорового образа жизни у младших
школьников на уроках окружающего мира»

Студент Е.А. Гирба _____
(И.О.Фамилия) (личная подпись)

Руководитель И.В. Груздова _____
(И.О.Фамилия) (личная подпись)

Допустить к защите

Заведующий кафедрой, д-р. пед. наук, профессор Г. В. Ахметжанова

(личная подпись)

« _____ » _____ 20 _____ г.

Тольятти 2018

АННОТАЦИЯ

Название темы бакалаврской работы: «Формирование понятия здорового образа жизни у младших школьников на уроках окружающего мира».

Цель работы: выявить и создать эффективность условий формирования понятия здорового образа жизни у младших школьников на уроках окружающего мира.

Структура и объем работы: данная работа состоит из введения, двух глав, заключения, библиографического списка и приложений. Общий объем работы: стр., без приложений.

Задачи:

1. Изучить психолого-педагогическую литературу с целью рассмотрения понятий «здоровье», «образ жизни», «здоровый образ жизни».
2. Выявить уровень сформированности понятия о здоровом образе жизни у младших школьников.
3. Разработать содержание и реализовать в процессе обучения на уроках окружающего мира приемы формирования понятия здорового образа жизни у младших школьников.
4. Экспериментально проверить эффективность педагогических условий, направленных на формирование понятия здорового образа жизни у младших школьников.

Методы исследования: анализ психолого-педагогической литературы, анализ продуктов деятельности учащихся, наблюдение, педагогический эксперимент (констатирующий, формирующий, контрольный этапы).

Количество источников литературы: 45.

Количество приложений: 7.

Количество таблиц: 5

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение.....	4
Глава 1 Теоретические основы по формированию понятия здорового образа жизни у младших школьников.....	8
1.1 Исследование понятия «здоровый образ жизни» в психолого-педагогической литературе.....	8
1.2 Педагогические условия и приемы формирования понятия о здоровом образе жизни у младших школьников на уроках окружающего мира	13
Глава 2 Опытнo-экспериментальная работа по формированию понятия здорового образа жизни у младших школьников на уроках окружающего мира.....	24
2.1 Изучение уровня сформированности у младших школьников понятия о здоровом образе жизни.....	24
2.2 Реализация экспериментальной методики по формированию понятия о здоровом образе жизни у младших школьников на уроках окружающего мира.....	34
2.3 Определение динамики сформированности у младших школьников понятия о здоровом образе жизни на уроках окружающего мира.....	46
Заключение.....	56
Список используемой литературы.....	58
Приложения.....	62

Введение

Формирование здорового образа жизни у подрастающего поколения всегда была одной из проблем современной школы. Дети должны понимать, что только здоровый человек может жить полноценной жизнью. Поэтому от воспитания в семье и учебного учреждения зависит насколько ответственно дети будут относиться к своему здоровью, какие полезные умения и привычки они приобретут.

Младший школьный возраст является наиболее благоприятным для формирования навыков здорового образа жизни. Именно в это время происходит интенсивный рост организма ребенка, его адаптация к новым школьным условиям, а также к тому, что большую часть своего времени он будет посвящать умственному труду.

Актуальность данной работы заключается в том, что с каждым годом здоровье школьников ухудшается, вызывая беспокойство, как у родителей, так и у педагогов. Увеличивается число детей, страдающих различными хроническими заболеваниями и освобожденных от занятий физической культурой. Важным было и остается понимание необходимости заботиться о своем здоровье, а также стремление поддерживать здоровый образ жизни. Поэтому необходимо на самых первых этапах обучения в школе прививать детям полезные здоровые привычки.

Специалисты серьезно обеспокоены тем, что современные дети с каждым годом все больше заражаются вредными привычками, например, курение, алкоголь, зависимость от электронных гаджетов (телевизор, мобильные телефоны, компьютер и др.), пристрастие к фастфуду, сладким газированным напиткам и т. д. Все эти и другие факторы серьезно вредят как психическому здоровью ребенка, так и физическому. В запущенной форме это может привести к таким серьезным заболеваниям как ожирение, сердечно-сосудистые заболевания, хроническая усталость и мн., др.

Формированием и воспитанием потребности в здоровом образе жизни у детей занимались такие исследователи как С.В. Попов, Н.М. Амосов и др.

Вопросами по проблеме формирования ценностного отношения к здоровью у детей исследовали такие известные отечественные ученые-педагоги как А.С. Макаренко, В.А. Сухомлинский, К.Д. Ушинский и Е.Н. Водовозова.

Проблемой формирования здорового образа жизни в области знаний медицины и физиологии занимались ученые Ю.П. Лисицын, Б.Н. Чумаков, В.П. Казначеев, И.И. Брехман.

Опыт применения здоровьесберегающих технологий в обучении проанализирован в трудах В.Ф. Базарного.

Анализ психолого-педагогической литературы позволил нам предположить, что одним из возможных решений проблемы ухудшение здоровья младших школьников, является формирование у них знаний о понятии здорового образа жизни.

Проблема исследования: каковы условия формирования понятия здорового образа жизни у младших школьников на уроках окружающего мира?

Цель дипломной работы: выявить и создать эффективность условий формирования понятия здорового образа жизни у младших школьников на уроках окружающего мира.

Объект исследования: процесс формирования понятия здорового образа жизни у младших школьников на уроках окружающего мира.

Предмет исследования: условия формирования понятия здорового образа жизни у младших школьников на уроках окружающего мира.

Гипотеза исследования: мы предположили, что процесс формирования понятия о здоровом образе жизни у младших школьников будет осуществляться успешнее при соблюдении следующих условий:

- обеспечить освоение выделенных понятий и представлений при изучении нового материала;
- использовать на уроках наглядные средства обучения и мультимедийные технологии для эффективного усвоения знаний;
- привлекать детей к самостоятельной творческой работе по формированию здорового образа жизни.

Задачи:

1. Изучить психолого-педагогическую литературу с целью рассмотрения понятий «здоровье», «образ жизни», «здоровый образ жизни».
2. Выявить уровень сформированности понятия о здоровом образе жизни у младших школьников.
3. Разработать содержание и реализовать в процессе обучения на уроках окружающего мира приемы формирования понятия здорового образа жизни у младших школьников.
4. Экспериментально проверить эффективность педагогических условий, направленных на формирование понятия здорового образа жизни у младших школьников.

Методы исследования: анализ психолого–педагогической литературы, наблюдение, тестирование, эксперимент (констатирующий, формирующий, контрольный этапы), количественный и качественный анализ данных.

Структура и объем работы: данная работа состоит из введения, двух глав, заключения, библиографического списка и приложений. Общий объем работы: стр., без приложений.

Новизна исследования: заключается в том, что разработан комплекс приемов, нацеленный на формирование понятия здорового образа жизни у младших школьников в процессе обучения окружающему миру.

База исследования: исследование проводилось в школе № 47 города Тольятти.

Практическая значимость: основные положения работы могут быть использованы учителями начальных классов при разработке уроков окружающего мира и подборе заданий и упражнений, направленных на формирование понятия здорового образа жизни у младших школьников.

Глава 1. Теоретические основы по формированию понятия здорового образа жизни у младших школьников

1.1 Исследование понятия «здоровый образ жизни» в психолого-педагогической литературе

Чтобы раскрыть сущность формирования понятия здорового образа жизни более подробно, рассмотрим такие понятия как «здоровье», «образ жизни» и «здоровый образ жизни».

Всемирная организация здравоохранения [13] с понятием «здоровье» в первую очередь связывают психическое, физическое и социальное благополучие личности, а уже после отсутствие каких-либо недугов и болезней. С.В. Попов [32] полагает, что данное определение изначально исключает таких людей, которые могут иметь врожденные или приобретенные физические дефекты. Г.Л. Билич и Л.В. Назарова [5], дополняя определение ВОЗ несколькими факторами, утверждают, что здоровье включает в себя полное физическое, душевное и социальное благополучие человека и важное умение приспосабливаться к меняющимся условиям окружающей среды, а также отсутствие болезней и физических дефектов.

Противоположность понятия «здоровье» – есть понятие «болезнь». Болезнь нарушает естественную жизнедеятельность организма, вследствие чего происходят физиологические и структурные изменения, которые появляются из-за каких-либо раздражителей внутренней и внешней среды негативно влияющие на организм человека. Болезнь снижает приспособляемость человека к внешней окружающей среде.

По мнению Ю.П. Лисицына [20], определение «здоровье» не должно свидетельствовать лишь об отсутствиях болезней и недугов, потому что «здоровье» в первую очередь характеризует состояние, которое позволяет вести неестественную в своей свободе жизнь и выполнять свойственные человеку функции, такие как трудовые, а также придерживаться здорового

образа жизни, благодаря которому человек получает душевное, физическое и социальное благополучие.

Здоровье человека зависит от множества факторов. Базовыми факторами являются генетические, внешние условия обитания человека, социальные и природные предпосылки, экологические особенности территории проживания и мн.др. Это подтверждает доктор медицинских наук и профессор В.П. Казначеев, говоря, что здоровье следует воспринимать как «процесс (динамическое состояние) сохранения и развития биологических, физиологических и психических функций оптимальной трудоспособности, социальной активности при максимальной продолжительности жизни» [15, с. 45]. Главным является приспособление человеческого организма к условиям той среды, в которой он обитает.

По мнению Г.И. Царегородцева, понятие «здоровье» включает в себя «гармоническое течение различных обменных процессов между организмом и окружающей средой, результатом которого является согласованный обмен веществ внутри самого организма» [43, с. 42]. Здесь здоровье определяется естественным состоянием организма, в котором все обменные процессы протекают гармонично, вследствие чего у человека наблюдается отсутствие болезней.

Знаменитый психолог Ф. Перлз [28], рассматривая определение «здоровья», особое внимание уделял психическому здоровью, которое демонстрируется в несении ответственности человеком за свое поведение и поступки, а также в осознанности своих потребностей.

Итог всех приведенных выше определений «здоровья» мы подчеркнем в выделенных Г.С. Никифоровой [27] подходах к пониманию здоровья:

1. Здоровье – есть нормальная функция, то есть показатели функций человеческого организма должны находиться в пределах нормы. Снижение показателей говорит об развитии в организме болезней.
2. Здоровье – есть динамическое равновесие, которое подразумевает гармоничную взаимосвязь функций организма с окружающей средой.

3. Здоровье – есть способность к полноценному выполнению основных социальных функций, которая проявляется во взаимодействии человека с обществом через общую деятельность.
4. Здоровье – есть способность к адаптации. Когда организм человека может приспособиться к условиям окружающей среды, которые из-за разных факторов подвержены изменению.
5. Здоровье – есть полное физическое, духовное, умственное и социальное благополучие, то есть принцип единства организма, саморегуляции и уравновешенного взаимодействия всех органов.

Н.А. Агаджанян [1] подчеркивает, что здоровье неотъемлемо связано от благополучно протекающих процессах в организме человека и в окружающей его среде, в которой человек выстраивает свой образ жизни. Определение «образ жизни» является способом жизнедеятельности человека, который выражается в трудовой, досуговой деятельности, а также в удовлетворении материальных и духовных потребностей, нормах общения и поведения.

И.В. Бестужев-Лада и Ю.П. Лисицын [20] классифицируют образ жизни по следующим категориям:

- экономическая, то есть «уровень жизни» человека, который сложился в определенных общественно-экономических условиях;
- социологическая, которая характеризуется качеством жизни человека;
- социально-психологическая, то есть «стиль жизни» человека, который включает в себя индивидуальные особенности поведения личности;
- социально-экономическая подразумевает «уклад жизни» человека, то есть его общественную жизнь, культуру и быт.

Образ жизни каждого человека индивидуален. С помощью образа жизни о человеке можно узнать его ценности, стиль жизни, причины его поведения, почему он имеет тот или иной уровень жизни и т. д.

Благодаря образу жизни человека формируются важные механизмы, отвечающие за адаптацию организма человека к условиям окружающей среды, а также гармоничное взаимодействие всех процессов организма, благодаря которым человек способен выполнять все социальные функции.

Образ жизни человека является одним из важных факторов, которые непосредственно влияют на здоровье человека. От определения «образ жизни» мы переходим к изучению определения «здоровый образ жизни».

Исследователь Д.А. Складов [36] отмечал, что еще в восточной философии определение «здоровый образ жизни» строилось на гармоничном единстве протекающих в человеке психических и физических процессов. Вследствие этого, китайские философы полагали, что нарушение физических процессов в человеческом организме происходят из-за дисбаланса психических процессов. По мнению философов, если настроение человека часто подвергается отрицательным эмоциям, таким как грусть, страх, гнев, уныние и мн., др., то сокращается не только жизнь человека, но и происходят серьезные нарушения в энергии всего организма. А такие положительные эмоции как радость, напротив обеспечивают человеку долголетие и гармонизируют энергетические потоки в организме человека.

В тибетской медицине в трактате «чжуд-ши» главная причина болезненных состояний человека крылась в его невежестве. Из-за невежества человек ведет неправильный образ жизни, поэтому часто хворает и болеет. Человек, чьи глаза окутала пелена невежества часто испытывает соблазн к вредным привычкам, на него находит ничем не объяснимая хандра и печаль, он становится завистлив и несправедлив к людям. Пелену невежества можно сбросить, если тренировать себя видеть и соблюдать во всем меру. Умеренность ведет человека к психологической и физической гармонии, что является главной составляющей здорового образа жизни.

Здоровый образ жизни изучает валеология. Валеология – это «общая теория здоровья, претендующая на интегральный подход к физическому, нравственному и духовному здоровью человека» [2, с. 160]. Сам термин в

науку ввел советский ученый, доктор медицинских наук и профессор Израиль Брехман [7].

Педагогическая валеология занимается изучением таких вопросов как воспитательные и образовательные работы по сохранению и укреплению здоровья детей, а также ознакомление детей с азами анатомии и строения тела человека.

В статье «Валеологические воспитание школьников: теория и практика» Н.М. Полетаева [31] утверждает, что здоровый образ жизни в первую очередь связан с постоянной адаптацией человека к условиям окружающей его среды, а также с образом жизни, который складывается в определенных общественно-экономических условиях.

В трудах социолога и психолога Ю.П. Лисицына [20] определение «здоровый образ жизни» включает в себя деятельность, которую ведет человек или общество. Деятельность подразумевает активное использование материальных и духовных ресурсов для укрепления здоровья, а также в целом для гармоничного физического и духовного развития человека.

Здоровый образ жизни включает в себя такие формы и способы, которые использует человек в своей жизни для укрепления восстановительных и защитных возможностей организма. Благодаря этому, человек может более успешно выполнять свою трудовую и общественную деятельность, не обращая внимания на политические, экономические и социально-психологические ситуации. Вследствие этого, если дети младшего школьного возраста будут грамотно распределять свою нагрузку, то их организм будет быстрее привыкать к изменчивым условиям в окружающей среде, у них быстрее будут восстанавливаться силы после любой физической и умственной работы, а также в целом повысится работоспособность.

Исследователь Б.Н. Чумаков [44] связывает здоровый образ жизни с активной деятельностью людей, которая помогает сохранить и укрепить здоровье человека. Автор подчеркивает важность того, что здоровый образ

жизни человека и семьи в целом не выстраивается за один день или по хлопку. Здоровый образ жизни формируется в течении всей жизни человека.

Для того, чтобы ребенок стал успешным в будущем, необходимо еще со школьной скамьи научить его грамотно организовывать режим своей трудовой деятельности и отдыха. Данные умения помогут уже взрослому человеку надолго сохранить бодрость духа и творческую активность.

По мнению И.А. Кочегаровой [17], обучение и здоровье неразделимы. Хорошее здоровье способствует успешному обучению. Современные ученые выделили следующие составляющие здорового образа жизни школьников: положительные эмоции; оптимальный двигательный режим; рациональное питание; закаливание; личная гигиена; отказ от вредных пристрастий (курение, употребление алкогольных напитков, наркотических веществ, фастфуда и др.); оформление классных и школьных уголков здоровья.

Таким образом, можно подвести итог, определение «здоровье» включает в себе важность воспитания и укрепления биологических, социальных и духовных функций человека и общества. Определение «здоровый образ жизни» выражается в стиле жизнедеятельности человека, который выстраивает сам человек, беря за основу свои индивидуальные особенности организма и условия окружающей среды обитания, чтобы заниматься сохранением и укреплением здоровья организма для выполнения всевозможных функций.

1.2 Педагогические условия и приемы формирования понятия о здоровом образе жизни у младших школьников на уроках окружающего мира

Безусловно, здоровый образ жизни у детей необходимо формировать в условиях семьи, но в то же время очевидно, что наиболее благоприятным условием для организации процесса формирования здорового образа жизни является школа. Именно в школе формирование здорового образа жизни

носит массовый характер, происходит системно в рамках различных областей деятельности, в урочное и внеурочное время.

Формирование здорового образа жизни – сложный педагогический процесс. Несмотря на то, что на здоровье человека влияют множество факторов, такие как наследственные, социально-экономические, экологические и др., главной задачей учителя является формирование у детей определенных ценностей о здоровье, а также базы здоровых привычек и приемов сохранения и поддержания здоровья. Необходимо, чтобы учитель донес до детей осознание того, что каждый человек сам несет ответственность за свое здоровье; что он сам может стать творцом своего здоровья.

Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования построен на обеспечение безопасности здоровья младших школьников на протяжении всего учебного процесса. Стандарт нового поколения формирует у детей такие знания, нормы и интересы, которые учат бережно относиться к своему здоровью; сохранять и укреплять свое здоровье; обеспечивать сохранение и укрепление здоровья и др. С помощью межпредметных связей, интегративного подхода, дифференцированного обучения у детей формируются знания о факторах, причиняющих серьезный вред физическому и психическому здоровью. Учащиеся знакомят с вредными привычками, объясняя причинно-следственные связи, вследствие чего у младших школьников формируется и укрепляется база здоровых привычек.

Уроки окружающего мира способствуют формированию здорового образа жизни, курс изучает основные знания о человеке, обществе в целом и природе, то есть окружающей среде человека. Также у младших школьников воспитывают умение видеть и осознавать причинно-следственные связи в окружающем мире. Формируется база знаний о соблюдении личной гигиены, об особенностях своего организма, а также о приемах сохранения и укрепления своего здоровья, чтобы предотвратить проблемы со здоровьем,

или напротив уметь восстановить, если недуги и болезни стали проявляться. Данную базу знаний формируют уроки окружающего мира, объясняя детям как грамотно составить режим дня, чтобы благоприятно чередовать трудовую деятельность и отдых. Учащимся объясняют, что здоровье – есть одна из самых важных ценностей в жизни человека. Древнегреческий философ тоже признавал ценность здоровья Сократ, говоря, что «здоровье – это еще не все, но все без здоровья – ничто» [16, с. 36].

Согласно федеральному государственному образовательному стандарту начального общего образования положительный опыт школьных учреждений и анализ педагогической литературы, направленный на формирование базы у младших школьников здорового образа жизни, демонстрирует благоприятные возможности для здоровья, если соблюдаются следующие условия:

- здоровьесберегающий компонент интегрируется в содержание материала по предмету «Окружающий мир»;
- для школьников формируют условия, в которых они могут вести исследовательскую деятельность по изучаемому материалу, например, изучение собственного организма с помощью наблюдения, опыта моделирования процессов, которые происходят в организме;
- на уроках окружающего мира регулярно проводится валеологический анализа и самоанализ, то есть как и какими приемами сохранить и укрепить не только свое физическое, нравственное и духовное здоровье, но здоровье общества в целом;
- на уроках по окружающему миру вводят такие методы изучения материала, как валеотренинг, упражнения, анализ видеоматериалов, постановка проблемных ситуаций, игры и мн., др.).

Но, как показывает практика и изучение педагогической литературы, соблюдение перечисленных выше компонентов бывает недостаточно. Необходимо изучать с детьми конкретные темы по сохранению и

укреплению здоровья, например, тема «Строение тела человека» – дети изучают организм человека в целом, а также отдельные органы и их функции.

Авторы В.П. Куликов и В.И. Киселев [18] одним из главных условий формирования здорового образа жизни выделяют мотивационно-ценностный. Этот компонент характеризуется четкой установкой на ведение здорового образа жизни с помощью которого человек реализовывает свою личность в трудовой, общественной, досуговой и творческой деятельности. Необходимо, чтобы ведение здорового образа жизни было потребностью детей, благодаря которой они будут использовать навыки и приемы для сохранения здоровья. Учащимся нужно осознать, что здоровье является одной из главных ценностей в жизни, и то, что в первую очередь в их силах поддерживать и укреплять свое здоровье. Академик Н. М. Амосов утверждает, что для поддержания и укрепления здоровья «нужны собственные усилия, постоянные и значительные» [3, с. 189].

Отечественный педагог К.Д. Ушинский [40] считает, что главная составляющая в формировании здоровья детей является развитие устойчивой мотивации. Необходимо, чтобы у детей был интерес в поддержании и сохранении своего здоровья. Данная мотивация будет иметь положительное влияние только при наличии соответствующей теоретической подготовки ребенка, где он будет изучать приемы сохранения и укрепления своего здоровья. К.Д. Ушинского полагает, что формирование здорового образа жизни средствами воспитания должно базироваться на всестороннем развитии форм и функций организма, а также физических способностей, которые позволяют поддерживать и укреплять здоровье, воспитывать моральные, волевые и эстетические качества личности и др.

По мнению И.П. Подласого [30], одним из главных условий для формирования положительных мотивов обучения и воспитания младших школьников являются новые впечатления и любознательность. Если учитель, проявляя свое мастерство, будет активировать любознательность детей через

новые впечатления на уроках окружающего мира по формированию здорового образа жизни, то у учащихся возникнет интерес к этой теме, и им будет легче усваивать новые знания.

Отследить учащимся мотивы своего поведения поможет упражнение «Я хочу – они хотят – я поступаю». Родители или учитель задает ребенку определенную ситуацию, например, «В какой одежде вы сегодня пойдете в школу». На полу раскладываются три листа бумаги, на одном написано «я хочу», на другом – «они хотят», на третьем – «я поступаю». Ребенок поочередно берет каждый листок и говорит о том, как ему хочется обычно поступать в этой ситуации, чего хотят от него другие (родители, учителя), как он обычно поступает на самом деле.

Здоровые привычки формируют здоровую, нравственную, активную личность. В то время как негативные привычки останавливают развитие личности. Привычка – сложившийся способ поведения, который в определенных ситуациях становится для человека потребностью. Привычки могут складываться стихийно, с помощью направленного воспитания, перерасти в устойчивые черты характера, приобретать черты автоматизма [34]. Поэтому необходимо младшим школьникам вырабатывать здоровые привычки и предотвращать появление вредных, а если вредные привычки все же вошли в образ жизни, то бороться и приложить все усилия для их устранения.

Многие люди прекрасно осведомлены о том, что негативные факторы в виде вредных привычек, к которым пристращается человек, отрицательно сказываются на здоровье, а порой и не поправимо. Но тем не менее люди не отказываются от вредных привычек. Да, они знают, что вредно, что плохо, что будут последствия, но эти знания не перерастают в мотивацию, чтобы начать здоровый образ жизни. Например, одной из причин несформированности у людей гигиенического поведения является отсутствие выполнения таких навыков для оздоровления организма и ведения здорового образа жизни в целом, как занятие спортом (зарядка), режим дня, умеренное

и здоровое питание и др. Перечисленные навыки вырабатывают у человека привычку, которая со временем доходит до автоматизма. Чтобы выработать данные привычки человек задействует множество своих ресурсов, такие как сила воли и время на сохранение и укрепление здоровья. Люди знают и соглашаются с тем, что «спорт – это жизнь», тем не менее не перестают вести малоподвижный образ жизни. Все это говорит об отсутствии мотивации к ведению здорового образа жизни.

Для того чтобы вести здоровый образ жизни, необходимо отказаться от привычек, убивающих здоровье. Т.М. Бондаренко считает, что младшие школьники во многом стараются подражать взрослым, поэтому они «нуждаются в нравственном просвещении со стороны взрослых посредством живого общения с ними, что дает пример для их нравственного поведения» [6, с. 190]. В.А. Сухомлинский [39] в формировании здоровья детей большое внимание уделял личным примерам, которые подают взрослые учащимся каждый день. Если ребенок самолично будет видеть пользу в видении здорового образа жизни, тогда он сам будет стремиться к укреплению собственного здоровья, опираясь на положительный опыт взрослых.

Родителям и учителям как главным примерам для подражания в жизни детей необходимо помочь им найти верный путь в этом огромном мире, суметь объяснить, что делать нельзя, а что можно, и в целом быть для ребенка примером, на который можно опереться. Главная задача состоит в том, чтобы родители и учителя не допустили того, чтобы дети стали пристращаться к вредным привычкам, получая от этого удовольствие. Нужно постараться не доводить до того, чтобы бороться с привычками ребенка, а уже сейчас вести какую-то профилактическую деятельность, благодаря которой ребенок даже попытаться не будет закурить, выпить алкогольный напиток и. т. п.

Создание и привлечение младших школьников к здоровым привычкам невозможно осуществить без помощи родителей. Отечественный педагог А.С. Макаренко считает, что «воспитательный процесс есть процесс,

постоянно длящийся, и отдельные детали его разрешаются в общем тоне семьи, а общий тон нельзя придумать и искусственно поддержать. Общий тон создается собственной жизнью и собственным поведением родителей» [22, с. 144]. Благоприятный климат в семье при ведении здорового образа жизни реализуется, если семья активно принимает участие в общей деятельности, например, общей досуг, который может проходить в виде чтения школьной и укрепляющей здоровье литературы; занятия спортом; посещение кино, театров, музыкальных концертов и др.

По мнению Н.Я. Прокопьева [33], здоровые привычки можно воспитать у детей с помощью разработки режима дня. Детский педиатр Д.Т. Сургунов [37] уточняет, что правильный режим дня школьника характеризуется целесообразно организованным, соответствующим возрастным особенностям распорядком суточной деятельности, где закрепляются до автоматизма те или иные жизненные процессы. Ребенок вместе с родителями или учителем составляет режим, в которых он будет повторять одни и те же действия в какой-то определенный промежуток времени. Вследствие этого, у ребенка будут вырабатываться определенные здоровые привычки, такие как продуктивный сон, выполнение гигиенических норм, умеренное сбалансированное питание, занятия спортом и др. В начале пути к здоровому образу жизни ребенку необходимы напоминания родителей, когда и что выполнять, согласно режиму, а также сила воли и мотивация к выполнению того или иного действия. Но с истечением определенного времени, ребенок начнет испытывать потребность в выполнении действий из режима дня. Вследствие чего у ребенка создадутся и будут укрепляться список определенных здоровых привычек.

У детей, поступающих в школу, происходит смена ведущей деятельности с игровой на учебную, но, несмотря на это, для младшего школьника игра имеет большое значение. Учитель может применять игру, какие-то игровые моменты или же оформление при формировании понятия здорового образа жизни на уроках окружающего мира. Игры могут быть

познавательными, проходить в виде викторин, конкурсов и. т. д. По мнению В.А. Сухомлинского [38], игра провоцирует детей активировать свои творческие способности, а также силу воображения, потому что без творческого соображения не может быть полноценного обучения. Творчество проявляется в проигрывании ситуаций, которые помогают учащимся осмыслить происходящие в реальности. При создании условий творческой активности у детей будет побуждаться интерес к деятельности связанной со здоровым образом жизни.

Е.Н. Водовозова [9] считает, что игровая деятельность – одно из самых эффективных средств обучения. Дело в том, что благодаря игровым приемам младший школьник может воплотить любые мечты и желания в жизнь. Игра позволяет детям узнать что-то новое об окружающем их мире, закрепить навыки, расширить свой кругозор. Е.А. Ляшенко [21] утверждает, что познавательные игры позволяют создать для детей атмосферу соревнования, где дети вынуждены активировать знания, искать, подбирать, оценивать и др.

Игра «Отгадай слово», например, каждой группе учеников нужно переставлять буквы, чтобы разгадать слова и рассказать, что помогает человеку быть здоровым. Другой игровой прием называется «Запомни только...». Например, учащимся нужно запомнить только слова, которые относятся к ведению здорового образа жизни. Дети записывают эти слова, после чего происходит коллективная проверка.

Одним из важных условий успешного формирования здорового образа жизни является соблюдение гигиенического поведения. Младшие школьники в этом возрасте чрезвычайно наблюдательны и склонны к подражанию, поэтому учителям необходимо помнить о своем внешнем виде и быть для детей положительным примером. Повседневная жизнь учащихся помогает формированию здорового образа жизни, если в нее входят разнообразные формы поведения необходимые для здоровья, например, утренняя зарядка в школе, физкультурные минутки на уроках, уроки здоровья и др.

Игра «Угадай, что покажу» способствует формированию потребности в выполнении правил личной гигиены. Например, каждая группа учащихся готовят пантомимы «Чищу зубы», «Как надо мыть руки» и др. Другие дети должны догадаться и рассказать о том, что им показывают.

Игра «Что для чего» учит детей правильно подбирать средства для ухода за разными частями тела. Например, учащимся необходимо из предложенных предметов гигиены отобрать те, которые используются для ухода за телом, зубами, ногтями, волосами и др., а потом рассказать, как с помощью того или иного предмета нужно осуществлять уход.

Помимо всевозможных игр, активировать у детей творческие способности и силу воображение можно с помощью рисования. По мнению Л.С. Выготского [10] рисование позволяет создать принципиально новые продукты, преобразуя уже имеющиеся предметы. Ребенок, благодаря рисованию, развивается как физически, так и интеллектуально.

Прием «4 вопроса — 4 рисунка» позволяет закрепить у младших школьников новые знания. Учитель выдает детям лист, разделенный на 4 равные части, потом задает детям 4 вопроса, например, «Что обязательно должно входить в режим дня младшего школьника», «Какие полезные продукты питания Вы знаете» и др. Дети отвечают на вопросы маленькими рисунками. Затем дети показывают свои рисунки и обсуждают содержание, сравнивают их между собой, находят общее и отличное.

Н.В. Шараповой [45] полагает, что современные технологии, такие как электронные пособия, презентации, различные сообщения, видеозаписи, помогают вывести обучение на более индивидуальный уровень, где дети для подготовки творческого задания по формированию здорового образа жизни самостоятельно ищут по тому или иному запросу нужную информацию. Благодаря данным технологиям у детей воспитывается самостоятельность, происходит усиление мотивации, формируются и отрабатываются исследовательские навыки.

Например, для закрепления знаний о здоровом образе жизни детям задается подготовить презентацию своего режима дня – учащиеся сами находят полезную информацию по теме, обрабатывают ее и вставляют в презентацию, также в слайды презентации можно вставить тематические рисунки.

На уроках по окружающему миру часто используются словесные методы, такие как рассказ и беседа, которые показывают детям причинно-следственные связи событий и явлений, тем самым способствуя лучшему запоминанию информации. Р.А. Петросова утверждает, что рассказ – есть «живое и образное изложение какого-либо вопроса учителя, посвященное преимущественно сообщению фактического материала или описанию какого-либо объекта или явления» [29, с. 97]. Благодаря рассказу, учащиеся могут узнать о каких-то явлениях, а также наблюдать за ними по ходу рассказа учителя, чтобы воссоздавать в воображении те или иные образы и усваивать знания.

В качестве примера можно привести работу над созданием представлений и понятий о здоровом образе жизни у младших школьников, где учитель добивается полной осознанности содержания понятий, потому что именно такие знания переходят в убеждения. Важным условием организации целенаправленного восприятия детьми того или иного понятия является сочетание его показа с объяснением учителя. Показ может быть в демонстрации видеofilmа, рисунков, картинок в учебных пособиях и презентации и др. Данный прием работы обеспечивает в сознании школьников связь между словом и конкретным образом.

Р.А. Петросова [29] выделала, что значимость беседы состоит в том, что она строится на вопросах учителя и ответах учащихся. Беседа отлично развивает мышление детей. Они учатся грамотно выражать свои мысли, чтобы доказать ту или иную точку зрения. В беседе должны задаваться проблемные вопросы, которые касаются той или иной учебной темы. Например, учитель может провести с учащимися беседу «Если хочешь быть

здоров», где будут подниматься проблемные вопросы о том, как сохранить и укрепить свое здоровье.

Анализ психолога-педагогической литературы позволил нам сформулировать следующие педагогические условия, способствующие формированию представлений и понятий о здоровом образе жизни у младших школьников на уроках окружающего мира:

- использовать на уроках словесные методы обучения, такие как рассказ, беседа;
- использовать на уроках наглядные средства обучения и мультимедийные технологии;
- обеспечить освоение выделенных понятий и представлений при изучении учебных предметов;
- привлекать детей к самостоятельной творческой работе по формированию здорового образа жизни;
- применять эффективные методы, приемы направленные на формирование понятия здорового образа жизни у младших школьников.

Таким образом, мы пришли к выводу о том, что необходимо разработать и внедрить наиболее эффективные приемы для формирования понятия здорового образа жизни у младших школьников, а также создать для этого специальные условия, благодаря которым дети будут целенаправленно запоминать и закреплять полученные знания с мотивацией на дальнейшее соблюдение здорового образа жизни.

Глава 2 Опытнo-экспериментальная работа по формированию понятия здорового образа жизни у младших школьников на уроках окружающего мира

1.1. Изучение уровня сформированности у младших школьников понятия о здоровом образе жизни

Для изучения уровня сформированности у младших школьников понятия о здоровом образе жизни было организовано и проведено экспериментальное исследование.

Опытнo-экспериментальная работа проводилась на базе муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения городского округа Тольятти «Школа с углубленным изучением отдельных предметов № 47». В эксперименте приняли участие ученики 2 «Б» класса (экспериментальная группа) и 2 «Д» класса (контрольная группа), в количестве 40 человек (по 20 из каждой группы). По основным характеристикам (количество учащихся в классе, условия обучения, этап обучения, состав учащихся) существенных различий между контрольной и экспериментальной группой изначально не было.

С целью выявления уровня сформированности у младших школьников понятия о здоровом образе жизни, нами был проведен эксперимент, содержащий три этапа: констатирующий, формирующий и контрольный, с использованием различных методов исследования.

Целью констатирующего этапа эксперимента является выявление реального уровня сформированности понятия о здоровом образе жизни у младших школьников на уроках окружающего мира, диагностика знаний и умений, которые развиты в большей, а какие в меньшей степени.

Исследование проводилось по основным критериям сформированности представлений и знаний у младших школьников о здоровье и здоровом образе жизни выделенных Г.В. Мокроусовой [24]:

- сформированность представлений и знаний о здоровье и здоровом образе жизни у младших школьников;
- овладение навыками, приемами здорового образа жизни;
- сформированность привычек гигиенического поведения;
- определение уровня знаний младших школьников о безопасном поведении в различных условиях жизни.

Все предложенные методики можно проводить как в индивидуальной, так и в групповой форме. В предварительной инструкции, которая дается в свободной форме, следует избегать слов «тест», «опрос» и. т. д., чтобы избежать беспокойства испытуемых, создавая благоприятную психологическую атмосферу, тесты называются занятиями, которые проходят в дружественной обстановке.

Таблица 1 – Критерии и показатели уровня сформированности понятия здорового образа жизни у младших школьников на уроках окружающего мира

№	Критерии	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
1	Сформированность представлений и знаний о здоровье и здоровом образе жизни	Включает в себя конкретную базу представлений и знаний о здоровье и здоровом образе жизни. «Здоровье» представляется как способность, ведущая личность к саморазвитию, а «здоровый образ жизни» как формы и способы жизнедеятельности, которые позволяют личности самосовершенствоваться	Имеются частичные представления и знания о здоровье и здоровом образе жизни, а также о том, как вести и поддерживать здоровый образ жизни.	Знания и представления о здоровье и здоровом образе жизни практически отсутствуют. Проявляется неправильное отношение к своему здоровью.
	Сформированность привычек гигиенического поведения	Характеризуется наличием сформированных привычек гигиенического поведения. Присутствует понимание важности	Имеются частично сформированные привычки гигиенического поведения. Гигиенические	Привычки гигиенического поведения практически отсутствуют.

		гигиенических процедур, потому что они помогают сохранять и поддерживать здоровье	процедуры выполняются ситуативно.	
2	Сформированность круга умений и навыков здорового образа жизни	Включает в себя сформированный круг определенных умений и навыков здорового образа жизни	Имеется частично сформированный круг умений и навыков здорового образа жизни. Нечеткие представления и знания о здоровье и здоровом образе жизни формируют выборочные умения и навыки.	Сформированный круг умений и навыков здорового образа жизни у детей практически отсутствует. У детей заметны проявления неправильного отношения к своему здоровью.
3	Определение уровня знаний младших школьников о безопасном поведении в различных условиях жизни	Включает в себя четкие знания о безопасном поведении в различных условиях жизни	Имеются знания о самых распространенных правилах безопасного поведения в различных условиях жизни.	Знания даже об основных правилах безопасного поведения в различных условиях жизни практически отсутствуют.

Для организации констатирующего и контрольного этапов эксперимента нами были подобраны следующие диагностические методики.

Анкета Ю.В. Науменко [25] «Знания о здоровье и здоровом образе жизни» направлена на определение уровня сформированности представлений и знаний о здоровье и здоровом образе жизни у младших школьников. В ее основе лежит проверка представлений, знаний о здоровье и здоровом образе жизни, сформированные у младших школьников, а также сформированность привычек гигиенического поведения. Анкета состоит из 10 закрытых и 2 открытых вопросов. Учащимся предлагается ответить на вопросы анкеты, отметив варианты ответов кружочком, которые, по их мнению, являются верными, а также написать полные ответы на открытые вопросы. По ходу выполнения анкеты детьми инструкция дополняется.

С заданием справились все учащиеся, но многие не уложились в отведенное время, поэтому пришлось выделять дополнительные минуты.

Задания выполняли соответственно требованиям. Но некоторым детям пришлось дополнительно объяснять, как именно нужно заполнять анкету, хотя правила заполнения проговаривались неоднократно устно и были четко прописаны на доске.

После подсчета баллов в экспериментальной и контрольной группах, была составлена диаграмма об уровне сформированности представлений и знаний о здоровье и здоровом образе жизни у младших школьников (см. Приложение 1 и 2, Рисунок 1).

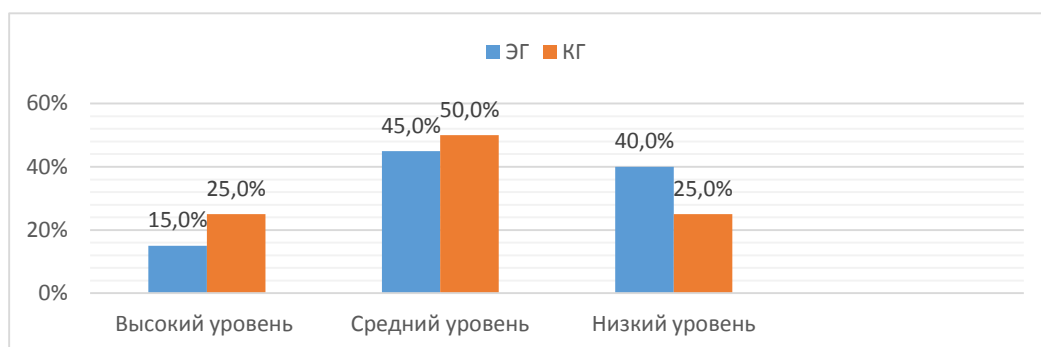


Рисунок 1 – Уровень сформированности представлений и знаний о здоровье и здоровом образе жизни у младших школьников

Обработанные результаты выявили в экспериментальной группы высокий уровень у 3 человек, что составляет 15%. В контрольной группе высокий уровень наблюдается у 5 человек (25%). У испытуемых имеется конкретная база представлений и знаний о здоровье и здоровом образе жизни, которую они пополняют, изучая новую специализированную литературу по теме здоровья и здорового образа жизни. «Здоровье» для детей представляется как способность, ведущая их личность к саморазвитию, а «здоровый образ жизни» как формы и способы жизнедеятельности, которые позволяют их личности самосовершенствоваться. Алина С., Мария У. и Денис Н. соблюдают определенный режим дня, в который входят правила личной гигиены, зарядка, умеренное питание и мн. др. Дети с удовольствием участвуют в оздоровительных мероприятиях, которые проходят в школе, а также которые организуют родители.

К среднему уровню экспериментальной группы относятся 9 человек (45%). У контрольной группы средний уровень выявился у 10 человек (50%). У испытуемых имеются частичные представления и знания о здоровье и здоровом образе жизни, а также о том, как вести и поддерживать здоровый образ жизни. Некоторые дети посещают оздоровительные мероприятия.

На низком уровне у экспериментальной группы находится 8 человека (40%). В контрольной группе численность низкого уровня составляет 5 человек (25%). У таких детей знания и представления о здоровье и здоровом образе жизни практически отсутствуют. Например, Никита Б. считает, что главная ценность здоровья – это «иметь много денег». Выполнение анкеты вызвало серьезные затруднения. У детей проявляется неправильное отношение к своему здоровью: они не имеют даже элементарных знаний по укреплению своего здоровья. В оздоровительных мероприятиях дети участвуют редко.

Сформированность привычек гигиенического поведения у младших школьников изучалась по анкете «Знания о здоровье здоровом образе жизни» Ю.В. Науменко [25]. Результаты представлены на Рисунке 2 и Приложение 1 и 2.

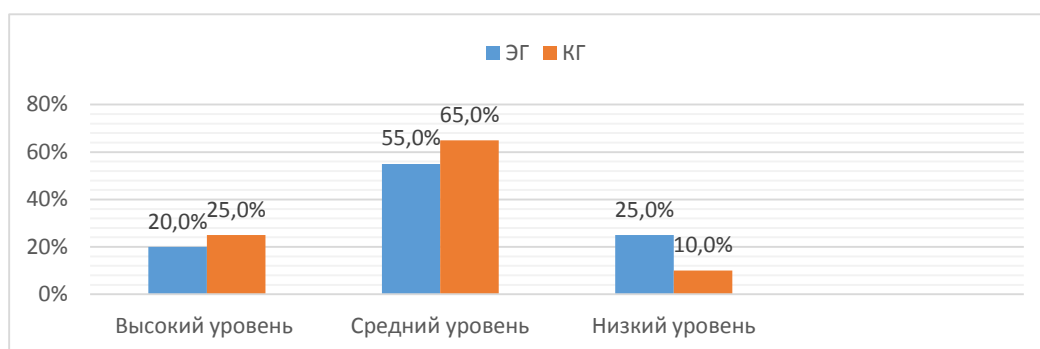


Рисунок 2 – Уровень сформированности привычек гигиенического поведения у младших школьников

В экспериментальной группе высокий уровень сформированности привычек гигиенического поведения наблюдается среди 4 человек (20%), а в контрольной группе среди 5 человек (25%). Учащиеся данного уровня имеют сформированные привычки гигиенического поведения. Дети осознанно

выполняют те или иные гигиенические процедуры. Они понимают, что данные процедуры помогают им сохранять и поддерживать свое здоровье. Учащиеся высокого уровня знают, как важно мыть руки перед едой, после прогулки и туалета, а также о необходимости каждый день принимать душ с использованием таких средств, как мыло, скраб, гель для душа и др. Алина С., Матвей Р., Мария У. и Алина И. знают, что у каждого из члена семьи должно быть свое полотенце, зубная щетка и молча.

На среднем уровне в экспериментальной группе находятся 11 человек (55%). В контрольной группе средний уровень наблюдается у 13 человек (65%). Учащиеся данного уровня имеют частично сформированные привычки гигиенического поведения. Дети не всегда могут вымыть руки перед едой или после прогулки. Но если о процедурах напомнил кто-то из взрослых – ребенок пойдет и выполнит ту или иную гигиеническую процедуру.

К низкому уровню в экспериментальной группе относятся 5 человек (25%). В контрольной группе низкий уровень составляет 2 человека (10%). У детей данного уровня отсутствуют привычки гигиенического поведения. Ребенок выполняет те или иные гигиенические процедуры только по требованию взрослого, и, чаще всего, под наблюдением кого-то из взрослых.

Методика «Мое здоровье» [14] направлена на определение сформированности круга умений и навыков здорового образа жизни у младших школьников. Анкета состоит из 6 закрытых и 2 открытых вопросов. Учащимся предлагается ответить на вопросы, отметив варианты ответов кружочком, которые, по их мнению, являются верными, а также написать полные ответы на открытые вопросы.

Учащие быстро справились с закрытыми вопросами. Но открытые вопросы, где детям было нужно проявить свои сформированные знания об основных умениях и навыках здорового образа жизни, вызвали серьезные затруднения. Некоторые учащиеся задавали вопросы – «А что можно

написать», «Сколько всего нужно написать». Данил И. и Борис Е. просили помочь и привести примеры, касаемо открытого вопроса.

Данная диаграмма представляет уровень сформированности круга умений и навыков здорового образа жизни у младших школьников (см. Приложение 1 и 2, Рисунок 3).

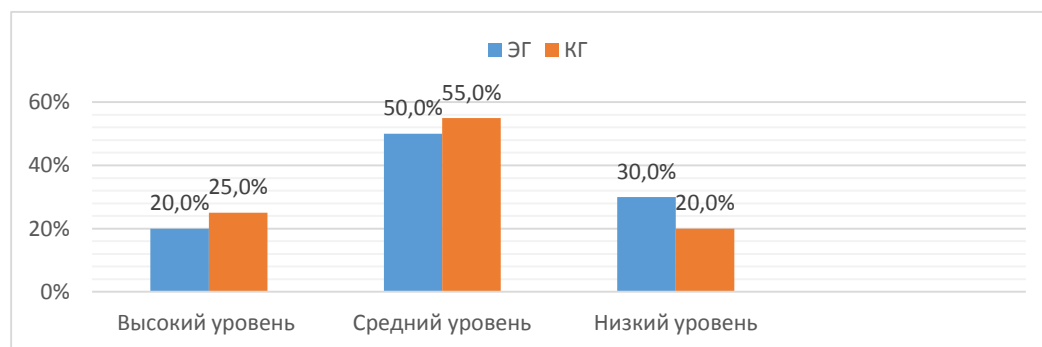


Рисунок 3 – Уровень сформированности круга умений и навыков здорового образа жизни у младших школьников

Обработанные результаты выявили в экспериментальной группы высокий уровень у 4 человек, что составляет 20%. В контрольной группе высокий уровень наблюдается у 5 человек (25%). У детей сформирован определенный круг умений и навыков здорового образа жизни. Также многие дети отрабатывают умения и навыки, вследствие чего они могут перерасти в полезную привычку. Сложившаяся база представлений и знаний о здоровье и здоровом образе жизни позволяет учащимся быстрее адаптироваться и усвоить умения и навыки, чтение специализированной литературы по теме здоровья и здорового образа жизни помогает расширить свой кругозор и познакомиться с новыми умениями и навыками. Режим дня соблюдают Алина С., Мария У. и Денис Н., которые утверждают, что именно четкая система выполнения действий помогает им отработать и закрепить те или иные умения и навыки. Например, выполнение гигиенических процедур, умеренное систематическое питание, выполнение физических упражнений и др.

К среднему уровню экспериментальной группы относятся 10 человек (50%). У контрольной группы средний уровень у 11 человек (55%). Учащиеся

имеют частично сформированный круг умений и навыков здорового образа жизни. Нечеткие представления и знания о здоровье и здоровом образе жизни формируют у детей выборочные умения и навыки, не всегда закрепляя их. Навыки и умения помогают отрабатывать взрослые, чаще всего родители и учителя, которые напоминают детям о том, что именно сейчас нужно выполнить ту или иную процедуру.

На низком уровне у экспериментальной группы находится 6 человек (30%). В контрольной группе численность составляет 4 человека (20%).

На данном уровне сформированный круг умений и навыков здорового образа жизни у детей практически отсутствует. У детей заметны проявления неправильного отношения к своему здоровью. Многие дети низкого уровня не смогли написать свои умения и навыки ведения здорового образа жизни и поставили в открытых вопросах анкеты прочерки.

Тест «Безопасное поведение в различных условиях жизни». Цель теста заключается в определении уровня знаний младших школьников о безопасном поведении в различных условиях жизни. Тест состоит из 12 вопросов. Учащиеся отвечают на вопросы, отметив знаком «+» те варианты ответов, которые, по их мнению, являются наиболее точными.

Тест вызвал трудности только у ряда учащихся. Этим детям приходилось выделять дополнительное время для решения и проверки своих ответов.

В экспериментальной и контрольной группах, была составлена диаграмма об уровне знаний младших школьников о безопасном поведении в различных условиях жизни (см. Приложение 1 и 2, Рисунок 4).

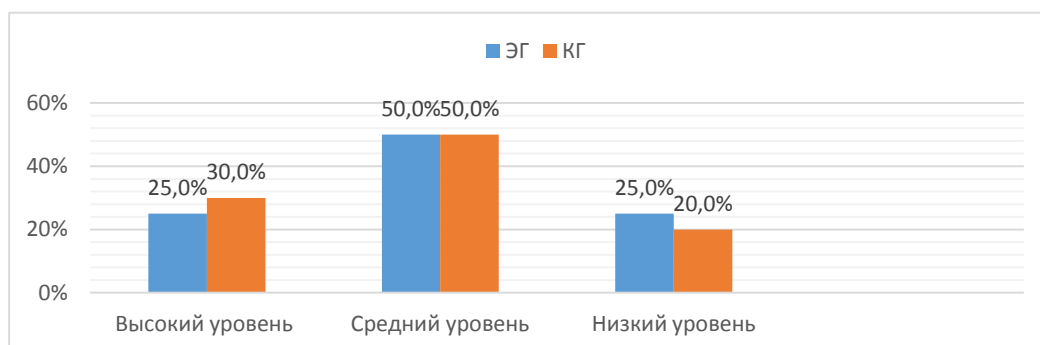


Рисунок 4 – Уровень знаний младших школьников о безопасном поведении в различных условиях жизни

Обработанные результаты выявили в экспериментальной группе высокий уровень среди 5 человек (25%). В контрольной группы среди 6 человек (30%). Дети высокого уровня имеют четкие знания о безопасном поведении в различных условиях жизни. Учащиеся не только знают основные правила поведения на природе (в воде, в лесу); в помещениях (школе, дома, в гостях); с незнакомцами, но и соблюдают данные правила на практике. Например, Кирилл А. и Олег З. посещают занятия по плаванию. Несмотря на то, что дети отлично плавают, на отдыхе они не заплывают за буйки, всегда придерживаясь безопасного поведения в воде.

На среднем уровне в экспериментальной группе находится 10 человек (50%). В контрольной группе средний уровень наблюдается у 10 человек (50%). Учащиеся осведомлены о самых распространенных правилах безопасного поведения в различных условиях жизни. Например, на природе – «Нельзя нырять в незнакомых местах», «Нельзя заплывать за буйки»; с незнакомцами – «Нельзя открывать дверь незнакомым людям». Соблюдают дети те или иные правила ситуативно. Если кто-нибудь из взрослых напомним ребенку о правиле безопасного поведения – он прислушается и выполнит то, что советует взрослый.

К низкому уровню в экспериментальной группе выделено 5 человек (25%). В контрольной группе низкий уровень составляет 4 человека (20%). Дети не осведомлены даже об основных правилах безопасного поведения в различных условиях жизни. Многие вопросы в тесте у учащихся вызвали затруднения. Чаще всего таким детям взрослые постоянно делают замечания, заставляя понять, что они могут навредить своим беспечным поведением либо себе, либо окружающим.

С целью обобщения данных по всем предложенным методикам и описания итогового уровня сформированности у младших школьников понятия о здоровом образе жизни, до проведения формирующего этапа

эксперимента, мы присвоили в каждой методике высокому уровню 3 балла, среднему 2 балла, низкому 1 балл. Затем, провели суммирование баллов и ранжировали результаты детей по следующим границам оценки: 12-9 баллов – высокий уровень, 8-5 балла – средний уровень, 4-0 балла – низкий уровень. После суммирования баллов за каждую методику, в каждой группе, был получен следующий результат, который мы отразили в диаграмме Рисунок 5.

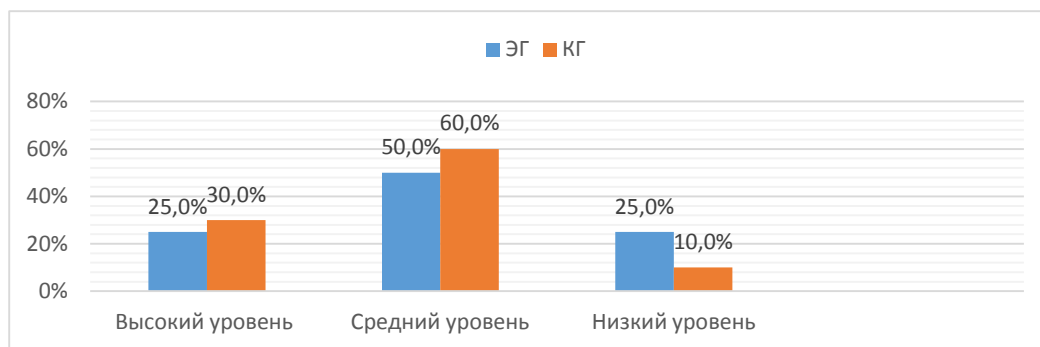


Рисунок 5 – Уровень сформированности понятия здорового образа жизни у младших школьников на уроках окружающего мира

К высокому уровню были отнесены учащиеся, у которых сформирована четкая база представлений и знаний о здоровье и здоровом образе жизни, а также о безопасном поведении в различных условиях жизни. Они пополняют свои знания, изучая новую специализированную литературу по теме здоровья и здорового образа жизни. Дети занимаются поддержанием и укреплением своего здоровья с помощью отработки умений и навыков, ведущих к здоровому образу жизни, например, выполняют сформированные привычки гигиенического поведения, придерживаются режима дня, в который входит физические упражнения и сбалансированное умеренное питание, а также регулярно посещают оздоровительные мероприятия. К такому уровню мы отнесли 5 учеников (25 %) из экспериментальной и 6 учеников (30 %) из контрольной группы.

Средний уровень характеризуется наличием у учащихся выборочных представлений и знаний о здоровье и здоровом образе жизни, а также о правилах безопасного поведения в различных условиях жизни. Дети имеют поверхностные знания об укреплении своего здоровья, вследствие чего дети

имеют неполный круг умений и навыков для ведения здорового образа жизни. Привычки гигиенического поведения также частично сформированы. Некоторые дети посещают оздоровительные мероприятия. К такому уровню относятся 10 учащихся (50%) из экспериментальной группы и 12 учащихся (60%) из контрольной группы.

На низком уровне у детей представления и знания о здоровье и здоровом образе жизни, а также о правилах безопасного поведения в различных условиях жизни практически отсутствуют. Проявляется неправильное отношение к своему здоровью – дети от случая к случаю выполняют гигиенические процедуры, часто употребляют в пищу фастфуд, газированные напитки и др. Умения и навыки ведения здорового образа жизни не сформированы. У них нет интереса к оздоровительным мероприятиям. К данному уровню относятся 5 учеников (25%) из экспериментальной группы, а в контрольной группе 2 ученика (10%).

По данным результатам можно сделать вывод о том, что показатели сформированности у младших школьников понятия о здоровом образе жизни выше у учащихся 2 «Д» класса, следовательно, этот класс будет являться контрольной группой, а 2 «Б» – экспериментальная группа, в которой будет проведен комплекс уроков, направленный на формирование у младших школьников понятия о здоровом образе жизни.

2.2 Реализация экспериментальной методики по формированию понятия о здоровом образе жизни у младших школьников на уроках окружающего мира

Определив уровень сформированности у младших школьников понятия о здоровом образе жизни, а также обозначив контрольную и экспериментальную группу, мы приступили к формирующему этапу эксперимента. Основной целью этого этапа являлось: формирование здорового образа жизни младших школьников посредством проведения серии

уроков по окружающему миру. Формирующий этап эксперимента осуществлялся в процессе работы на уроках окружающего мира со школьниками экспериментальной группы.

При разработке комплекса уроков, направленного на формирование понятия здорового образа жизни, нами были учтены возрастные особенности младших школьников, которые были описаны в теоретической части работы. Также нами были использованы различные методы, средства, приемы и формы организации учебного процесса на уроках окружающего мира.

Разработанный комплекс уроков окружающего мира состоял из 3 блоков и включал в себя 10 уроков, соответствуя учебному плану учителя. Первый блок – вводный, он включал в себя 2 урока. Уроки в данном блоке были направлены на то, чтобы расширить знания о сохранении здоровья с помощью изучения внешнего и внутреннего строения тела человека, а также изучить круг умений и навыков, которые необходимо выполнять, чтобы быть здоровым. Второй блок – основной, он включал в себя 7 уроков, направленных на формирование понятия здорового образа жизни, отработку и закрепление круга умений и навыков ведения здорового образа жизни с помощью ознакомления со здоровыми и вредными привычками, а также формирование безопасного поведения во всех случаях жизни. Третий блок – заключительный, состоял из 1 урока, на котором дети закрепили знания, полученные на предыдущих уроках.

Целью вводного блока уроков было расширить знания о сохранении здоровья и изучить круг умений и навыков, ведущих к здоровью. Основной метод, который мы использовали в первом блоке уроков – объяснительно-иллюстративный и игровой. Изложение информации осуществляли с помощью учебника и наглядных средств, такие как презентация, наглядные пособия.

Тема первого урока – «Строение тела человека» (см. Приложение 5). Целью данного урока было познакомить детей с внешним и внутренним строением человеческого тела, а также воспитать бережное отношение к

своему здоровью. Для изучения внешнего строения тела человека мы начали урок с игры. На слайдах были представлены силуэты животных – учащиеся должны были узнать и назвать животное. Потом учащиеся рассматривали слайд, на котором изображен дом снаружи и внутри. Так мы пришли к теме урока.

Для изучения внешнего строения человека мы попросили учащихся встать и назвать как тело человека устроено снаружи. После обсуждения мы открыли слайд и изучили внешнее строение более подробно. Внутреннее строение тела человека мы изучали следующим образом. Каждому учащемуся мы раздали листы с бесцветным внутренним строением тела человека, чтобы по ходу обсуждения каждого важного органа – закрашивать его цветом. Мы открыли презентацию с короткими видеороликами, в которых рассказывалась основная информация о каждом органе и его функции. После каждого видеоролика мы вели с детьми обсуждение и закрашивали органы.

Следующий вопрос открывал новое обсуждение – «Если тот или иной орган плохо выполняет свою функцию, к чему это приводит». Денис Щ. ответил: «Человеку больно». Мария П. предположила – «Может быть болеет». После обсуждения мы пришли к выводу о том, что насколько хорошо тот или иной орган выполняет свою функцию в организме зависит здоровье человека. Если какой-нибудь из органов плохо выполняет свои функции – появляются недомогания, болезни, которые отражаются на всем организме.

Тема второго урока – «Если хочешь быть здоров». Целью данного урока было познакомить детей с умениями и навыками, которые необходимо соблюдать, чтобы оставаться здоровым. Урок проходил в виде путешествия на поезде. В определенное время мы с учащимися останавливались на нужных станциях, где изучали ту или иную тему. Каждому ребенку раздавалась карта с подписанными станциями.

На первой станции познакомили учащихся с понятием «здоровье», а также объяснили важность сохранения и укрепления здоровья. После чего записали определение самого термина в словарь. Задались вопросом – «какие умения и навыки необходимо формировать, чтобы быть здоровым». Перешли на другую станцию.

Вторая станция называлась «Режим дня». Открыв слайд в презентации, мы продемонстрировали рациональный режим дня для младшего школьника, который поможет оставаться здоровым и полным сил. Также мы отметили, что представленный на слайде режим помогает гармонично чередовать труд и отдых. Дети записали в словарь термин «Режим дня» и его определение. После чего продолжили путешествие.

Третья станция называлась «Зарядка». Мы рассказали о важности выполнения утренней зарядки – она помогает организму проснуться и поддерживает общий тонус мышц. Поэтому, чтобы хорошо учиться, успевать выполнять все необходимые дела – нужно также активно начинать свой день. Раздали каждому учащемуся памятку, где описываются упражнения для выполнения зарядки.

Четвертая станция – «Гигиеническое поведение». С учащимися обсуждали важность выполнения как утренних, так и вечерних гигиенических процедур в виде чистки зубов, принятия душа, слежение за опрятностью и чистотой одежды и др. Особо отметили положение мытья рук перед едой, после прогулок и посещения туалета. В конце обсуждения дети записали правила гигиены в тетрадях.

Пятая станция называлась «Правильное питание». В разговоре с детьми о правильном питании мы ставили акцент на том, как важно сбалансированно и умеренно питаться. На вопросы о своем рационе многие дети с удовольствием рассказывали, как их балуют родители, родственники, готовя всевозможные хлебобулочные изделия, вторые блюда. Валерия К. и Мария П. рассказали, как помогали мамам готовить торты и пирожные к приходу гостей. Некоторые из детей рассказывали о том, как любят есть в

McDonald's или KFC. Мы рассказали детям о вреде употребления в пищу фастфуда. Рассказали о пользе овощей и фруктов в рационе. Когда речь зашла о том, как полезно есть первые блюда в виде супов, некоторые учащиеся стали перечислять какие именно продукты они терпеть не могут в супах, чаще всего дети называли овощи (вареная морковь, зелень, перец и мн., др.); некоторые утверждали, что родители не готовят первых блюд; другие ребята признались, что из супа выпивают только бульон, а овощи оставляют.

Для закрепления темы о питании мы с детьми рисовали вредные и полезные продукты питания, с которыми сталкиваемся в повседневной жизни. Для этого нужно было бумажный лист форматом А4 разделить пополам. Вверху на первой половине написать «Полезно», а на второй половине «Вредно». Дальше детям нужно было подключить свои творческие способности и теоретические знания, которые мы разобрали на уроке. В конце учащиеся записали правила здорового сбалансированного питания в тетрадях.

Шестая станция имела название «Свежий воздух». Мы рассказывали детям о положительном влиянии прогулок и подвижных игр на свежем воздухе, а также о пользе оздоровительных мероприятий. Многие дети приводили в пример, как они ходили с родителями в лес, играли в подвижные игры, например, с мячом и др.

Последняя станция называлась «Здоровый сон». Мы рассказывали учащимся о пользе здорового сна, который должен составлять минимум 9-10 часов. За это время организм человека успевает набраться сил перед предстоящим насыщенным делами днем.

В заключении нашего урока мы прочитали высказывание одного из мудрецов, который утверждал, что «мы замечаем, что самое ценное для нас – это здоровье, только когда его у нас уже нет». Вместе с учащимися мы пришли к выводу о том, что наше здоровье зависит в первую очередь от нас самих, потому что в наших силах обеспечить организм всем необходимым.

Забота о своем организме ведет к здоровью, а здоровье – есть успех. Все правила перечисленные выше учащиеся записали в тетрадь.

Второй блок уроков, был направлен на формирование понятия здорового образа жизни, отработку и закрепление круга умений и навыков ведения здорового образа жизни с помощью ознакомления со здоровыми и вредными привычками, а также формирование безопасного поведения во всех случаях жизни.

Тема первого урока – «Здоровые и вредные привычки». Направлен на формирование у детей верного представления о полезных и вредных привычках, которые помогают или препятствуют в организации здорового образа жизни.

С предыдущего урока мы вспомнили определение «Здоровье». После обсуждения с классом мы пришли к тому, что здоровье влияет на образ жизни каждого человека. Записали в словарик термин «образ жизни». Продолжив, мы с классом задались вопросом – «Что нужно делать, чтобы образ жизни человека можно было назвать здоровым». Учащиеся стали перечислять изученные на прошлом уроке умения и навыки – «Гигиеническое поведение», «правильное питание» и др. Записали в словарь определение «здоровый образ жизни».

Провели игру-кричалку «Полезно – Вредно», которая помогла детям активировать знания по ранее изученным темам. После того как зачитывалась фраза дети должны хором ответить «Полезно» или «Вредно».

После мы с детьми стали разбирать термин «Привычка». Дети давали следующие определения – «то, что повторяется», «когда не можешь делать по-другому». Термин «Привычка» со значением мы с ребятами записали в рабочие тетради, установив, что каждый человек имеет большое количество привычек, как вредных, так и полезных. Следующее задание – работа в группах. Каждой группе учащихся выдавалась карточка с пословицами. Задание заключалось в том, чтобы дети объяснили их смысл.

Физкультминутки мы использовали по технологии В.Ф. Базарного [20], которые улучшают настроение детей и подготавливают организм к дальнейшей работе. Одним из любимых упражнений ребят является «Письмо носом». Упражнение направлено на расслабление мышц глаз и шеи. Потому что напряжение в этой области нарушает правильное питание глаз, вследствие чего замедляется процесс кровоснабжения. Вместе с детьми мы рисовали носом полезную еду, писали имена и мн. др.

После проведения упражнений на расслабление мышц глаз и шеи, мы с детьми решили выяснить у кого какие привычки существуют и каких привычек больше – вредных или полезных. Для бумажный лист форматом А4 мы разделили пополам. Вверху на первой половине подписали «Полезные привычки», а на второй половине «Вредные привычки». Дальше учащимся нужно было провести рефлексия, отслеживая собственное поведение. Чтобы детям было легче вспомнить собственные привычки, в презентации на слайде были приведены примеры – «Сквернословлю», «Переедаю», «Соблюдаю режим дня», «Часто гуляю на свежем воздухе», «Курю», «Каждый день ем овощи и фрукты», «Занимаюсь спортом», «Злоупотребляю гаджетами (телевизор, компьютер и мн., др.) и мн., др. Учащиеся старательно вспоминали свои привычки, перебирали каждое свое действие, а если возникали какие-то сомнения – поднимали руку и задавали вопросы.

В качестве подведения итогов, мы с детьми ответили на такие вопросы как – «Что помогает поддерживать и укреплять здоровый образ жизни», «К чему приводят вредные привычки», «Может ли человек сам избавиться от вредных привычек и как это сделать». Вспомнили правила гигиенического поведения и правильного питания. После обсуждения, мы снова пришли к тому, как важно заботиться о собственном организме – находить в себе силы бороться со своими вредными привычками и возвращать в себе здоровые привычки, которые ведут к здоровому образу жизни.

Тема второго урока – «Берегись автомобиля» (Приложение 6). Цель урока заключалась в формировании знаний основных правил перехода

улицы, сигналов обычного и пешеходного светофоров и основных дорожных знаков.

Вместе с учащимися мы вспоминали правила дорожного движения, изученные в 1 классе, а также знакомились с новыми. Задавались такими вопросами как «Когда необходимо соблюдать правила дорожного движения», «Чего следует остерегаться, когда переходишь дорогу», «Какие помощники помогают нам благополучно перейти дорогу» и др. Объясняли детям взаимосвязь здоровья и соблюдения правил безопасности. Каждой группе детей раздали загадки, с помощью которых они собрали слово «светофор». Рассказывали происхождение слова «светофор». Изучали символику цветов светофора, предварительно выслушав предположения учащихся. На слайдах в презентации мы познакомили учащихся с основными дорожными знаками, помогающими пешеходу.

Тема третьего урока – «Школа пешехода». Цель урока – закрепить ранее изученные правила дорожного движения, а также умение формулировать данные правила безопасности.

Вместе с учащимися разгадывали загадки, с помощью которых дети вспоминали правила дорожного движения и учились их формулировать. После дети, работая в парах, разгадывали кроссворды – с помощью разгаданных слов мы перешли к новой теме. Отвечали на такие вопросы как «Кого называют пешеходом, а кого пассажиром», «Где по улице движется транспорт», «По какой части улицы должен ходить пешеход», «Где пешеход должен переходить улицу, а главное, как именно» и др. Изучали группы, к которым относятся те или иные дорожные знаки (предупреждающие, запрещающие, информационно-указательные и др.). На слайдах демонстрировали детям дорожные знаки, а также зачитывали к ним подготовленные стихотворения. Рассматривали на слайдах примеры с нарушением правил дорожного движения и обсуждали с детьми в чем именно крылась ошибка того или иного пешехода и как эту ситуацию предотвратить, соблюдая изученные правила безопасности. Провели тест на

закрепление темы. После мы рассказали о пользе светоотражателей на одежде или в форме значков, которые можно прикрепить на одежду или сумку.

Тема четвертого урока – «Домашние опасности». Цель урока – объяснить детям опасность бытовых предметов и ситуаций в целом, а также выработать умение формулировать правила безопасности в быту.

Дети работали в группах, вспоминая какие опасности подстерегают их в дороге от дома до школы, от дома до магазина и др. Давали определение – «Что есть опасность», а также «Что такое безопасность». Обсуждали с детьми значение пословицы «Наш дом – наша крепость». Отвечали на такие вопросы как «Можно дома чувствовать себя в полной безопасности», «Где и какие опасности подстерегают нас дома». После обсуждения мы открывали слайды, на которых были изображены предметы, представляющие опасность в доме. Вместе с учащимися распределяли предметы на четыре группы, например, предметы бытовой химии и лекарства, электроприборы, газ, острые и режущие предметы и др. Учащиеся чертили в тетрадях таблицы, в которых мы с детьми перечисляли группы опасных предметов и их названия, а также обозначали какую именно опасность несут те иные предметы, как оказать себе помощь, если при взаимодействии с предметом произошла травма и как нужно правильно использовать тот или иной предмет. После с учащимися составили ряд правил пользования бытовыми предметами, которые дети записали в тетрадях. Сделали вывод, что правильное использование того или иного бытового предмета помогает в организации здорового образа жизни. Вернулись к поговорке «Наш дом – наша крепость». Дополнили тем, что дом остается крепостью, если соблюдаются правила пользования бытовыми предметами.

Тема пятого урока – «Пожар». Целью урока является изучение пожароопасных предметов, а также запоминание правил предупреждения пожара.

Вместе с учащимися изучали – «Что такое пожар», «Из-за чего может возникнуть пожар». Читали стихотворение Г. Горбовского – рассуждали с детьми какой вред причинил пожар лесу и лесным обитателем. Вспоминали – что есть опасность, а что безопасность. Также вспоминали изученные правила безопасности и называли их. Работая в группах, с детьми изучали чего нельзя делать дома, чтобы не случился пожар. Зачитывали ряд стихотворений, в которых говорится о правилах поведения при пожаре. После вели с детьми обсуждение и составляли в тетрадях памятку «Действия при пожаре». Рассказывали учащимся о работе пожарных о ее важности и опасности, а также чем пользуются пожарные для тушения пожаров. Провели тест на закрепление темы. После обсудили ответы с учащимися.

Тема шестого урока – «На воде и в лесу». Цель урока – изучить опасности, которые можно встретить на воде и в лесу.

Вместе с детьми вспомнили опасности, которые подстерегают нас дома и на дорогах. С помощью загадок дети отгадали, что сегодня мы будем говорить об опасностях в лесу и на воде. С учащимися мы представляем, что отправляемся на прогулку в лес. Ведя с классом обсуждение, мы решали какое количество еды взять и какие именно продукты, чтобы они не успели испортиться. Подчеркнули необходимость взять с собой походную аптечку. С детьми составляли что именно должно входить в аптечку – учащиеся записали нужное перечисление в тетрадях. С помощью рисунков на слайде дети выбирали, какую одежду нужно выбрать для похода. Обсуждали с детьми, чем делятся с нами леса – остановились на ядовитых грибах и ягодах. С помощью иллюстраций и загадок изучали с учащимися ядовитые грибы и ягоды, а также чем они отличаются от съедобных. Помимо этого, рассмотрели ряд опасных насекомых и как можно от них защититься. Продолжив поход, мы с детьми вышли к реке. Открыв учебники, с детьми изучали правила безопасности у воды. Дополнили правила в обсуждении с классом. Дети записали правила безопасности у воды из учебника и общего обсуждения. Пришли к выводу, что от нашего поведения и соблюдения

правил безопасности зависит наше здоровье и здоровый образ жизни. Закрепили изученный материал тестовыми заданиями.

Тема седьмого урока – «Опасные незнакомцы» (см. Приложение 7). Цель урока – познакомить детей с опасностями при контактах с незнакомыми людьми, а также научить правильно действовать при встрече с незнакомцем.

Обсуждение новой темы мы начали с того, что попросили учащихся назвать сказки, в которых те или иные сказочные персонажи нарушили правила – что привело к печальным последствиям. Продолжив обсуждение, сделали вывод, что не все окружающие люди желают нам добра и счастья. Изучали, кто такой незнакомец. Учащиеся записали термин «Незнакомец» в словарь. На слайдах вместе с детьми рассматривали рисунки и обсуждали что может произойти, если встретить незнакомца. После обсуждения с классом дети в тетрадях записали правила личной безопасности. Также мы рассказывали детям стратегию действий при контакте с незнакомым человеком. Ознакомились с примером соблюдения стратегии действий. Дети, работая в парах по ролям, где один будет ребенком, а другой незнакомцем, разыгрывали ситуации перед классом. Каждому учащемуся раздали памятку «Стратегия действий с незнакомцем». После работаем с учебником и разбираем ситуации, предложенные в учебнике. Проводим тест на закрепление полученных знаний.

Урок в третьем блоке состоял из творческого задания «Режим дня». На этом уроке мы обобщили полученные знания и поделились впечатлениями обо всем, что ребята узнали за предыдущих уроки.

Нами были разработаны рекомендации к родительскому собранию по теме: «Режим дня младшего школьника». Перед проведением родительского собрания мы помогли классному руководителю 2 «Б» класса подготовить материал о режиме дня младшего школьника, а также составили анкету для опроса родителей о режиме дня своего ребенка.

После родительского собрания и ряда уроков и мероприятий, посвященных здоровому образу жизни, мы на заключительном этапе

формирующего эксперимента попросили учащихся вместе с родителями в качестве домашнего задания разработать свой режим дня и ответить на ряд вопросов, например, почему обозначено то или иное время, какие процедуры ведут к здоровому образу жизни и т.п. Мы уточнили, что действия, прописанные в режиме, могут не иметь четких временных ограничений – можно обозначить период с какого по какой выполняется то или иное действие. Также предложили детям оформить режим дня либо в виде презентации, либо на ватмане. Если дети выбирали ватман, то нужно было обязательно его творчески оформить, то есть разукрасить, добавить тематические рисунки по теме режима дня и здорового образа жизни.

Большинство учащихся оформили свой режим дня на ватмане. Дети с удовольствием рассказывали, как они вместе с родителями рисовали и разукрашивали различные предметы, соответствующие тематике режима дня и здорового образа жизни. Чаще всего ватман ребят украшали такие предметы, как часы, гантели, зубные щетки, различная растительность (трава, деревья, цветы), учебники, спортивные мячи, овощи, фрукты и др.

Почти все учащиеся указали не точное время, а период с какого по какой выполняется то или иное действие. Дети отвечали, что они не каждый день просыпаются рано утром; не каждый день посещают спортивные секции; не каждый день ходят в школу на занятия и др.

Родители помогли учесть детям такие важные биологические ритмы, как нормальная продолжительность сна, соблюдение времени отхода ко сну и ежедневного пробуждения, а также соблюдение графика приема пищи. Но многие учащиеся признались, что нарушают положенный режим сна – поздно ложатся спать и рано встают на учебу.

Влад У., Даниил И. и Никита Б. в пункте действий «отдых» указали – «играть в игры на телефоне и компьютере», «смотреть телевизор». Вследствие этого мы с учащимися кратко вспомнили основной материал из пройденного урока «Здоровые и вредные привычки».

Многие дети и их родители добросовестно отнеслись к составлению режима дня. У каждого ученика оформление было красочным, оригинальным. Было видно, что родители воспользовались полученным материалом из пройденного родительского собрания. Также учащиеся, с которыми мы провели ряд уроков и воспитательных мероприятий, применили полученные знания на практике.

Таким образом, из всего вышеописанного, можно сделать вывод, что при правильной организации учебного процесса на уроках окружающего мира, возможно формирование понятия здорового образа жизни и всех его критерий.

2.3 Определение динамики сформированности у младших школьников понятия о здоровом образе жизни на уроках окружающего мира

Реализовав экспериментальную методику по формированию понятия здорового образа жизни у младших школьников на уроках окружающего мира, мы приступили к последнему этапу эксперимента – контрольному. Целью этого этапа являлось: выявить динамику сформированности у младших школьников понятия о здоровом образе жизни на уроках окружающего мира. Иными словами – проследить разницу в результатах экспериментальной группы, подвергшимся эксперименту, и контрольной группы.

Для выявления итогового уровня сформированности у младших школьников понятия о здоровом образе жизни на уроках окружающего мира мы использовали те же диагностические методики что и на констатирующем этапе эксперимента: анкета «Знания о здоровье и здоровом образе жизни» Ю.В. Науменко, методика «Мое здоровье», тест «Безопасное поведение в различных условиях жизни».

После повторного проведения методик выявлена следующая динамика сформированности понятия о здоровом образе жизни у младших школьников на уроках окружающего мира.

Показатели динамики уровня сформированности представлений и знаний о здоровье и здоровом образе жизни у младших школьников представлены на Рисунке 6, а также в Приложении 3 и 4.

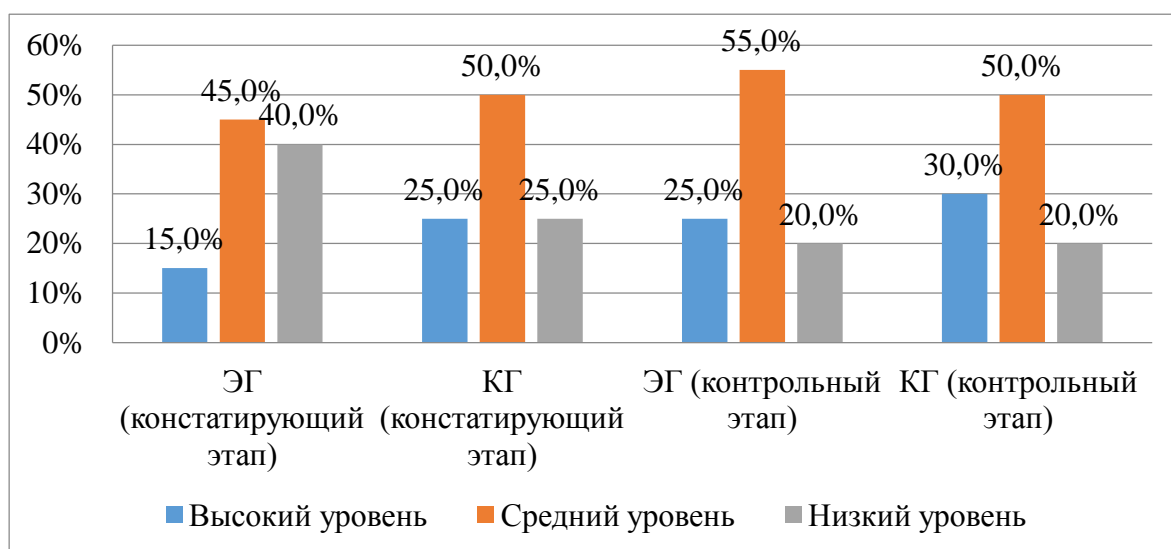


Рисунок 6 – Динамика уровня сформированности представлений и знаний о здоровье и здоровом образе жизни у младших школьников

Исходя из сравнительной диаграммы видно, что высокий уровень сформированности представлений и знаний о здоровье и здоровом образе вырос в экспериментальной группе – на 2 ученика (10%). На высокий уровень перешли Алексей С. и Мария П., которые восполнили свои пробелы в знаниях о здоровье и здоровом образе жизни. Они раскрывали понятие «здоровье» и «здоровый образ жизни» более полно, используя ранее изученный материал. Также и в контрольной группе высокий уровень повысился на 1 ученика (5%). Елизавета Р. еще при прохождении методики в первый раз набрала самый высокий балл среди детей среднего уровня – при прохождении методики повторно перешла на высокий уровень.

Средний уровень в экспериментальной группе вырос на 2 ученика (10%). Дети, перешедшие с низкого уровня на средний, правильно ответили

на половину поставленных вопросов, но до сих пор не могут полностью раскрыть ключевые понятия по теме здоровья и здорового образа жизни. С низкого уровня на средний перешли следующие учащиеся: Влад У., Данил Ш., Сергей И. и Сергей Р., они осознали как важно формировать у себя знания о ведении здорового образа жизни, ведь эти знания могут улучшить не только количество, но и качество жизни. Дети поняли, что одной из самых главных ценностей в жизни является здоровье, которое нужно поддерживать и укреплять в первую очередь самому. В контрольной группе средний уровень остался прежним – 10 учеников (50%). Екатерина Т., проходя методику в первый раз, набрала самое большое количество баллов среди детей низкого уровня – сейчас она на среднем уровне.

Показатель низкого уровня сформированности представлений и знаний о здоровье и здоровом образе жизни уменьшился с 8 учеников (40%) на 4 ученика (20%). В контрольной группе произошло уменьшение с 5 учеников (25%) до 4 (20%). Остальные дети экспериментальной и контрольной группы остались на низком уровне. Знания и представления о здоровье и здоровом образе жизни у детей данного уровня по-прежнему практически отсутствуют. Дети избегают участия в оздоровительных мероприятиях, потому что это по их словам – «напрасная трата времени».

Следующая диаграмма представляет динамику уровня сформированности привычек гигиенического поведения у младших школьников (см. Приложение 3 и 4, Рисунок 7).

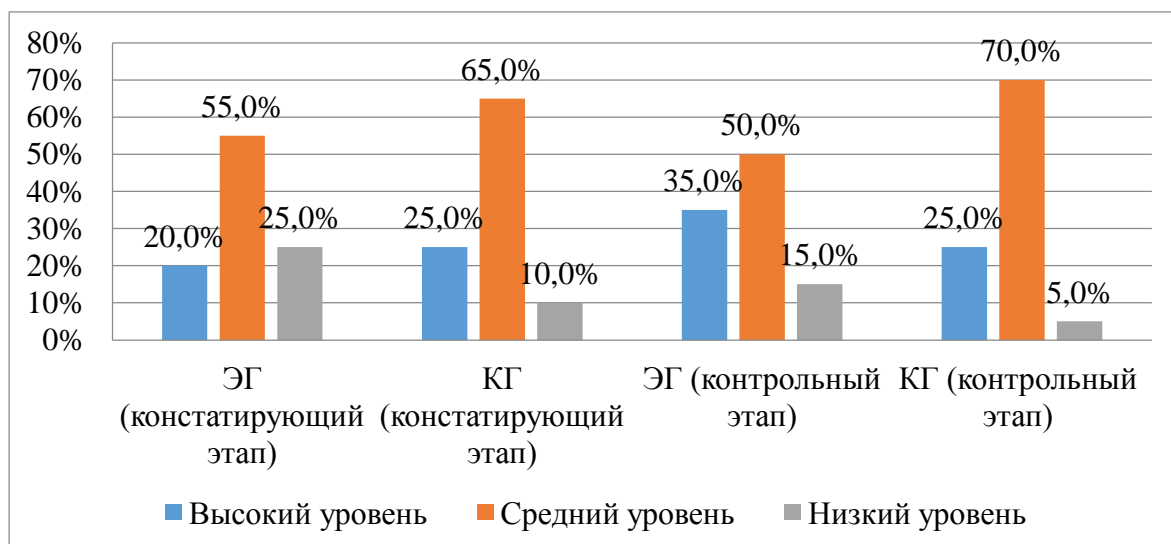


Рисунок 7 – Динамика уровня сформированности привычек гигиенического поведения у младших школьников

Исходя из сравнительной диаграммы видно, что высокий уровень сформированности привычек гигиенического поведения в экспериментальной группе увеличился на 3 человека (15%). Учащиеся Алексей С., Глеб К. и Мария П. со среднего уровня перешли на высокий. Учащиеся во время прохождения формирующего эксперимента изучали и отрабатывали привычки гигиенического поведения. Благодаря чему, они осознанно выполняют те или иные гигиенические процедуры. Учащиеся понимают, как важно выполнять данные процедуры регулярно, чтобы поддерживать и укреплять здоровье своего организма. В контрольной группе высокий уровень остался прежним 5 человек (25%).

Средний уровень в экспериментальной группе уменьшился на 1 человека (5%) за счет того, что дети со среднего уровня перешли на высокий. На средний уровень перешли ученики, имеющие при прохождении методики в первый раз, низкий уровень. Например, Сергей И. и Сергей Р., учащиеся осознали важность выполнения гигиенических процедур. Ребята отрабатывают свои гигиенические умения и навыки, доводя их до полноценной привычки. В контрольной группе средний уровень также увеличился на 1 человека (5%), благодаря тому, что ребенок с низкого уровня

перешел на средний – Борис Е. наблюдается у 13 человек (65%). На данном уровне у детей частично сформированы привычки гигиенического поведения, то есть они могут какие-то гигиенические процедуры выполнять, а про другие забывают или же намеренно не выполняют. Например, ребенок может регулярно мыть руки, но не следить за чистотой одежды и обуви.

На низком уровне произошли изменения в обеих группах. В экспериментальной группе уровень снизился с 5 человек (25%) до 3 человек (15%), благодаря тому, что дети перешли на средний уровень. В контрольной группе численность низкого уровня уменьшилась на 1 человека (5%) – 1 человек перешел на средний уровень. Низкий уровень характеризуется тем, что у детей по-прежнему отсутствуют привычки гигиенического поведения.

Данная диаграмма представляет динамику уровня сформированности круга умений и навыков здорового образа жизни у младших школьников (см. Приложение 3 и 4, Рисунок 8).

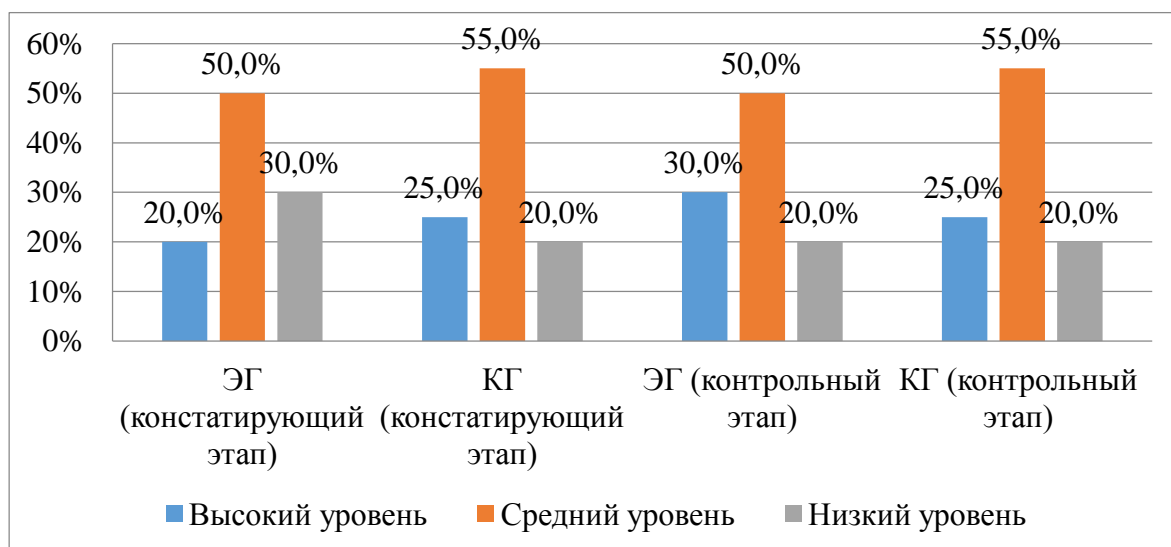


Рисунок 8 – Динамика уровня сформированности круга умений и навыков здорового образа жизни у младших школьников

Обработанные результаты выявили, что в экспериментальной группе высокий уровень увеличился на 2 человека (10%). Это объясняется тем, что ученики со среднего уровня перешли на высокий, что говорит об эффективности формирующего этапа эксперимента. Перешли на высокий

уровень Алексей А. и Мария П. Учащиеся пополнили знания о новых навыках и умениях ведения здорового образа жизни, а также отработывали новые умения и закрепляли старые. При дальнейшей работе с умениями и навыками ребята могут выработать здоровые привычки. В контрольной группе высокий уровень остался прежним – 5 человек (25%).

Средний уровень по процентному соотношению в экспериментальной группе остался прежним – 10 человек (50%). С низкого уровня на средний перешли Нурлан Т. и Сергей И. У контрольной группы средний уровень прежний – 11 человек (55%). Но Борис Е., находящийся на низком уровне, перешел на средний. У детей стал складываться частичный круг умений и навыков здорового образа жизни, который они поддерживают и отработывают. Навыки и умения помогают закреплять взрослые, которые напоминают детям о том, что именно сейчас нужно выполнить ту или иную процедуру.

В экспериментальной группе низкий уровень уменьшился с 6 человек (30%) до 4 человека (20%). В контрольной группе численность остается прежней – 4 человека (20%). Но ученик Влад Н, который раньше был среди учащихся среднего уровня, перешел на нижний. Это говорит о том, что ученик забросил работу над поддержанием, сформированных умений и навыков здорового образа жизни. У остальных детей данного уровня наблюдается неправильное отношение к своему здоровью, которое они не намерены менять.

В экспериментальной и контрольной группах, была составлена диаграмма динамики уровня знаний младших школьников о безопасном поведении в различных условиях жизни (см. Приложение 3 и 4, Рисунок 9).

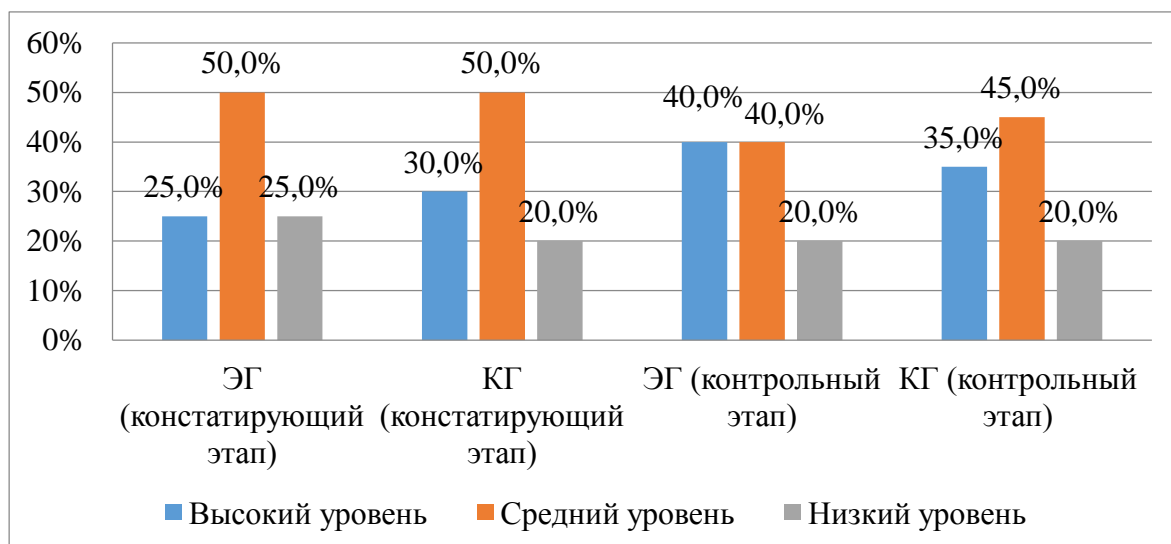


Рисунок 9 – Динамика уровня знаний младших школьников о безопасном поведении в различных условиях жизни

Результаты показывают, что в экспериментальной группе высокий уровень вырос на 3 человека (15%). Учащиеся, которые находились на среднем уровне, перешли на высокий – это Алексей С, Глеб К. и Мария П. В контрольной группе тоже произошли улучшения. Высокий уровень повысился на 1 человека (5%). Елизавета Р. со среднего уровня перешла на высокий. Дети восполнили свои пробелы в знаниях о безопасном поведении в различных условиях жизни. Учащиеся узнали много новых правил безопасного поведения, а также применяют эти правила в жизни.

Средний уровень экспериментальной группы уменьшился на 2 человека (10%). Это объясняется тем, что произошел положительный скачок – дети со среднего уровня перешли на высокий. В контрольной группе численность учеников тоже уменьшилась на 1 человека (5%), что также объясняется переходом ребенка со среднего уровня на высокий. На средний уровень перешли ученики экспериментальной группы, имевшие низкий уровень при прохождении методики первый раз – это Нурлан Т. и Сергей И. Знания учащегося о распространенных правилах безопасного поведения в различных условиях жизни значительно возросли. При прохождении методики повторно ребята не просили выделить дополнительное время.

Учащиеся отвечали на вопросы быстро и уверенно. Но соблюдение тех или иных правил на практике у детей так и осталось ситуативным.

В экспериментальной группе низкий уровень уменьшился с 5 человек (25%) до 4 (20%). В контрольной группе низкий уровень по-прежнему – 4 человека (20%). Низкий уровень характеризуется тем, что у учащихся отсутствуют знания даже об основных правилах безопасного поведения в различных условиях жизни. Вопросы теста по-прежнему вызывали у детей трудности.

Аналогично, проведенному обобщению данных и описания итогового уровня сформированности у младших школьников понятия о здоровом образе жизни на констатирующем этапе эксперимента, мы присвоили в каждой методике высокому уровню 3 балла, среднему 2 балла, низкому 1 балл. Затем, провели суммирование баллов и ранжировали результаты детей по следующим границам оценки: 12-9 баллов – высокий уровень, 8-5 балла – средний уровень, 4-0 балла – низкий уровень.

Для того чтобы увидеть динамику роста сформированности у младших школьников понятия о здоровом образе жизни контрольной и экспериментальной групп, все результаты перенесем в Рисунок 10 и Приложение 3 и 4.

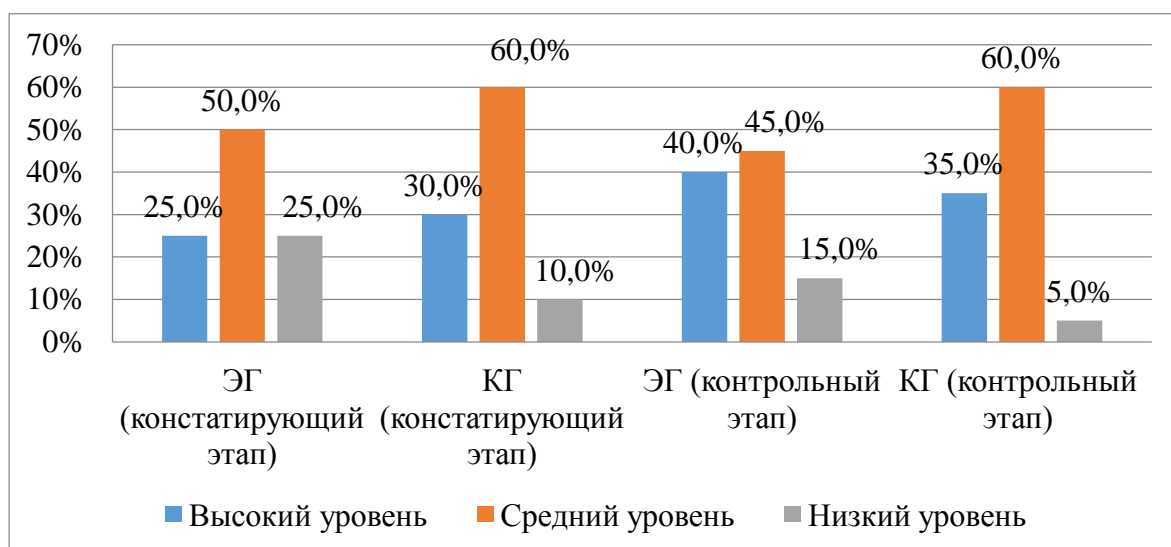


Рисунок 10 – Динамика уровня сформированности понятия здорового образа жизни у младших школьников на уроках окружающего мира

Заметен положительный рост высокого уровня в обеих группах. В экспериментальной группе Алексей С., Глеб К. и Мария П. перешли со среднего уровня на высокий – уровень повысился с 5 человек (25%) до 8 человек (40%). В контрольной группе этот же переход произошел у Елизаветы Р. – с 6 человек (30%) до 7 человек (35%). Ученики более полно раскрывали открытые вопросы анкет и уверенно отвечали при прохождении теста. Мария П. закончила выполнение теста раньше всех в группе, чему сама была очень рада. Дети осознали важную ценность здоровья, а также то, что следить за своим здоровьем и образом жизни должен в первую очередь сам человек. Алексей С. в открытом вопросе анкеты переделал пословицу «Человек – кузнец своего счастья» на «Человек – кузнец своего здоровья». В целом к высокому уровню были отнесены учащиеся, у которых сформирована четкая база представлений и знаний о здоровье и здоровом образе жизни, а также о безопасном поведении в различных условиях жизни. Дети проявляют активное отношение к своему здоровью – они самостоятельно или вместе с семьей изучают дополнительную литературу по теме поддержания и укрепления здоровья и здорового образа жизни. С помощью умений и навыков, которые дети отрабатывают до состояния привычки, учащиеся сохраняют и укрепляют свой организм. Например, привычки гигиенического поведения, режим дня, в который входит физические упражнения и сбалансированное умеренное питание и мн., др.

Средний уровень в экспериментальной группе уменьшился с 10 человек (50%) до 9 человек (45%). Несмотря на это, заметны положительные изменения. Ученики Нурлан Т., Сергей И. и Сергей Р., которые раньше находились на низком уровне, перешли в средний. Та же положительная тенденция наблюдается в контрольной группе, несмотря на то, что показатели не изменились – на констатирующем и контрольном эксперименте средний уровень у 12 человек (60%). Борис Е., который был на

низком уровне, перешел на средний. У детей появился интерес к ведению здорового образа жизни. Знания и умения, полученные на формирующем этапе, дети уверенно применили при повторном прохождении методик, благодаря чему оказались на среднем уровне. В целом средний уровень характеризуется тем, что у детей имеются выборочные представления и знания о здоровье и здоровом образе жизни, а также о правилах безопасного поведения в различных условиях жизни. Учащиеся осознают ценность здоровья, но им сложно дать более полный ответ, в котором нужно отразить какие именно навыки, привычки необходимо применять для ведения и укрепления здорового образа жизни. Привычки гигиенического поведения сформированы частично. Например, Сергей И. следит за опрятностью своей одежды, но забывает мыть руки после прогулок или перед едой.

Низкий уровень снизился с 5 человек (25%) до 3 (15%) в экспериментальной группе, благодаря переходу детей на средний уровень. Также и в контрольной группе – с 2 человек (10%) до 1 (5%). На низком уровне представления и знания о здоровье и здоровом образе жизни, а также о правилах безопасного поведения в различных условиях жизни практически отсутствуют. Ребенок определяет «здоровье» как отсутствие болезни. Не может объяснить или привести пример как человек может поддержать и укрепить свое здоровье. Учащиеся данной группы выполняют гигиенические процедуры от случая к случаю, часто употребляют в пищу фастфуд, газированные напитки и др.

Следовательно, можно утверждать, что разработанный нами комплекс уроков по окружающему миру, направленный на формирование у младших школьников понятия о здоровом образе жизни, показал свою эффективность.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Формирование здорового образа жизни у младших школьников является проблемой современного общества. Для психического, физического и социального благополучия личности необходимо быть здоровым и активным, а для сохранения и укрепления здоровья необходимо вести здоровый образ жизни.

Проводя работу по формированию понятия здорового образа жизни у младших школьников, была изучена психолого–педагогическая литература по данной проблеме, рассмотрены сущность, содержание, приемы и условия формирования понятия здорового образа жизни, а также характеристики младшего школьного возраста, раскрыты особенности формирования понятия здорового образа жизни в младшем школьном возрасте.

Здоровый образ жизни выражается в образе жизни человека, который на основе своих индивидуальных особенностей организма и условий окружающей среды обитания занимается сохранением и укреплением здоровья всего организма. Благодаря ведению здорового образа жизни человек может более успешно выполнять свою трудовую и общественную деятельность.

У детей младшего школьного возраста происходит смена ведущей деятельности с игровой на учебную, но, несмотря на это, игра для детей имеет большое значение. Игра провоцирует детей активировать свои творческие способности, а также силу воображения, потому что без творческого соображения не может быть полноценного обучения. Творчество проявляется в проигрывании ситуаций, которые помогают учащимся осмыслить происходящие в реальности.

Для эффективного формирования понятия здорового образа жизни учителю необходимо специально организовывать деятельность учащихся и познакомить их с приемами формирования здорового образа жизни. После специального обучения младшие школьники начинают успешно применять приемы и способы ведения здорового образа жизни.

Уроки окружающего мира способствуют формированию понятия здорового образа жизни. Формируется база знаний о соблюдении личной гигиены, об особенностях своего организма, а также о приемах сохранения и укрепления своего здоровья, чтобы предотвратить проблемы со здоровьем, или напротив уметь восстановить, если недуги и болезни стали проявляться.

Опытно – экспериментальная работа по формированию понятия здорового образа жизни у младших школьников проводилась в 3 этапа: констатирующий, формирующий и контрольный.

Используя методики, направленные на выявление критериев, обозначенных на начальном этапе эксперимента, позволили выявить высокие, средние и низкие показатели формирования понятия здорового образа жизни у младших школьников.

Для повышения уровня понятия здорового образа жизни на уроках окружающего мира, разрабатывался комплекс приемов, вошедший в формирующий этап эксперимента.

Полученные данные на контрольном этапе эксперимента, дают возможность сделать вывод о том, что разработанный и внедренный комплекс приемов, направленный на формирование понятия здорового образа жизни у младших школьников на уроках окружающего мира является эффективным и может использоваться учителями начальных классов.

Таким образом, в рамках данной работы задачи были реализованы полностью, цель повышения уровня сформированности понятия здорового образа жизни у младших школьников достигнута. В ходе исследования данной проблемы, мы установили, что формирование понятия здорового образа жизни в процессе обучения остается одной из изучаемых проблем.

Список используемой литературы

1. Агаджанян Н.А. Экология человека: здоровье и концепция выживания. М. : ГОУ ВУНМЦ МЗ РФ, 2001. 240 с.
2. Акбашев Т.Ф. Валеопедагогика как система. Проблемы педагогической валеологии. Сборник научных трудов. Спб. : 2006. – 160 с.
3. Амосов Н.М. Энциклопедия Амосова. Алгоритм здоровья. Человек и общество. М. : АСТ Сталкер, 2002. 189 с.
4. Базарный В.Ф. Технологии эволюции. От деградации к развитию здоровья ребенка в системе образования. М. : Концептуал, 2018. 178 с.
5. Билич Г.Л. Основы валеологии / Г.Л. Билич, Л.В. Назарова. Издательство: Фолиант, 2001. 560 с.
6. Бондаренко Т.М. Развивающие игры в ДОУ. Воронеж: Учитель, 2013. 190 с.
7. Брехман И.И. Валеология – наука о здоровье. М. : ФиС, 2010. 217 с.
8. Васильева О.С. Исследование представлений о здоровом образе жизни // Психологический вестник РГУ. 2012. №3. С. 420 – 429.
9. Водовозова Е.Н. Царство свободного ребенка: избранные статьи о воспитании. М. : Карапуз, 2009. 280 с.
10. Выготский Л. С. Воображение и творчество в детском возрасте. СПб. : СОЮЗ, 1997. 96 с.
11. Денисова С.Д. Биомедицинская этика: Практикум / С.Д. Денисова, Я.С. Яскевич. М. : БГМУ, 2011. 2 с.
12. Емельянова Т.В. Условия формирования здорового образа жизни у младших школьников // Научный альманах. 2015. №10. С. 170 – 175
13. Иванова С.С. Содержательные аспекты физического, психического и социального здоровья и возможности формирования их гармонического соотношения // Фундаментальные исследования. 2014. № 11-12. С. 2729-2733

- 14.Игнатова Ф.В. Формирование отношения к здоровому образу жизни у детей младшего школьного возраста // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2015. Т. 32. С. 31 – 35.
- 15.Казначеев В.П. Ноосферная экология и экономика человека / В.П. Казначеев, А.А. Кисельников, И.Ф. Мингазов. М. : Новосибирск, 2005. 448 с.
- 16.Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии 1-4 классы. Педагогика. Психология. Управление. М. : ВАКО, 2004. 36 с.
- 17.Кочегарова И.А. Физическая культура и спорт – основа формирования здорового образа жизни // Вестник Югорского Государственного Университета. 2015. №1. С. 76 – 78.
- 18.Куликов В.П. Потребность в двигательной активности. Физиология. Валеология. Реабилитология. / В.П. Куликов, В.И. Киселев. Новосибирск. : Наука, 1998. 149 с.
- 19.Курбатова А.С. Формирование здорового образа жизни младших школьников в рамках реализации ФГОС НОО // Современные проблемы науки и образования. 2015. № 6. 552 с.
- 20.Лисицын Ю.П. Социальная гигиена и организация здравоохранения. Проблемные лекции: Учебное пособие. М. : Медицина, 1992. 512 с.
- 21.Ляшенко Е.А. Окружающий мир. 2-4 классы: дополнительный материал к разделу «Общество». М. : Волгоград: Учитель, 2008. 152 с.
- 22.Макаренко А.С. Книга для родителей. Издательство: ИТРК, 2014. 144 с.
- 23.Малярчук Н.Н. Представления педагогов об индивидуальном здоровье и здоровом образе жизни. Образование и здоровье // Сборник научных статей. 2005. С. 39 – 44.
- 24.Мокроусова Г.В. Формирование у младших школьников представлений и понятий о здоровом образе жизни // Сибирский педагогический журнал. 2007. С. 196 – 201.

25. Науменко Ю.В. Здоровьесберегающая деятельность школы // Педагогика. 2005. № 6. С. 37 – 44.
26. Немов Р.С. Психология: в 3-х кн. Кн. 1. Основы общей психологии: учеб. для студентов выс. пед. учебных заведений. М. : Владос, 2013. 687 с.
27. Никифоров Г.С. Психология здоровья. СПб. : Питер, 2006. 607 с.
28. Петров К. Здоровьесберегающая деятельность в школе // Воспитание школьников: теоретический и научно-методический журнал. 2005. №2 С. 19 – 23.
29. Петросова Р.А. Естествознание и основы экологии. М.: Дрофа, 2014. 303 с.
30. Подласый И.П. Педагогика начальной школы. М. : ВЛАДОС, 2008. 474 с.
31. Полетаева Н.М. Валеологические воспитание школьников: теория и практика // Образование и общество. 2004. №4. С. 76 – 81.
32. Попов С.В. Валеология в школе и дома. О физическом благополучии школьников. СПб. : Букинистическое издание, 1997. 256 с.
33. Прокопьев Н.Я. Здоровьеформирующий потенциал естественнонаучного образования младших школьников: пути и средства его актуализации // Школьная педагогика. 2015. №1. С. 13 – 21.
34. Прохоров А.М. Большой энциклопедический словарь. М. : Норинт, 2004. 1456 с.
35. Синягина Н.Ю. Формирование у школьников отношения к здоровью как ценности // Воспитание школьников. 2009. №8. С. 16 – 20.
36. Складарев Д.А. Здоровый образ жизни: критерии и реализация // Педагогические науки. 2016. № 4. С. 116 – 119.
37. Сургунов Д.Т. Режим дня школьника. М. : Просвещение, 1998. 40 с.
38. Сухомлинский В.А. Антология гуманной педагогики. М. : Издательский дом Шалвы Амонашвили, 2002. 224 с.

39. Сухомлинский В.А. Сердце отдаю детям. М. : Концептуал, 2016. 320 с.
40. Ушинский К.Д. Человек как предмет воспитания. Опыт педагогической антропологии. Педагогические сочинения: Т. 5 / Сост. С.Ф. Егоров. М. : Педагогика, 2004. 528 с.
41. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования: текст с изм. и доп. На 2011 и 2012 гг. М. : Просвещение, 2014. 35 с.
42. Фомина Т.А. Формирование культуры здоровья и безопасного образа жизни у младших школьников // Молодой ученый. 2016. №15. С. 513 – 518.
43. Царегородцев Г.И. Общая патология человека и методология медицины // Вестник РАМН. 1998. №10. С. 41 – 45.
44. Чумаков Б.Н. Основы здорового образа жизни. Курс лекций. М. : Педагогическое общество России, 2009. 416 с.
45. Шарапова Н.В. Использование средств информационных технологий. М. : Молодой ученый, 2016. 771с.

Приложение 1

Количественные результаты констатирующего этапа экспериментальной группы

Критерии	Сформированность представлений и знаний о здоровье и здоровом образе жизни у младших школьников	Сформированность привычек гигиенического поведения	Сформированность круга умений и навыков здорового образа жизни	Определение уровня знаний младших школьников о безопасном поведении в различных условиях жизни	Итог/Уровень
№/Имя					
1) Александр Т.	52/средний	14/средний	23/средний	7/средний	8/средний
2) Алексей С.	60/средний	14/средний	24/средний	5/средний	8/средний
3) Алина С.	69/высокий	23/высокий	33/высокий	12/высокий	12/высокий
4) Анна Л.	48/средний	13/средний	18/средний	9/высокий	9/высокий
5) Артур В.	24/низкий	11/низкий	9/низкий	2/низкий	4/низкий
6) Валерия К.	56/средний	17/средний	26/средний	6/средний	8/средний
7) Влад У.	35/низкий	15/средний	20/средний	8/средний	7/средний
8) Глеб К.	59/средний	18/средний	21/средний	6/средний	8/средний
9) Данил И.	21/низкий	12/низкий	16/низкий	1/низкий	4/низкий
10) Данил Ш.	36/низкий	15/средний	18/средний	7/средний	7/средний
11) Денис Щ.	52/средний	19/высокий	29/высокий	11/высокий	11/высокий
12) Мария П.	62/средний	18/средний	24/средний	8/средний	8/средний
13) Матвей Р.	73/высокий	26/высокий	32/высокий	11/высокий	12/высокий
14) Никита Б.	23/низкий	5/низкий	3/низкий	4/низкий	4/низкий
15) Нурлан Т.	26/низкий	14/средний	12/низкий	3/низкий	5/средний
16) Олег Л.	67/высокий	20/высокий	36/высокий	10/высокий	12/высокий
17) Роман М.	46/средний	13/средний	19/средний	6/средний	8/средний
18) Сергей И.	40/низкий	9/низкий	7/низкий	5/низкий	4/низкий
19) Сергей Р.	33/низкий	8/низкий	9/низкий	3/низкий	4/низкий
20) Юрий К.	62/средний	17/средний	26/средний	7/средний	8/средний

Количественные результаты констатирующего этапа контрольной группы

Критерии	Сформированность представлений и знаний о здоровье и здоровом образе жизни у младших школьников	Сформированность привычек гигиенического поведения	Сформированность круга умений и навыков здорового образа жизни	Определение уровня знаний младших школьников о безопасном поведении в различных условиях жизни	Итог/Уровень
№/Имя					
1) Александр А.	60/средний	15/средний	25/средний	7/средний	8/средний
2) Алина С.	47/средний	13/средний	23/средний	6/средний	8/средний
3) Алиса И.	67/высокий	24/высокий	37/высокий	11/высокий	12/высокий
4) Борис Е.	24/низкий	9/низкий	2/низкий	3/низкий	4/низкий
5) Валерия Р.	51/средний	16/средний	22/средний	7/средний	8/средний
6) Влад Н.	47/средний	13/средний	18/средний	5/средний	8/средний
7) Данил С.	59/средний	17/средний	23/средний	8/средний	8/средний
8) Денис Н.	70/высокий	20/высокий	31/высокий	11/высокий	12/высокий
9) Екатерина Т.	41/низкий	14/средний	20/средний	6/средний	7/средний
10) Елизавета Р.	62/средний	18/средний	28/средний	5/средний	8/средний
11) Захар М.	74/высокий	24/высокий	29/высокий	12/высокий	12/высокий
12) Кирилл А.	53/средний	18/средний	26/средний	10/высокий	9/высокий
13) Мария В.	22/низкий	11/низкий	15/низкий	0/низкий	4/низкий
14) Мария У.	69/высокий	19/высокий	35/высокий	9/высокий	12/высокий
15) Никита О.	29/низкий	15/средний	10/низкий	4/низкий	5/средний
16) Олег З.	65/высокий	22/высокий	31/высокий	10/высокий	12/высокий
17) Олег Щ.	35/низкий	15/средний	14/низкий	3/низкий	5/средний
18) Сергей Р.	61/средний	17/средний	23/средний	6/средний	8/средний
19) Юлия А.	56/средний	17/средний	19/средний	6/средний	8/средний
20) Юрий Н.	49/средний	16/средний	19/средний	8/средний	8/средний

Количественные результаты контрольного этапа экспериментальной группы

Критерии	Сформированность представлений и знаний о здоровье и здоровом образе жизни у младших школьников	Сформированность привычек гигиенического поведения	Сформированность круга умений и навыков здорового образа жизни	Определение уровня знаний младших школьников о безопасном поведении в различных условиях жизни	Итог/Уровень
№/Имя					
1) Александр Т.	60/средний	15/средний	24/средний	7/средний	8/средний
2) Алексей С.	67/высокий	21/высокий	29/высокий	10/высокий	12/высокий
3) Алина С.	74/высокий	27/высокий	36/высокий	12/высокий	12/высокий
4) Анна Л.	53/средний	17/средний	20/средний	10/высокий	9/высокий
5) Артур В.	31/низкий	12/низкий	14/низкий	4/низкий	4/низкий
6) Валерия К.	54/средний	18/средний	28/средний	6/средний	8/средний
7) Влад У.	51/средний	18/средний	24/средний	8/средний	8/средний
8) Глеб К.	56/средний	24/высокий	26/средний	9/высокий	10/высокий
9) Даниил И.	40/низкий	11/низкий	16/низкий	3/низкий	4/низкий
10) Даниил Ш.	47/средний	14/средний	21/средний	8/средний	8/средний
11) Денис Щ.	53/средний	21/высокий	33/высокий	11/высокий	11/высокий
12) Мария П.	69/высокий	19/высокий	31/высокий	11/высокий	12/высокий
13) Матвей Р.	73/высокий	28/высокий	37/высокий	12/высокий	12/высокий
14) Никита Б.	26/низкий	6/низкий	8/низкий	4/низкий	4/низкий
15) Нурлан Т.	34/низкий	16/средний	18/средний	6/средний	7/средний
16) Олег Л.	76/высокий	25/высокий	36/высокий	11/высокий	12/высокий
17) Роман М.	49/средний	17/средний	18/средний	7/средний	8/средний
18) Сергей И.	49/средний	15/средний	19/средний	5/средний	8/средний
19) Сергей Р.	46/средний	14/средний	16/низкий	3/низкий	6/средний
20) Юрий К.	63/средний	17/средний	27/средний	7/средний	8/средний

Количественные результаты контрольного этапа контрольной группы

Критерии	Сформированность представлений и знаний о здоровье и здоровом образе жизни у младших школьников	Сформированность привычек гигиенического поведения	Сформированность круга умений и навыков здорового образа жизни	Определение уровня знаний младших школьников о безопасном поведении в различных условиях жизни	Итог/Уровень
№/Имя					
1) Александр А.	60/средний	15/средний	24/средний	8/средний	8/средний
2) Алина С.	49/средний	16/средний	23/средний	6/средний	8/средний
3) Алиса И.	74/высокий	22/высокий	37/высокий	11/высокий	12/высокий
4) Борис Е.	27/низкий	13/средний	18/средний	2/низкий	6/средний
5) Валерия Р.	52/средний	17/средний	24/средний	6/средний	8/средний
6) Влад Н.	54/средний	13/средний	16/низкий	5/средний	7/средний
7) Данил С.	59/средний	15/средний	25/средний	7/средний	8/средний
8) Денис Н.	71/высокий	21/высокий	33/высокий	11/высокий	12/высокий
9) Екатерина Т.	46/средний	15/средний	21/средний	5/средний	7/средний
10) Елизавета Р.	66/высокий	18/средний	28/средний	9/высокий	10/высокий
11) Захар М.	75/высокий	24/высокий	31/высокий	11/высокий	12/высокий
12) Кирилл А.	55/средний	18/средний	27/средний	11/высокий	9/высокий
13) Мария В.	28/низкий	11/низкий	16/низкий	2/низкий	4/низкий
14) Мария У.	72/высокий	19/высокий	34/высокий	9/высокий	12/высокий
15) Никита О.	30/низкий	16/средний	10/низкий	3/низкий	5/средний
16) Олег З.	69/высокий	20/высокий	29/высокий	10/высокий	12/высокий
17) Олег Щ.	41/низкий	14/средний	12/низкий	4/низкий	5/средний
18) Сергей Р.	59/средний	16/средний	22/средний	6/средний	8/средний
19) Юлия А.	48/средний	17/средний	21/средний	8/средний	8/средний
20) Юрий Н.	55/средний	15/средний	18/средний	8/средний	8/средний

Предмет: окружающий мир

Класс: 2 «Б»

Тема урока: «Строение тела человека»

Цель урока: познакомить детей с внешним и внутренним строением человеческого тела, а также воспитать бережное отношение к своему здоровью.

Задачи урока:

1.*Образовательные:* ввести понятие «внешнее» и «внутреннее» строение тела человека, познакомить с частями и внутренними органами человека, дать первоначальное представление о работе внутренних органов.

2.*Развивающие:* развивать устойчивость внимания, долговременную память, повышать познавательную активность.

3.*Воспитательные:* формировать бережное отношение к своему здоровью на основе полученных знаний на уроке.

Тип урока: открытие нового знания.

Оборудование: Учебник Окружающий мир. 2 класс. Ч 2. А.А. Плешаков, Рабочая тетрадь Окружающий мир. 2 класс Ч 2, компьютер, экран, проектор, учебная презентация.

Ход урока

1. Организационный момент (1 минута)

- Повернитесь друг к другу, посмотрите друг другу в глаза, улыбнитесь, пожелайте друг другу хорошего рабочего настроения на уроке. Теперь посмотрите на меня. Я тоже желаю вам работать дружно, открыть что-то новое.

2. Актуализация знаний (6 минут)

- Сейчас мы с Вами поиграем в одну интересную игру «Узнай и назови».

- Я буду демонстрировать на слайдах силуэты животных, а Вам будет нужно отгадать и назвать животное. (2-6 слайды)

- Как Вы узнавали животных? А на последней картинке по каким признакам Вы поняли, что изображен человек? (по внешнему строению тела)

- Обратите внимание на следующий слайд. (7 слайд)

- Что Вы видите? (дом)

- Как дом устроен снаружи? (Крыша, дверь, окна и т.д.)

- То, что находится снаружи дома – есть его внешнее строение.

- Выяснив как выглядит дом снаружи, давайте представим, что может находиться внутри дома? (мебель, техника, посуда и т. д.)

- То, что находится внутри дома – есть внутреннее строение.

- Вследствие этого какой мы можем сделать вывод? (строение бывает внешнее и внутреннее)

- Но не будем забывать, что сегодня мы говорим о человеке. Поэтому сформулируем тему нашего урока более точно. Итак, что мы будем сегодня изучать? (Сегодня на уроке мы поговорим о внешнем и внутреннем строении тела человека)

3. Изучение нового материала (21 минут)

- Поработаем в парах. Встаньте, пожалуйста, посмотрите друг на друга, сядьте и обсудите с соседом, из каких частей состоит тело каждого человека?

- Как одним словом можно назвать грудь, живот и спину? Прочтите, пожалуйста, в учебнике на стр. 4 нижний абзац и скажите, как называются некоторые части тела. (вместо грудь, живот и спина – туловище, а вместо рук и ног – верхние и нижние конечности)
- Сейчас откройте свои рабочие тетради (стр.3) и найдите рисунок, где изображено внешнее строение человека. Подпишите и укажите стрелками, где находятся эти части тела у человека.
- Работая в парах, проверьте друг у друга правильность выполнения задания.
- Обратите внимание на слайд и еще раз проверьте свои записи. (8 слайд)
- Мы с Вами познакомились с внешним строением человека. Перейдем к изучению внутреннего строения. Скажите, что Вам известно о внутреннем строении человека? (Тело человека внутри состоит из органов)
- Посмотрите на слайд. На рисунке изображены и подписаны органы, которые мы с Вами сегодня будем изучать. Назовите их. (мозг, легкие, сердце, желудок, кишечник, печень)
- Возьмите рисунки с внутренним строением человека, которые находятся у каждого на краю стола. Что не так с этим рисунком? (они бесцветные)
- Сейчас мы с Вами познакомимся со всеми органами более подробно. После знакомства с каждым органом мы будем закрашивать его на рисунке.
- Сейчас мы посмотрим видео, которое расскажет нам о мозге.
- В какой части тела располагается этот орган? (в голове)
- Что защищает мозг? (череп)
- О каких функциях мозга Вы узнали? (головной мозг заведует всеми мыслями и чувствами человека, а также следит за правильной работой главных внутренних органов)
- Каким цветом закрасим мозг на рисунке? (серым)
- Сейчас мы посмотрим видео, которое расскажет нам о легких.
- Сколько у человека легких? (два легких – правое и левое)
- На что похожи легкие? (легкие похожи на две губки)
- В какой части тела расположены легкие? (в груди)
- Как работают легкие? (при выдохе они выпускают из себя воздух и уменьшаются, а когда мы делаем вдох легкие наполняются воздухом и расширяются)
- Каким цветом закрасим легкие на рисунке? (розовым)
- Сейчас мы посмотрим видео, которое расскажет нам о сердце.
- Как узнают жив человек или уже умер? (прослушивают, бьется ли сердце)
- Где находится сердце? (в груди в левой части)
- Каким цветом закрасим сердце? (красным)
- Сейчас мы посмотрим видео, которое расскажет нам о желудке.
- На что похож желудок? (на мешок)
- Сколько литров еды может поместиться в желудке? (не больше 2-3 литров еды)
- Где находится желудок? (в верхней левой части живота, под ребрами)
- С помощью чего в желудке переваривается пища? (с помощью желудочного сока)
- Нужно заботиться о своем желудке. Поэтому тщательно следите за тем, что Вы едите. Необходимо, чтобы в Вашем рационе было как можно больше овощей и фруктов. Обязательно кушайте первые блюда в виде супов.
- Каким цветом закрасим желудок? (желтым)
- Куда же полупереваренную пищу следует дальше? На этот вопрос ответит нам следующее видео, которое расскажет нам о кишечнике.

- На сколько метров может растягиваться кишечник? (почти на 8 метров)
- На что похож кишечник? (на веревочку)
- Где находится кишечник? (в нижней части живота)
- Что происходит с пищей в кишечнике? (превращается в прозрачный раствор, который всасывается в кровь, и разносит все питательные вещества по организму)
- Каким цветом закрасим кишечник? (зеленым)
- Сейчас мы посмотрим видео, которое расскажет нам о печени.
- Где находится печень? (печень находится с правой стороны от желудка в верхней части живота)
- Какова главная функция печени? (печень очищает наш организм от вредных веществ, которые могут случайно попасть в наш организм)
- Врачи предупреждают, что необходимо беречь печень. Есть только знакомые продукты, пить напитки, только разрешенные взрослыми.
- Каким цветом закрасим печень? (коричневым)

4. Физкультминутка (5 минут)

- Проведем физкультминутку для того, чтобы наши глаза отдохнули.
- Выполняем упражнение «Письмо носом». Напишите кончиком носа имя своего соседа по парте.
- Нарисуйте кончиком носа свои любимые фрукты, ягоды.
- Сейчас все вместе будем изображать животных:
 - птица (руки поднять, опустить, имитируя движения крыльев, после выполнить круговые движения руками);
 - кошка (потягивание всем телом, встать на цыпочки, вытянув сначала правую руку, затем левую);
 - жираф (поднимаем голову вверх, опускаем вниз, выполняем круговые движения головой вправо, влево).

5. Работа с новым материалом (8 минут)

- Откройте рабочие тетради на стр. 4. Самостоятельно стрелочками укажите внутренние органы.
- Обменяйтесь тетрадями с соседом по парте, чтобы проверить правильность выполнения задания.
- Обратите внимание на задание №3 стр.4 в рабочей тетради. Разгадайте кроссворд.

6. Рефлексия (3 минут)

- Узнали ли вы что-то новое? Как Вы думаете почему так важна тема нашего сегодняшнего урока? Почему необходимо знать, как устроен и работает ваш организм? Что Вам запомнилось больше всего? (Необходимо хорошо знать, как устроен твой организм, и как работают его органы, чтобы правильно жить и быть здоровым)
- Выберите смайлик, чтобы оценить свою деятельность на уроке.

7. Домашнее задание (1 минута)

- Подготовьте краткое выступление о том, как нужно заботиться о внутренних органах, которые мы с Вами сегодня изучили на уроке. Прочитайте рекомендации врачей.
- Спасибо за урок! Можете отдыхать.

Предмет: окружающий мир

Класс: 2 «Б»

Тема урока: «Берегись автомобиля»

Цель урока: сформировать знания основных правил перехода улицы, сигналов обычного и пешеходного светофоров и основных дорожных знаков.

Задачи урока:

1. *Образовательные:* повторить ПДД, изученные в 1 классе; изучить правила движения по загородной дороге; изучить новые для детей правила перехода улицы; расширять знания учащихся о правилах поведения на дороге и формировать умения применять их на практике.

2. *Развивающие:* развивать кругозор; умение работать в группе; применять ранее полученные знания; развивать умение четко выражать свою мысль, работать с текстом, выбирать главное, делать выводы.

3. *Воспитательные:* воспитание интереса к предмету; воспитание культуры поведения на улице, в общественных местах; воспитание коллективизма, взаимовыручки.

Тип урока: открытие нового знания.

Оборудование: Учебник Окружающий мир. 2 класс. Ч 2. А.А. Плешаков, Рабочая тетрадь Окружающий мир. 2 класс Ч 2, компьютер, экран, проектор, учебная презентация.

Ход урока

1. Организационный момент (1 минута)

- Здравствуйте, дети! Я рада вас видеть и очень хочу начать работу с вами! Хорошего вам настроения и успехов!

2. Актуализация знаний (5 минут)

- Для того чтобы вспомнить материал из предыдущего урока прослушаем песню «Если хочешь быть здоров» автора стихотворения В. Лебедева-Кумачева.

- Что же нужно выполнять, чтобы поддерживать и укреплять свое здоровье? (ответы детей)

- Каким должен быть режим дня? (ответы детей)

- Какое питание называется «здоровым»? (ответы детей)

- Почему нужно есть в одно и то же время? (ответы детей)

- Какие вы знаете правила личной гигиены? Как ухаживать за зубами? (ответы детей)

- Что такое осанка? (ответы детей)

- Молодцы. Хорошо усвоили предыдущие темы урока. Сейчас мы приступим к изучению нового материала.

3. Изучение нового материала (20 минут)

- Сейчас я прочитаю стихотворение «Скверная история». Подумайте, почему автор выбрал именно это название.

- Почему оно так называется? О чем говорится в стихотворении? (ответы детей)

- Что произошло с героем стихотворения? Почему это произошло? (ответы детей)

- Что такое правила дорожного движения? Для чего они нужны? (ответы детей)

- Когда мы должны соблюдать правила дорожного движения? (ответы детей)

- Чтобы вы сказали Пете, если бы находились рядом с ним? (ответы детей)

- Ребята, попробуйте назвать тему нашего сегодняшнего урока. (ответы детей)

- Обратите внимание на слайд. Сегодня тема нашего урока звучит так – «Берегись автомобиля». (1 слайд)
- Давайте вспомним правила дорожного движения, которые Вы изучали с 1 класса. Назовите правила, которые Вы помните. (ответы детей)
- Поработаем в группах. Каждой группе я раздала загадки. Отгадайте их и соберите слово. (светофор)
- Что означает желтый свет? Красный? Зеленый? (ответы детей)
- Обратите внимание на слайды. Здесь дается расшифровка каждого света. (2-4 слайды)
- Светофор является главным помощником, который помогает нам благополучно перейти дорогу.
- Что же означает слово «светофор»?
- Слово составлено из двух частей: свет и фор. Что значит «свет», я думаю, вы знаете. А вот что такое «фор»? Слово «фор» произошло от греческого «форос» - «несущий» или «носитель». Если соединить все вместе – получается светофор – «носитель света», «несущий свет».
- Откройте стр. 12 в учебнике. Алина С. прочитай, пожалуйста, текст из учебника.
- Поработаем в парах. После зачитанного материала из учебника подумайте и обсудите с соседом по парте на какие группы можно разделить светофоры и почему они так называются? (транспортные и пешеходные)
- Обратите внимание на слайд. Проверьте правильность своих ответов. (5 слайд)
- Послушайте внимательно следующее стихотворение.
- О какой азбуке говорится в этом стихотворении. (о дорожных знаках)
- Посмотрите на слайд. (6 слайд)
- Что Вы видите? (дорожные знаки)
- Что такое дорожные знаки? (ответы детей)
- Зачем они нужны? (ответы детей)
- Обратите внимание на слайд. Сейчас я буду читать загадки, а Вы должны будете отгадать название дорожного знака и выбрать нужный номер, под которым находится знак на слайде. (6 слайд)
- Молодцы! Все справились с заданием.

4. Физкультминутка (5 минуты)

- 1,2,3,4,5

Ох, устали мы опять.

В «Светофор» мы поиграем,

Руки, ноги разминаем.

Зеленый цвет - дети идут.

Желтый цвет – дети хлопают.

Красный цвет – дети стоят.

Ж, Ж, К, З, К, З, Ж, З, Ж.

5. Работа с новым материалом (10 минут)

- Сейчас я каждому из Вас раздам тесты для закрепления изученного материала.
- Обратите внимание на слайд и проверьте правильность своих ответов. (7 слайд)

6. Рефлексия (3 минут)

- Что нового Вы узнали на уроке? (ответы детей)

- Какие правила дорожного движения необходимо запомнить на всю жизнь? (ответы детей)
- Какие затруднения возникли при изучении новой темы?
- Оцените свою работу на уроке с помощью смайликов.

7. Домашнее задание (1 минута)

- Нарисуйте две ситуации на дороге, которые будут отражать пример правильного и неправильного поведения пешеходов. Будьте готовы объяснить какие правила нарушены.
- Спасибо за урок. Все сегодня работали на отлично. Все молодцы!

Предмет: Окружающий мир

Класс: 2 «Б»

Тема урока: «Опасные незнакомцы»

Цели деятельности учителя: познакомить детей с опасностями при контактах с незнакомыми людьми, а также научить правильно действовать при встрече с незнакомцем.

Задачи урока:

1. Образовательные: изучение ситуаций, содержащих опасности при общении с незнакомыми людьми;
2. Развивающие: развитие умений правильно действовать при контактах с незнакомцами; развитие коммуникативных способностей: умение работать сообща, вести диалог; развитие психических процессов: памяти, мышления, воображения, внимания; развитие эмоциональной сферы; умение оценивать работу одноклассников; развитие в детях чувства уверенности в своих возможностях.
3. Воспитательные: воспитание чувства ответственности за совершенные поступки, любознательности и пытливости в процессе учения.

Тип урока: Открытие новых знаний.

Оборудование: компьютер, экран, проектор, учебная презентация, памятки, учебник Окружающий мир. 2 класс. Ч 2. А.А. Плешаков.

Ход урока

1. Организационный момент (1 минута)

- Доброе утро, солнце! (все поднимают руки, затем опускают)
- Доброе утро, небо! (все поднимают руки, затем опускают)
- Доброе утро, всем нам! (все разводят руки в стороны, затем опускают)

2. Актуализация знаний (5 минут)

- На прошлом уроке мы с Вами познакомились с опасностями, которые подстерегают нас в лесу и воде. Давайте вспомним ядовитые грибы и ягоды, которые мы можем встретить в лесу.
- Морошка, вороний глаз, черника, голубика, клюква.
- Какая ягода лишняя и почему? (ответы детей)
- Какие еще ядовитые ягоды Вы знаете? (ответы детей)
- Мухомор, бледная поганка, сыроежка.
- Какой гриб лишний и почему? (ответы детей)
- Какие еще съедобные грибы Вы знаете? (ответы детей)
- В лесу можно встретить опасных жалящих насекомых.
- Сейчас поиграем в игру. Если услышите жалящее насекомое – хлопайте в ладоши.
- Муха, кузнечик, оса, пчела, стрекоза, божья коровка, шмель.
- Пришло время вспомнить правила безопасности, которые необходимо соблюдать в воде. Обратите внимание на слайд, кто из детей на рисунке нарушает правила и какие? (2 слайд)

3. Постановка темы и цели урока (5 минут)

- Давайте вспомним сказки, в которых те или иные сказочные персонажи нарушали правила – что привело к печальным последствиям («Колобок», «Волк и семеро козлят», «Красная Шапочка», «Снежная королева» и др.).

- Мы живем с Вами в городе, где нас окружает множество разных людей. К сожалению, не все люди желают нам добра. Необходимо знать, как обезопасить можно обезопасить себя при столкновении с незнакомыми людьми.

- Тема нашего урока «Опасные незнакомцы».

4. Изучение нового материала (11 минут)

- Изучим термин. Кто же такой незнакомый человек? «Незнакомый человек - это человек, которого не знают твои родители, и не знаешь ты».

- Обратите внимание на слайды. Что может произойти при встрече с незнакомцами? (3-5 слайды)

- Запишем правила личной безопасности в тетрадях. Кто не успевает под диктовку – Вам в помощь информация на слайде. (6 слайд)

- Преступники, когда замечают одинокого ребенка, гуляющего на улице, подходят к нему и под благовидными предлогами стараются заговорить с ним, предлагая пойти с ними в место, где мало людей. Также незнакомцы стараются подходить к ребенку как можно ближе, чтобы иметь возможность схватить ребенка. Нельзя допускать, чтобы незнакомый человек подходил к Вам на расстояние вытянутой руки. Многие из детей теряются, не зная, как можно поступить со взрослым незнакомым человеком, стесняются ему отказать, вследствие чего теряют драгоценное время на оценивание ситуации, и незнакомец, видя растерянность ребенка, приближается. Запомните, если незнакомый человек пытается завязать с Вами разговор в безлюдном месте – старайтесь не вступать в разговор и при возможности убежать.

- Сейчас я расскажу Вам стратегию действий, состоящую из нескольких шагов.

- Ознакомьтесь с памятками «Стратегия действий с незнакомцем», которые лежат у каждого на краю парты. Уберите их и выучите каждый шаг, всего их 4.

- Давайте рассмотрим пример такой ситуации (7 слайд)

5. Физкультминутка (4 минуты)

- Проведем физкультминутку. Я буду читать стихотворение и показывать упражнения, а Вы повторять за мной. Чтобы нам было веселее делать упражнения, включим музыку.

Примеры упражнений:

Все ребята дружно встали (выпрямиться).

И на месте зашагали (ходьба на месте).

На носочках потянулись (прогнуться назад, руки за голову).

Как пружинки мы присели (присесть).

И тихонько разом сели (выпрямиться и сесть).

6. Работа с новым материалом (12 минут)

- Поработаем в парах и потренируемся применять «Стратегию действий с незнакомцем». – Итак, каждая пара получила для тренировки ситуацию, которую нужно будет разыграть по стратегии. Один ученик из пары будет «незнакомцем», цель которого «заговорить зубы» ребенку и приблизиться на расстояние вытянутой руки. Другой – ребенок, цель которого держать дистанцию и, вежливо закончив разговор за 5 секунд, удалиться.

- Познакомимся с другими ситуациями в учебнике (дети читают ситуации).

После разбора ситуаций как Вы думаете можно отличить преступника от честного человека? (практически никак: преступники чаще всего выглядят как обычные люди).

7. Рефлексия (5 минут)

- Игра «Согласен – не согласен». Если вы согласны, то хлопаете в ладоши, если нет – молчите.
- Нужно ли ехать в лифте с незнакомцем?
- Можно ли детям гулять в темное время суток одному?
- На улице с незнакомыми людьми разговаривать нельзя!
- Я всегда сажусь в машину, когда меня угощают конфетами!
- Когда звонят в дверь незнакомцы, я ее не открываю.
- Чтобы не оказаться одному в опасности я выучу номера необходимых телефонов.
- Если незнакомец пытается разговаривать с тобой и при этом приглашает тебя к себе домой поиграть, пойдешь ли ты в гости к незнакомцу?
- Что нового вы узнали сегодня о безопасном поведении на улице?
- Что нового вы узнали о своей личной безопасности?
- Скажите, пожалуйста, какие цели мы ставили на урок? Как вы думаете, удалось ли нам их достичь?

8. Домашнее задание (1 минута)

- Чтобы вы лучше запомнили все, о чем говорили на уроке, предлагаю поработать дома. Подумай, какие еще опасные ситуации могут быть связаны с незнакомыми людьми. А также не забудьте подготовить к заключительному уроку свой «Режим дня».

9. Итог урока. Оценивание обучающихся (1 минута)

- Спасибо за урок. Все сегодня работали на отлично. Все молодцы!