

**«БЕЛГОРОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ  
ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
( Н И У « Б е л Г У » )**

**ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ  
ФАКУЛЬТЕТ ДОШКОЛЬНОГО, НАЧАЛЬНОГО И СПЕЦИАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
Кафедра теории, педагогики и методики начального образования  
и изобразительного искусства**

**ФОРМИРОВАНИЕ ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ  
МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ НА УРОКАХ ПО ПРЕДМЕТУ  
«ОКРУЖАЮЩИЙ МИР»**

**Выпускная квалификационная работа**

обучающегося по направлению подготовки  
44.03.01 Педагогическое образование  
Профиль Начальное образование  
очной формы обучения, группы 02021403  
Остапенко Татьяны Олеговны

Научный руководитель  
к.б.н., доц. Рыжкова Ю.П.

**БЕЛГОРОД 2018**

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>Введение</b> .....	<b>3</b>
<b>Глава 1. Теоретические основы формирования валеологической культуры младших школьников на уроках по предмету «Окружающий мир»</b> .....	<b>8</b>
1.1. Сущность понятия валеологическая культура.....	8
1.2. Особенности формирования валеологической культуры младших школьников.....	14
1.3. Педагогические условия формирования валеологической культуры младших школьников на уроках по предмету «Окружающий мир».....	22
<b>Глава 2. Экспериментальная работа по формированию валеологической культуры младших школьников на уроках по предмету «Окружающий мир»</b> .....	<b>22</b>
2.1. Анализ опыта учителей по проблеме исследования.....	32
2.2. Диагностика уровня сформированности валеологической культуры младших школьников.....	38
2.3. Содержание работы по формированию валеологической культуры младших школьников на уроках по предмету «Окружающий мир».....	42
<b>Заключение</b> .....	<b>54</b>
<b>Библиографический список</b> .....	<b>57</b>
<b>Приложение</b> .....	<b>61</b>

## ВВЕДЕНИЕ

Сохранение и укрепление здоровья детей — одна из главных стратегических задач страны. Она регламентируется и обеспечивается такими нормативно-правовыми документами, как Закон РФ «Об образовании», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», а также Указами Президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения Российской Федерации», «Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в Российской Федерации» и др. Общеизвестно, что здоровье человека на 20% зависит от наследственных факторов, на 20% — от природного окружения, на 7–10% — от уровня здравоохранения. Социально-генетические, эпидемиологические, клинико-социальные и другие исследования убедительно доказали, что здоровье человека в первую очередь зависит от его образа жизни. По данным Ю.М. Комарова, Ю.П. Лисицына и других отечественных ученых, образ жизни формирует здоровье и занимает примерно 50–55% удельного веса всех факторов, обуславливающих здоровье человека.

Эффективность творческой, преобразующей профессиональной, спортивной деятельности полностью обусловлена здоровьем человека, основы которого закладываются на ранних этапах индивидуального развития. Но для сохранения здоровья на долгие годы, кроме здоровой наследственности, необходим целый комплекс мероприятий, включающий физическую культуру (с достаточной двигательной активностью, закаливанием и др.), рациональный режим труда, отдыха, питания, отказ от вредных привычек, т.е. весь комплекс составляющих здорового образа жизни. Главным результатом культуры здорового образа жизни является высокий уровень здоровья, умственной и физической работоспособности, психоэмоциональная устойчивость и способность противостоять разнообразным стрессовым факторам, неблагоприятным экологическим

воздействиям внешней среды. На формирование системы знаний и умений в области познания ребенком самого себя, своих возможностей и способов их развития наибольшее влияние оказывают образовательные учреждения, на которые возлагается ответственность за формирование валеологической культуры младших школьников (Ионова, 2015).

В Федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования выделяется отдельное направление по формированию ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни. Здоровьесберегающая составляющая в современных условиях должна быть неотъемлемой частью основной образовательной программы образовательного учреждения. С учетом требований ФГОС НОО методология воспитания у обучающихся ЗОЖ, кроме обеспечения их грамотности в вопросах здоровьесбережения, включает и формирование мотивации на введение здорового образа жизни, и воспитание ответственности за собственное здоровье и здоровье близких людей. Это не просто способы сохранения и укрепления здоровья, но и создание новых осознанных форм поведения, полезных для здоровья (ФГОС НОО, 2018).

Особую актуальность проблема формирования валеологической культуры приобрела на уроках «Окружающего мира», где каждый ребенок должен получить определенный объем знаний по валеологии, необходимый ему для ведения правильного образа жизни. Деятельность учителя в этом плане является образовательно-оздоровительной и представляет собой комплекс действий гигиенической, психолого-педагогической, природно-оздоровительной, художественно-эстетической направленности. На уроках окружающего мира у младших школьников воспитывается ответственное отношение к своему здоровью, формируется умение понимать и принимать ценные для здоровья решения. Дети должны понять, только здоровый человек может жить полноценной жизнью и приносить максимальную пользу людям.

К настоящему времени сделаны шаги в становлении валеологии, определении основных валеологических задач в рамках системы образования, создании ее концепции, оформлении ее в виде нового направления в науке о системно-интегративном образовании, а также в виде педагогической системы, направленной на формирование и внедрение здорового образа жизни школьников во все сферы их жизнедеятельности, в том числе – учебу (Куличенко, 2013).

Различные подходы к решению проблем формирования валеологической культуры отражены в работах Р.И. Айзмана, В.Ф. Базарного, Ю.К. Бахтина, В.И. Белова, И.И. Брехмана, Э.Н. Вайнера, Д.Н. Давиденко, В.В. Колбанова, Д.В. Колесова, Н.Н. Куинджи, В.П. Казначеева, Т.А. Солдатова, В.В. Строкань, Л.Г. Татарниковой.

Таким образом, возникает необходимость формирования потребности у детей валеологической культуры, которая приведет к сохранению и развитию здоровья. Без усвоения соответствующих знаний невозможна сознательная деятельность. Только на основе знаний валеологическая деятельность может быть по-настоящему творческой, позволять человеку находить собственные пути укрепления здоровья, создавать собственный стиль здоровой жизни.

Вышеизложенным объясняется выбор темы исследования: «Формирование валеологической культуры младших школьников на уроках по предмету «Окружающий мир»».

**Проблема исследования:** каковы педагогические условия формирования валеологической культуры младших школьников на уроках по предмету «Окружающий мир».

Решение проблемы составляет **цель исследования.**

**Объект исследования** – процесс формирования валеологической культуры младших школьников.

**Предмет исследования** – педагогические условия формирования валеологической культуры младших школьников на уроках по предмету «Окружающий мир».

**Гипотеза исследования:** формирование валеологической культуры младших школьников на уроках по предмету «Окружающий мир» будет эффективным, если:

- 1) обучающиеся вовлекаются в исследовательскую деятельность по изучению собственного организма;
- 2) использовать разнообразные задания для развития представлений о здоровом образе жизни у младших школьников.

Поставленная цель обусловила решение следующих **задач исследования:**

- 1) раскрыть сущность понятия валеологическая культура;
- 2) выявить особенности формирования валеологической культуры младших школьников;
- 3) выделить педагогические условия формирования валеологической культуры младших школьников на уроках по предмету «Окружающий мир»;
- 4) изучить и проанализировать педагогический опыт учителей по проблеме исследования;
- 5) провести экспериментальную работу по формированию валеологической культуры младших школьников;
- 6) разработать содержание работы по формированию валеологической культуры младших школьников на уроках по предмету «Окружающий мир».

Для решения поставленных задач использовались следующие **методы исследования:**

- теоретический анализ психолого-педагогической литературы;
- изучение передового педагогического опыта;
- эксперимент.

**База исследования:** 2 класс МОУ «Мясоедовская ООШ» с. Мясоедово Белгородского района Белгородской области.

Апробация и внедрение результатов исследования осуществлялись на базе МОУ «Мясоедовская основная общеобразовательная школа Белгородского района Белгородской области». Результаты исследования были представлены в виде статьи в электронном сборнике международной научно-практической конференции «Развитие личности в образовательном пространстве» (Белгород, 2018 г.).

**Структура выпускной квалификационной работы:** введение, две главы, заключение, библиографический список, приложение.

**Во введении** обоснована актуальность проблемы исследования и обозначен научный аппарат: цель, объект, предмет, гипотеза, задачи, методы исследования.

**В первой главе** «Теоретические основы формирования валеологической культуры младших школьников на уроках по предмету «Окружающий мир»» раскрывается понятие «валеологическая культура», описываются особенности формирования валеологической культуры младших школьников, приводится анализ педагогических условий по формированию валеологической культуры младших школьников на уроках по предмету «Окружающий мир».

**Во второй главе** «Экспериментальная работа по формированию валеологической культуры младших школьников на уроках по предмету «Окружающий мир»» представлен анализ опыта учителей по проблеме исследования, описываются ход и результаты экспериментальной работы, содержание работы по формированию валеологической культуры младших школьников на уроках по предмету «Окружающий мир».

**В заключении** обобщены результаты выпускной квалификационной работы, изложены выводы.

**Библиографический список** содержит 50 источников.

**В приложении** помещены диагностические материалы, таблицы, отражающие ход и результаты исследования, планы-конспекты уроков по «Окружающему миру»

# ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ НА УРОКАХ ПО ПРЕДМЕТУ «ОКРУЖАЮЩИЙ МИР»

## 1.1. Сущность понятия валеологическая культура

Учение о здоровье человека берет начала еще в Древней Греции и Древнем Риме. Через тысячи лет к нам доходит античный афоризм: «В здоровом теле – здоровый дух». В Греции афинцы называли идеального человека, который находится в идеальной физической форме, идеальном в моральном, умственном и эстетическом отношении.

Современные ученые признают тот факт, что человечество пришло к началу двадцать первого века в нездоровом состоянии, о чем свидетельствуют данные о продолжительности жизни, о значительном распространении различных заболеваний. Актуальной причиной этих процессов является резкое ухудшение условий жизни населения и неспособность бороться с факторами окружающей среды - природными, социальными и техногенным.

Первоочередным, неотъемлемым потенциалом государства являются школьники. Именно им предстоит решать глобальные социально-экономические, морально-этические, национальные и другие проблемы, которые являются наиболее значимыми в наше время. Для построения перспективного общества необходимы высокоинтеллектуальные, физически, психически здоровые люди, имеющие высокий уровень валеологической культуры (Солдатова, 1996).

Известно, что всестороннюю полноту человеческой деятельности как непреходящей ценности обуславливает здоровье. Здоровье и отношение человека к своему здоровью следует рассматривать в качестве важнейшего компонента его личности.

Факторы риска для здоровья связаны с заболеваемостью и смертностью, а значит, их изучение и оценивание принадлежит медицине.

Опираясь на результаты многих исследований можно увидеть, что медицина сама по себе не может разрешить проблемы здоровья – сохраняющего характера. Без поддержки педагогики, ей не обойтись, так как факторы риска имеют поведенческую основу и связаны именно с мотивацией, которая вырабатывается воспитанием.

Немаловажным и очевидным становится факт о необходимости воспитания культуры здоровья, создания здоровьесберегающих условий в сфере образования, необходима валеологизация среды обучения и всего образовательного процесса. Без этих важнейших компонентов невозможным становится дальнейшее развитие интеллектуального и профессионального потенциала общества.

Как отмечает В.П. Казначеев, валеологический анализ факторов здоровья требует переноса фокуса нашего внимания от медицинских наук, физиологических, биологических акцентов в направлении социологии, культурологи, духовной сферы, ведь проблема общей валеологии есть проблема предназначения человека, где духовно-эстетическая, трудовая стороны должны сочетаться с его потребностями, убеждениями, с его физическими, биологическими резервами (Казначеев, 2007).

Здоровый образ жизни, как условие и предпосылка социальной активности человека, полноты его выражения духовных и физических сил, продуктивного долголетия предполагает целенаправленное формирование его сознания и поведения, соответствующих требованиям здоровья.

Одним из приоритетных направлений ЗОЖ является воспитание сознательного и ответственного отношения к здоровью своему и окружающих людей. Как и любое человеческое чувство, ответственность формируется в контексте собственного индивидуального пути развития человека, его взаимоотношений с окружающими, как часть общей культуры, проявляющейся в единстве стилевых особенностей поведения, манеры общения, способов мышления и ценностных ориентаций. Поэтому решение проблемы изменения стиля жизни в отношении здоровья связано с

формированием мировоззренческой позиции, характеризующейся взаимосвязью и взаимообусловленностью значения валеологической культуры, усвоенной индивидом наряду с другими человеческими ценностями (счастье, любовь, мир, самореализация и др.), детерминирующих влияние стиля жизни на здоровье и достижение желаемых благ.

Валеология – наука о здоровье (от лат. valeo - “здоровствовать, «быть здоровым»”). Этот термин впервые появился в восьмидесятые годы прошлого столетия. Нужно сказать, что своим появлением он обязан осознанию того факта, что общество не в силах справиться с проблемами здоровья, не использует для его сохранения достижения научно-технического прогресса (Строкань, 2009).

Под валеологией как наукой З.И. Тюмасева подразумевает «науку о способностях быть, становиться крепким и сильным, то есть здоровым, стойким, волевым, хорошо развитым» (Тюмасеева, 2002).

Цель валеологии – вооружить человека научно-теоретическими знаниями о формировании, сохранении и укреплении здоровья и практическими знаниями оздоровления организма.

Предметом валеологии является индивидуальное здоровье человека как категория качества жизни, обусловленная физиологическими механизмами, способностью организма адаптироваться к условиям среды, способностью к самоорганизации, саморазвитию, самосохранению. Следовательно, к сущностным показателям валеологической культуры мы относим знания о сохранении и совершенствовании личного здоровья, проявляющиеся в жизнедеятельности, ведении здорового образа жизни, психофизической регуляции, отношении к здоровью как самоценности.

Валеология разделяется на индивидуальную и общественную. Индивидуальная валеология направлена на сохранение и приумножение здоровья отдельного человека. Она является сочетанием понятий личной гигиены, психогигиены, закаливания, физических нагрузок, рационального питания, методик оздоровления. Общественная валеология – это сохранение

и поддержание физического, духовного, психического, социального и экономического здоровья общества (Белов, 2007).

К основным задачам науки относится исследование и оценка состояния здоровья и его резервов, формирование установки на здоровый образ жизни, укрепление и сохранение хорошего самочувствия через приобщение человека к здоровому образу жизни. Валеология имеет отличия от других наук, которые также изучают состояние организма человека: сферой интересов валеологии является здоровье и здоровый человек, в медицине - это болезнь и больной, в гигиене - условия жизнедеятельности и среда обитания человека.

Для раскрытия сущности понятия «валеологическая культура» необходимо обратиться к пониманию валеологии как междисциплинарного научного направления, рассматривающего причины здоровья, пути его обеспечения, формирования и сохранения в конкретных условиях жизнедеятельности, как совокупность знаний о генетических и физиологических резервах организма, обеспечивающих устойчивость физического, биологического, психологического, социокультурного развития и сохранения здоровья в условиях влияния на организм постоянно меняющихся факторов внешней и внутренней среды (Куличенко, 2013).

Валеологическая культура личности определяется как система жизненных ценностей, опирающихся на знания о сущности здоровья (включая пути и методы его формирования, сохранения и укрепления) и регулирующих поведение людей в процессе жизнедеятельности.

Показателем валеологической культуры является не только обилие знаний и способностей, но и противостояние человека воздействию внешних, поверхностных, «модных» событий повседневной жизни.

Необходимость формирования валеологической культуры школьников, сохранение и укрепление их здоровья определяется объективно существующей потребностью общества в подготовке физически

выносливых, мобильных, конкурентоспособных специалистов, готовых к высокоинтенсивной производительной деятельности (Давиденко, 2003).

Несмотря на многочисленные и разнообразные публикации, проблема формирования валеологической культуры до сих пор не получила достаточного теоретического обоснования.

Над проблемой формирования валеологической культуры усиленно работали такие ученые как, В.В. Белов, Э.Н. Вайнер, А.Г. Горшкова, Е.М. Казин, В.В. Колбанов и др., и дали свою трактовку понятию «валеологическая культура».

По мнению А.Г. Горшкова, необходимо выделить две грани этого понятия (Горшков, 2000):

1. Валеологическая культура как общефилософская категория, характеризующая специфику взаимодействия человека и общества и сохранения и укрепления здоровья в разные исторические эпохи. Она выражается через такие понятия, как общественное валеологическое мировоззрение, валеологическое сознание, валеологическое мышление, общечеловеческие гуманистические идеи, убеждения и принципы, способы познания и деятельности, нормы и правила.

2. Валеологическая культура как интегративное личностное качество индивида, характеризующее его поведение и деятельность, которые опираются на его мировоззрение. Индивидуальное мировоззрение связано с индивидуальными представлениями о здоровье, системой личностных ценностей и целевых установок личности. Индивидуальное мировоззрение формирует ценностное отношение и потребностно-мотивационную сферу, являющиеся основой направленности личности.

До настоящего времени сущность этого понятия трактуется неоднозначно. Но многими исследователями признается, что такой вид культуры должен существовать. В специальной литературе понятие «валеологическая культура» раскрывается различным образом.

По утверждению Д.В. Колесова, валеологическая культура – это «культура формирования правильного отношения к здоровью, основанного на данных, полученных в рамках педиатрии, возрастной физиологии психологии, общественных наук» (Колесов, 2007, 16).

По определению Э.М. Казина, «валеологическая культура - наука о нравственном, физическом и духовном здоровье, являющаяся неотъемлемой частью культурологии» (Казин, 2009, 150).

В своей книге «Валеология: материалы к изучению курса» М.Г. Романцов и Н.Г. Терехова дают следующее определение валеологической культуры: «Это теория и практика формирования, сохранения и укрепления здоровья индивида» (Романцов, 2007, 96).

Валеологическую культуру Е.И. Торохова определяет как «социально-психологическую деятельность индивидуума, направленную на укрепление и сохранение здоровья, освоение норм, принципов, традиций здорового образа жизни, превращающих их во внутреннее богатство личности» (Торохова, 2002, 220).

По определению Э.Н. Вайнера, «валеологическая культура является результатом валеологического образования и предполагает знание человеком своих генетических, физиологических и психологических возможностей, методов и средств контроля, сохранение и развитие своего здоровья, умение распространять свои знания на окружающих» (Вайнер, 2009, 105).

Валеологическая культура – это социально-психологическая деятельность личности, направленная на сохранение и укрепление здоровья, освоение принципов, норм здорового образа жизни, приращение их во внутреннее богатство личности (Каченовский, 2008).

«Валеологическая культура – по Е.С. Рапацевичу – это воспитание у учащихся потребности в здоровье, формирование у них научного понимания здорового образа жизни и выработка соответствующего поведения. В основе валеологической культуры лежит концепция формирования здорового человека, осуществляемого через нравственное, физическое и половое

воспитание, обучение способам психосаморегуляции, передачу и усвоение гигиенических, физиологических и медицинских знаний» (Рапацевич, 2010).

Под валеологической культурой личности, по мнению В.В. Колбанова, следует понимать «не только валеологическую осведомленность, но и динамический стереотип поведения, выработанный на основе истинных потребностей, способствующих здоровому образу жизни определяющий бережное отношение к здоровью окружающих людей» (Колбанов, 2008, 69).

Таким образом, при всей неоднозначности даваемых определений большинство исследователей сходятся во мнении о том, что формирование валеологической культуры влияет на физическое и духовно-нравственное совершенствование человека как становление и улучшение нравственного, духовного и физического здоровья и его роль в культурном аспекте жизнедеятельности индивида. Они считают, что валеология – перспективная отрасль научного знания, которая в будущем сможет занять одно из ведущих мест в системе человекознания в целом. В свете этого положения вполне допустимо рассматривать валеологическую культуру как компонент личности здоровья общества.

## **1.2. Особенности формирования валеологической культуры младших школьников**

Как известно, здоровье – это одно из ценностных составляющих, способствующее успешному развитию любого человека. Поэтому проблема воспитания валеологической культуры в начальной школе является особенно актуальной на современном этапе развития общества.

Валеологическая культура включает в себя некоторые основные критерии (Зайцев, 2001):

- знания о совершенствовании и сохранении личного здоровья, проявляющегося в жизнедеятельности;
- отношения к здоровью как самоцели;

- ведение здорового образа жизни;
- психофизиологическая регуляция;
- знания человеком своих психологических, физиологических и генетических особенностей;
- распространение валеологических знаний;
- наличие потребности сохранить здоровье как личную ценность;
- организация здоровьесберегающей деятельности.

Способ укрепления здоровья детей – организация благоприятных социально-педагогических условий для выработки здорового образа жизни, как в семье, так и в школе. Здоровым образом жизни в свою очередь называется активная деятельность людей, устремлённая на улучшение и сохранение здоровья. Образ жизни относится к социально-биологическим факторам, компонентами которого служат три показателя: качество, стиль и уровень жизни (Апанасенко, 2003).

Младший школьный возраст является одним из наиболее ответственных периодов жизни человека в формировании личности. Известно, что 40% психических и физиологических заболеваний взрослых закладываются в детском возрасте. Именно поэтому школьное воспитание должно формировать уровень здоровья ребенка и фундамент физической культуры будущего взрослого человека. Именно в этот период происходит становление общечеловеческой культуры со всеми ее аспектами. В младшем школьном возрасте дети начинают осознавать нравственные мотивы, учатся нести ответственность за свои поступки.

Формирование положительного интереса к здоровому образу жизни – это процесс многоступенчатый: от первых элементарных знаний до глубоких психофизиологических знаний и интенсивных занятий спортом. Здоровый образ жизни – это возможная ступень процесса духовного и физического совершенствования человека (Мартыненко, 2006).

Сформировать валеологическую культуру – значит пробудить в человеке внутреннюю потребность в здоровосозидании. Создание этой

культуры предполагает возвращение ребенку статуса субъекта воспитания, который способен к самостоятельному выбору действий, самореализации, жизнотворчеству.

Закрепление у подрастающего поколения здорового образа жизни в практике работы школы сегодня рассматривается как одно из главных направлений гуманизации образования. В аспекте рассматриваемой проблемы важность формирования ценностных ориентаций определена необходимостью совершенствования и сохранения их психического, физического и социального благополучия. Собственно физическая дееспособность и здоровье являются основой и условием для раскрытия потенциала личности. От того, как успешно удастся сформировать и закрепить у младшего школьника навыки здорового образа жизни, валеологическую культуру в последующем зависит его реальный образ жизни (Громбах, 2012).

Здоровье человека в первую очередь будет зависеть от стиля жизни, который определяется в большой степени личностными наклонностями, историческими и национальными традициями и носит индивидуальный характер. В этом важную роль играет пример педагогов. В силу своих возрастных особенностей младший школьник испытывает большое доверие к взрослым. Для ребенка слова учителя, его поступки, оценки имеют огромное значение. Именно педагог не только словами, но и всем своим поведением, своей личностью формирует устойчивые представления ребенка об окружающей его действительности (Касперович, 2005).

Именно перед учителями начальных классов остро стоит задача развития и воспитания у учащихся способности бережно, внимательно относиться к своему здоровью. Именно в младшем школьном возрасте закладываются стандартные модели поведения, складывается образ жизни. Немаловажно, чтобы дети в данном возрасте могли получить элементарные сведения о способах укрепления и сохранения здоровья, осознали его как одну из основных ценностей жизни, выработали здоровые привычки,

которые в будущем оформятся в осознанные поведенческие модели – здоровый образ жизни.

Младший школьный возраст – это период, когда у ребенка особенно выражена потребность в двигательной активности. Можно сказать, что основными задачами этого возрастного периода является овладение всеми доступными движениями, испытание и совершенствование своих двигательных способностей и тем самым приобрести более широкую власть, как над собственным телом, так и над внешним физическим пространством (Кузнецова, 2010).

Поэтому, необходимо использовать разнообразные формы организации двигательной активности учащихся на уроке, и во внеклассной работе: проводить физкультминутки на всех уроках, подвижные игры на переменах, занятия и прогулки на свежем воздухе, дни здоровья, культурно-оздоровительные мероприятия, организовывать занятия в кружках и спортивных секциях.

Двигательные умения и навыки имеют большую образовательную ценность, поскольку основой их является творческое мышление. Так же в младшем школьном возрасте развитие двигательных качеств особенно тесно связано с восприятием. Дети становятся более внимательными, наблюдательными и дисциплинированными, у них укрепляется воля, вырабатывается характер.

С приходом ребёнка в школу изменяется его ведущая деятельность: игровая превращается в учебную и основным видом деятельности ребёнка должно стать учение. Поэтому в начальной школе необходимо заложить в учащихся основы учебной деятельности. Однако этот процесс осложняется возрастными особенностями младшего школьника: слабой переключаемостью внимания, его неустойчивостью, произвольностью памяти и мышления. Для преодоления этого и в учении должны широко использоваться игровые формы активности детей - учебная деятельность младшего школьника должна быть пронизана игровыми моментами. Игра —

это ведущий вид деятельности младшего школьника. Именно в игре происходит тренировка многих важных жизненных навыков, формируются черты характера. В процессе игры у обучающихся вырабатывается привычка сосредотачиваться, мыслить самостоятельно, развивается внимание, стремление к знаниям. Увлечшись, обучающиеся замечают, что они учатся, познают, запоминают новое, ориентируются в необычных ситуациях, пополняют запас представлений, понятий, развивают навыки, фантазию. Те временем, результат собственного труда вызывает положительные эмоции, порождающие дополнительную мотивацию учения (Харибутова, 2017).

Необходимо учитывать то, что у младших школьников доминирует наглядно-образное мышление. Поэтому, целесообразно во время уроков использовать красочные иллюстрации, картины, плакаты с изображением строения организма, показывать опыты, видеофильмы, которые демонстрируют процессы, происходящие в организме и т.д.

Навязать младшему школьнику образ жизни извне нельзя. Личность реально имеет возможность выбирать значимые для нее типы поведения и формы жизнедеятельности. Каждая личность, обладая определенной ценностью и автономностью, формирует свой образ мышления и действий. Личность может оказывать влияние на характер и содержание образа жизни коллектива, группы, с которыми она взаимодействует (Сычева, 2016).

Учащийся, организуя свою жизнедеятельность, вносит в нее упорядоченность, применяя устойчивые определенные структурные компоненты. К ним может относиться и определенный режим, когда младший школьник в одно и то же время регулярно занимается физическими упражнениями, ложится спать, питается или проводит закаливающие процедуры, и правила личной гигиены, и положительные эмоции.

Для младших школьников соблюдение режима дня имеет особое значение. С одной стороны, их нервная система еще далеко не зрелая и предел истощаемости нервных клеток довольно низок, а с другой стороны — новые условия жизни, необходимость адаптации к нелегким для организма

ребенка физическим и психическим нагрузкам, связанным с систематическим обучением, ломка старых стереотипов поведения и деятельности и создание новых предъявляют повышенные требования ко всем физиологическим системам. Упорядоченность чередования труда и отдыха способствует оптимизации функций организма, лучшей адаптации к условиям школы с минимальными физиологическими затратами, а нарушения режима дня приводят к серьезным отклонениям в здоровье ребенка, и прежде всего к неврозам (Климова, 2013).

Основными компонентами режима являются следующие: сон, пребывание на свежем воздухе (прогулки, подвижные игры, занятия физкультурой и спортом), учебная деятельность в школе и дома, отдых по собственному выбору (свободное время), прием пищи, личная гигиена.

С возрастом соотношение отдельных компонентов режима по времени меняется, более продолжительными становятся учебные занятия, менее продолжительными прогулки. Могут появляться новые виды деятельности, например, сейчас достаточно распространена трудовая деятельность школьников во внеурочное время.

Однако главным в распорядке дня должно быть разумное чередование умственной и физических нагрузок и труда и отдыха, при этом всякая деятельность, как интеллектуальная, так и физическая, по характеру и длительности должна быть посильной для ребёнка, не превышать пределов его работоспособности, а отдых — обеспечивать полное функциональное восстановление организма (Рымкевич, 2005).

Большую роль в формировании валеологической культуры играет рациональность питания младшего школьника. В основе рационального питания лежат 5 принципов: регулярность, разнообразие, адекватность, безопасность и удовольствие.

Одним из компонентов формирования здорового образа жизни у младших школьников является отказ от вредных для здоровья привычек, среди которых мы можем назвать курение, алкоголь, а также чрезмерное

увлечение компьютером.

Закаливание – эффективное средство укрепления здоровья человека. Особенно велика его роль в профилактике простудных заболеваний: закаленные люди, как правило, не простужаются. Закаливание повышает также неспецифическую устойчивость организма человека к инфекционным заболеваниям, усиливая иммунные реакции.

Закаливание обеспечивает тренировку и успешное функционирование терморегуляторных механизмов, приводит к повышению общей и специфической устойчивости организма к неблагоприятным внешним воздействиям (Гарбузов, 2005).

Следующий фактор здорового образа жизни – это личная гигиена. Сохранение и укрепление здоровья невозможны без соблюдения правил личной гигиены – комплекса мероприятий по уходу за кожей тела, волосами, полостью рта, одеждой и обувью.

Положительные эмоции являются неотъемлемой составляющей здорового образа жизни. Для поддержания физического здоровья необходимо психическое закаливание, суть которого – в радости к жизни.

Важное значение в основе формирования валеологической культуры должны занимать личностно-мотивационные качества данного человека, его жизненные ориентиры.

Младший школьный возраст является наиболее чувствительным к избирательным воздействиям, что имеет большое значение для дальнейшего развития личности. Исходя из этого, следует сделать вывод о том, что в данном возрасте необходимо формировать ценностное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, формировать культуру здоровья, мотивацию на ведение здорового образа жизни (Куинджи, 2000).

Как показывает существующая школьная практика, приобщение учеников к валеологической культуре, выработка к здоровому образу жизни осознанных побуждений не всегда носит целенаправленный характер. Указанное состояние отчасти объясняется отсутствием в теории целостной

концепции, которая раскрывает пути и условия формирования мотивации к здоровому образу жизни в условиях начальной школы.

Формирование мотивации здорового образа жизни у младших школьников выстраивается с учетом логики развития данного психологического феномена и предусматривает несколько этапов (Маркова, 1993):

1. Ориентационный этап. В процессе данного этапа у школьника формируется интерес и положительное отношение к здоровому образу жизни, осмысливается им ценность здоровья для самореализации.

2. Этап становления. В ходе него формируются потребности в здоровом образе жизни. На данном этапе цель определяется как выработка устойчивой мотивации к здоровому образу жизни, характеризующейся стремлением к самообразованию в области ЗОЖ, устойчивым интересом к проблеме.

3. Этап генерализации. Его основным содержанием является формирование целостной системы мотивов здорового образа жизни, которое обеспечивает проектирование жизнедеятельности с позиции сохранения здоровья.

Процесс формирования мотивации здорового образа жизни у младших школьников предусматривает такое построение системы средств, которая ориентирована, с одной стороны, на изменение в школе условий учебно-воспитательного процесса, в частности, валеологизация содержания учебных дисциплин, с другой – на изменение внутриличностной сферы с помощью сознательно-волевой работы по осмыслению учащимися отношения к стилю своей жизни, к здоровому образу жизни (Соловьев, 2011).

Определяющее влияние на формирование валеологической культуры ребёнка оказывает семья: её образ жизни, привычки и традиции. Ребенка должны воспитывать родители, а все социальные институты могут лишь содействовать им. Ведь стандарты поведения, полученные в семье, кажутся нам самыми правильными и важными. Строгая система ценностей может

помочь детям отказаться от пагубных привычек. Не существует единых стандартов воспитания, но ребенок, наблюдая, как семейные ценности влияют на образ жизни родителей, станет перенимать их стандарты поведения. Поощряя определённое поведение ребёнка по сохранению и укреплению своего здоровья и здоровья окружающих, наказывая его за нарушение и невыполнение тех или иных здоровьесберегающих правил, родители внедряют в сознание ребёнка систему ценностных установок и норм культуры здоровья (Климова, 2013).

Следовательно, можно сделать вывод о том, что младший школьный возраст является сенситивным периодом для формирования валеологической культуры, поскольку именно в младшем школьном возрасте закладываются основные представления о физическом, нравственном, психическом и социальном здоровье человека, формируется ценностное отношение к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей.

### **2.3. Педагогические условия формирования валеологической культуры младших школьников на уроках по предмету «Окружающий мир»**

Современное общество, в том числе и образование, направлено на развитие общенациональных ценностей, к которым относится природа, здоровье, безопасность человека.

Валеология, как междисциплинарная область знаний, изучает здоровье человека на всех его уровнях, методы, средства и механизмы его формирования, сохранения и укрепления, способы его оценки и прогнозирования на основе учета влияния многочисленных факторов окружающей и внутренней среды организма (Татарникова, 2008).

Педагогическая система может успешно функционировать и развиваться лишь при соблюдении определенных условий.

Специфической чертой понятия «педагогические условия» является то, что оно включает в себя элементы всех составляющих процесса обучения и воспитания: цели, содержание, методы, формы, средства.

Педагогические условия, как отмечает В.И. Андреев - это результат целенаправленного отбора, констатирования и применения элементов содержания, методов (приемов), а также организационных форм обучения для достижения дидактических целей (Андреев, 2000).

По мнению Е.В. Яковлева под педагогическими условиями следует понимать «совокупность мер педагогического процесса, направленную на повышение его эффективности» (Яковлев, 2010).

В нашем исследовании под педагогическими условиями будем понимать целенаправленно созданную обстановку (среду), в которой в тесном взаимодействии представлены совокупность психологических и педагогических факторов (отношений, средств и т.д.), позволяющих педагогу эффективно осуществлять воспитательную или учебную работу.

Педагогические условия отражают всю совокупность возможностей образовательной среды: целенаправленно конструируемые меры воздействия и взаимодействия субъектов образования.

Педагогические условия включают в себя: содержание, методы, приемы и формы обучения и воспитания. В структуре педагогических условий неизменно присутствуют как внутренние элементы, обеспечивающие воздействие на развитие личностной сферы субъектов образовательного процесса, так и внешние элементы, которые призваны содействовать формированию процессуальной составляющей всей педагогической системы (Андреев, 2000).

Педагогические условия формирования валеологической культуры младших школьников на уроках окружающего мира исходят из структуры организации учебного процесса.

Выделим следующие педагогические условия формирования валеологической культуры младших школьников на уроках по предмету «Окружающий мир»:

- 1) интеграция здоровьесберегающего компонента в учебный материал предмета;
- 2) организация исследовательской деятельности по изучению собственного организма;
- 3) использование разнообразных заданий для развития представлений о здоровом образе жизни;
- 4) организация и проведение уроков с использованием нетрадиционных форм обучения.

В качестве первого педагогического условия рассмотрим интеграцию здоровьесберегающего компонента в учебный материал предмета «Окружающий мир».

При анализе урока с точки зрения сохранения здоровья школьников, целесообразно обратить внимание на следующие аспекты урока (Вахненко, 2014):

- плотность урока;
- количество видов учебной деятельности;
- длительность каждого вида учебной деятельности (в минутах);
- частота чередования видов учебной деятельности;
- количество видов преподавания;
- место, длительность и условия применения ТСО;
- частота чередования видов преподавания;
- психологический климат на уроке, наличие эмоциональных разрядок;
- соблюдение правильной позы, её соответствие виду работы и чередование в течение урока;
- наличие, место, содержание и длительность физкультминуток;

– момент снижения учебной активности школьников как показатель утомления.

Подача материала должна быть в легкодоступной форме, понятной младшему школьнику, с учетом его возрастных особенностей. Важно не допускать переутомления школьников, направляя их действия, контролируя нагрузку.

Выполняя данные задачи, на уроках учителем используются различные стихи, загадки, кроссворды, игры, шутки, головоломки, рубрика «Это интересно», легенды, позволяющие детям легко и не принужденно воспринимать программный материал. Такие уроки дают возможность детям показать себя, проявить свое воображение и свою фантазию (Гайдина, 2009).

С целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения обучающихся педагог должен проводить физкультминутки, динамические паузы, гимнастику для глаз, массаж активных точек.

Необходимо следить за расположением детей в классе: за партами по периметру вдоль трех стен или полукругом – уже обеспечивает заметное снижение их агрессивности и повышение эффективности их общения. Такое расположение детей, позволяет познакомиться с индивидуальностью каждого, дает возможность учащимся почувствовать себя в коллективе, а также создает отношение творческой взаимосвязи, единство общения и деятельности.

Важно помнить, что не всем детям в одинаковой мере легко дается окружающий мир. Это может содействовать возникновению напряжения, формированию со временем стресса. Для того чтобы избежать этого учителя проводят на уроках работу по профилактике стрессов. Отличные результаты дает работа в парах, микрогруппах на месте и у доски, где более «слабый» ученик чувствует помощь друга (Тверская, 2005).

В уроки окружающего мира включен физкультурно-познавательный компонент. Запоминание нового учебного материала в сочетании с двигательной активностью происходит быстрее.

Вторым педагогическим условием выступает организация исследовательской деятельности по изучению собственного организма. Имитируя исследовательскую деятельность, ученики осваивают элементы научного анализа. На уроке-исследовании присутствуют элементы ролевой игры. Ученики выступают в роли учёных-специалистов: диетологов, врачей, аллергологов, неврологов и т.д.

Роль исследователя позволяет ребёнку в игровой форме заниматься довольно сложной аналитической деятельностью, заполнять таблицы, выбирать примеры и т.д. Он с радостью делает то, что никогда бы не делал не в игровой ситуации (Тимофеева, 2008).

Творческие принципы такого урока:

- максимальное вовлечение учащихся в активную деятельность на уроке. Различные формы групповой работы на уроке;
- не развлекательность, а занимательность и увлечение, как основа эмоционального тона урока;
- развитие функции общения на уроке, как обеспечение взаимопонимания, побуждения к действию, ощущения эмоционального удовлетворения.

При изучении предмета «Окружающий мир» можно включать детей в исследовательскую деятельность по изучению всего организма или отдельных его частей. Например, на уроке «Наше питание» можно предложить детям выступить в роли диетологов: проанализировать этикетки от упаковок разных продуктов, сделать вывод, какие питательные вещества содержатся в данных продуктах, в каких количествах; проанализировать свой суточный рацион дня; составить меню правильного питания, разработать правила правильного питания (Виноградова, 2012). На уроке «Кровеносная система» с целью узнать, как работает наше сердце, можно провести следующее исследование:

- Приложите правую руку к левой стороне груди. Что вы чувствуете?

- Биение сердца.
- Встаньте все, поставьте руки на пояс и сделайте по 10 прыжков на левой ноге, правой ноге и на обеих вместе.
- Сядьте. Что заметили?
- Оно бьется сильнее и чаще, так как организму дали нагрузку.
- О работе сердца можно судить по пульсу.
- Пульс может рассказать, здоров или болен человек, слабый пульс говорит о болезнях сердца.
- Найдите у себя пульс на руке.
- Посчитайте ваш пульс.
- Какое количество сокращений сделало ваше сердце за минуту?
- Сожмите ладонь в кулак, приложите к груди. Размер нашего сердца равен размеру сжатой ладони в кулак. Его функция – перекачивать кровь по организму. Оно работает непрерывно до самой смерти человека. Чтобы быть здоровым, всем нужно тренировать свое сердце.
- А что мы должны для этого делать?
- Надо заниматься спортом, проводить ежедневные прогулки на свежем воздухе, правильно питаться и т. д.

Предлагаемые исследования по изучению организма предоставляют ребенку возможность самому найти ответы на вопросы «как» и «почему». У детей лучше усваиваются новые знания, если они получили их сами, увидев, услышав, потрогав и т.д. Исследовательский метод нужно использовать на уроках окружающего мира, так как у детей повышается интерес к учебной деятельности, качество образовательного процесса. Знания, полученные на данных уроках, хорошо воспроизводятся и обосновываются.

Третьим педагогическим условием является использование разнообразных заданий, направленных на развитие представлений о здоровом образе жизни. Приведем примеры заданий:

- загадки. Отгадайте загадки и узнайте название полезных продуктов;
- кроссворды. Разгадайте кроссворд и вы узнаете основные предметы личной гигиены.
- рассмотрите на фотографиях внешнее строение тела человека. Покажите у ребят части тела: голову, шею, туловище, верхние конечности (руки), нижние конечности (ноги). Покажите на своем теле эти части, а также грудь, живот и спину;
- рассмотрите рисунки. Что пропущено в режиме дня Сережи. Расскажите о своем режиме дня;
- объясните смысл пословиц: береги платье снову, а здоровье смолоду, чистота – залог здоровья, в здоровом теле – здоровый дух и др.
- найдите спрятанные по горизонтали слова, обозначающие спортивные предметы.

Задания разрабатываются в обучающих целях, создают благоприятные условия для активизации познавательной деятельности. В условиях школы они направлены не только на сенсорное развитие детей, совершенствования их мышления и речи, произвольного внимания, наблюдательности и памяти, разнообразных движений, быстроты и ловкости, но и на закрепление более прочных и осознанных знаний, умений и навыков по ЗОЖ у младших школьников (Михайленко, 2011).

Мы считаем, что целенаправленное и систематическое использование на уроках окружающего мира заданий, направленных на развитие представлений о здоровом образе жизни действительно способствуют формированию валеологической культуры младших школьников.

Следующим педагогическим условием можно назвать организацию и проведение уроков с использованием нетрадиционных форм обучения: уроки-путешествия, уроки-викторины, уроки-экскурсии, уроки-КВНы, что дает возможность каждому ученику принимать участие в достижении цели урока (Кропочева, 2004). Приведем пример обобщающего урока по теме

«Здоровье для человека», который можно провести как урок-путешествие: чтобы ответить на вопрос: «Что нужно делать, чтобы быть здоровым», детям необходимо отправиться в страну «Здоровья». Путешествие состоит из 5-ти станций: «Правильное питание», «Физкультура», «Закаливание», «Гигиена», «Вредные привычки». На данных станциях ребята включаются в игровую деятельность, в процессе которой узнают информацию по каждой составляющей здорового образа жизни и о том, зачем нужно заботиться о своем здоровье и здоровье окружающих людей.

Урок на тему «Здоровье и безопасность» можно провести как урок-викторину. Данный урок состоит из 7-ми этапов: «Если хочешь быть здоров», где предлагался тест «НЕ», нужно было зачеркнуть слово «НЕ», чтобы получились верные советы; «Поговорим о болезнях», где по описанным симптомам, необходимо было составить диагноз пациента; «Берегись автомобиля!», на этом этапе обучающиеся объясняли знаки дорожного движения, лежащие на столе и т.д.

Используемые нетрадиционные формы уроков обогащают учащихся новыми впечатлениями, придают уроку привлекательность, создавая положительный психологический климат в классе, способствуют лучшему запоминанию тематического материала, развивают речевую активность и самостоятельность учащихся, и, что очень важно, позволяют реализовать воспитательные цели обучения, повышают мотивацию учащихся к учению, активизируют память и развивают личность ребенка (Кропочева, 2002, 59).

Таким образом, для достижения позитивных результатов по формированию валеологической культуры в младшем школьном возрасте необходимо стремиться к гибкости учебного процесса в рамках учебного предмета «Окружающий мир», а именно создавать условия для интеграции здоровьесберегающего компонента в учебный материал предмета; организации исследовательской деятельности по изучению собственного организма; использования разнообразных заданий для развития

представлений о здоровом образе жизни; организации и проведения уроков с использованием нетрадиционных форм обучения.

### **Выводы по первой главе**

Валеологическая культура представляет собой сложное интегративное образование, основными компонентами которого являются знания о сохранении и совершенствовании личного здоровья, отношении к здоровью как самооценности, ведению здорового образа жизни. Необходимость формирования валеологической культуры школьников, сохранение и укрепление их здоровья определяется объективно существующей потребностью общества в подготовке физически выносливых, мобильных, конкурентоспособных людей, готовых к высокоинтенсивной производительной деятельности.

Младший школьный возраст является наиболее благоприятным для формирования валеологической культуры. Ребенок в этом возрасте открыт для получения знаний, он как губка, впитывает новое, усваивает различные навыки и умения или легко, естественно учится овладевать разными сферами знаний, в том числе знаниями в области культуры здоровья и здорового образа жизни.

Педагогическая система может успешно функционировать и развиваться лишь при соблюдении определенных условий. В ходе анализа психолого-педагогической литературы мы выявили и обосновали следующие педагогические условия формирования валеологической культуры младших школьников на уроках по предмету «Окружающий мир»:

- интеграция здоровьесберегающего компонента в учебный материал предмета;
- организация исследовательской деятельности по изучению собственного организма;

- использование разнообразных заданий для развития представлений о здоровом образе жизни;
- организация и проведение уроков с использованием нетрадиционных форм обучения.

## **ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ФОРМИРОВАНИЮ ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ НА УРОКАХ ПО ПРЕДМЕТУ «ОКРУЖАЮЩИЙ МИР»**

### **2.1. Анализ опыта учителей по проблеме исследования**

Здоровье - драгоценное богатство не только для каждого человека, но и для всего общества. В последнее время все очевиднее становится катастрофичное осложнение здоровья учащихся. Идеи приоритетности и важности здоровья и здорового образа жизни для формирования цивилизации не для всех очевидны.

Проблема охраны и укрепления здоровья учащихся весьма многогранна и трудна. Улучшение здоровья растущего поколения считается одной из наиболее многообещающих форм оздоровления всего общества, по этой причине забота о сохранении здоровья учащихся - ключевая обязанность школы, отдельного педагога и самого ребенка (Лебедева, 2010).

В современных условиях модернизации российского образования педагог начальных классов должен повысить интерес к культуре поведения, усвоению этических норм, сформированности ценностных взаимоотношений. Однако, принимая во внимание низкое состояние здоровья нынешних детей, не должна остаться в стороне трудность развития у них ценностного взаимоотношения к своему здоровью и самочувствию находящихся вокруг людей (Бабанский, 2004).

Практика демонстрирует, что результат валеологического образования в школе достигается за счет деятельностного подхода на уроках, во внеурочное время, как педагогами, так и родителями.

На уроках окружающего мира закладывается фундамент здоровых привычек и здорового образа жизни. Младшие школьники должны обладать способностью, определять температуру воздуха с помощью градусника, грамотно организовывать собственный режим дня, осуществлять требуемые

правила личной гигиены, защищать себе от простудных заболеваний, закаляться.

Учебный материал по окружающему миру начальной школы по любой образовательной системе предоставляет учителю возможности прямо на уроке формировать у учащихся навыки здорового образа жизни, давать им знания об организме человека, учить их беречь и укреплять собственное здоровье (Миронов, 2008).

Учитель начальных классов МОУ «Мясоедовская ООШ» И.Н. Литовченко считает, что прививать ученикам навыки здорового образа жизни на уроках окружающего мира помогают задания фольклорного характера: пословицы, поговорки, загадки, соответствующие данной теме.

К пословицам, поговоркам, загадкам можно обращаться на разных этапах урока: при мотивации учебной деятельности, при актуализации знаний, при первичном закреплении, во время творческого применения и добывания знаний в новой ситуации. Например, на уроке «Закаляться может каждый» (2 класс, по программе «Начальная школа XXI века») можно использовать следующие пословицы: «Смолоду закалишься, на весь век сгодишься», «Закалишься — от болезни отстранишься», «Ледяная вода — для хвори беда». На уроке «Правила личной гигиены» - загадки про предметы личной гигиены: Костяная спинка, жесткая щетинка с мягкой пастой дружит. Нам усердно служит (зубная щетка). 2. Я в кармане караулю реву, плаксу и грязную. Им утру потоки слез не забуду и про нос (носовой платок). 3. Гладко и душисто вымоет чисто (Мыло). 5. Целых двадцать пять зубков для кудрей и хохолков, и под каждым под зубком лягут волосы рядком (расчёска) и др.

Педагог использует кроссворды, ребусы, шарады, которые помогают активизировать учебный процесс, развивают познавательную активность, наблюдательность, внимание, память, активизируют мыслительную деятельность, расширяют кругозор, вызывают интерес к изучаемому предмету, снимают усталость, повышают работоспособность учеников,

эффективность обучения и развития младших школьников. Они увязываются с темой конкретного урока и направлены на достижение поставленной цели и имеют форму игры. Например, переставляя буквы, разгадайте слова и расскажите, что помогает человеку быть здоровым (рис. 2.1.).



Рис. 2.1. Ребус

На уроке по теме «Почему нужно быть осторожным» И.Н. Литовченко применяет следующие задания: рассмотрите на рисунке знаки дорожного движения и ответьте на вопрос, что может случиться, если мы не знаем этих знаков. Предлагает работу в парах: соотнесите знак и его название. Рассмотрите картинки, скажите, какие правила поведения нарушают дети? Как они должны были поступить? Давайте прочитаем стихотворение Г. Остера и ответим на вопросы, можно ли на самом деле придумывать себе адрес, если ты вдруг потеряешься? Почему нужно знать свой адрес и телефон? Любому ли человеку его можно сообщать? (Литовченко, 2011, 50).

Педагог на занятиях использует тематические фильмы: «Уроки осторожности с тетужкой Совой», «Смешарики. Азбука здоровья», в которых герои расскажут о правилах личной гигиены, закаливании, неправильном питании, правилах поведения в поведении дома, на улице, на воде и других местах. Благодаря этим мультфильмам ребята смогут сами познавать этот увлекательный мир, но уже без ущерба для здоровья (Литовченко, 2011).

Так на уроке по теме «Закаляться может каждый» предлагалось следующее задание: посмотрите мультфильм и ответьте на вопросы:

- Что случилось с Лосяшем?
- Как решил его лечить Копатыч?
- Закалил ли Копатыч Лосяша? Каким образом он это сделал?
- Какие правила закаливания вы услышали при просмотре мультфильма?

Учитель начальных классов Е.М. Рудакова на своих уроках использует исследовательскую деятельность. На уроке по теме «Дыхание. Значение дыхания. Органы дыхания» предлагала следующие исследования: 1) попробуйте не дышать! Кто сколько сможет выдержать? Песочные часы показали меньше минуты. Какой вывод следует: человек не может не дышать. Без воздуха человек гибнет через несколько минут. Некоторые люди могут задерживать дыхание на 3-4 минуты, хорошо тренированные (пловцы, ныряльщики) - на 5-6 минут. Вот как важно заниматься спортом; 2) чтобы пополнить запас кислорода, делаем вдох. Что хочется сделать за вдохом? Вывод: Дыхание непременно чередует вдох и выдох. При вдохе мы набираем в себя воздух, а при выдохе выдыхаем воздух в окружающее пространство; 3) Что же такое воздух? Попробуем его обнаружить: а) помашите перед собой рукой или тетрадкой; б) подуйте на руку. Что вы ощущаете? (лёгкий ветерок, который не виден). Имеет ли он запах, вкус, цвет?

На уроке «Кожа и ее здоровье», предлагала провести исследования: 1) рассмотреть кожу через лупу и увидеть маленькие отверстия – поры, благодаря которым, кожа дышит; 3) потереть пальцем кожу лба, а затем приложить палец к зеркальцу. Дети увидят, что на зеркальце осталось жирное пятно, и придут к выводу, что наша кожа богата железами, которые вырабатывают кожное сало, жир смазывает кожу, не дает ей пересыхать, делает ее мягкой и эластичной; 4) учитель слегка укалывает палец ученика и задает вопрос, что он почувствовал. Делают вывод, что кожа помогает ощутить боль и тем самым предотвратить повреждения. На этом уроке два

ученика могут выступить в роли косметологов и рассказать о том, как правильно ухаживать и заботиться о своей коже, подготовив заранее сообщения дома (Рудакова, 2005).

На уроке по теме «Организм человека» было предложено задание организовать сюжетно-ролевую игру «Как устроено наше тело», сюда включались элементы театрализации: «выступали» Клетка кожи, Клетка мышцы, Клетка крови и т.д. Дети от лица своих героев рассказывали, чем каждая из них важна, какую функцию она выполняет в организме человека. Благодаря этому методу работы, дети лучше усваивали материал, им было интересно наблюдать затем, как, например, Клетка крови рассказывала о своей жизни, какой путь она проходит в организме.

На уроке по теме «Поговорим о вредных привычках» предлагалась работа с филвордами:

– Найдите слова, связанные с темой нашего урока (алкоголизм, табакокурение, наркомания).

– Из оставшихся букв составьте новое слово. (зло).

– А действительно ли алкоголизм, наркомания, табакокурение – зло? Почему?

– Какое действие они оказывают на наш организм?

Чтобы давать правильную оценку увиденному и прочитанному, изображать предметы по наблюдению и представлению вместе с окружающей средой, Е.М. Рудакова использует задание творческого характера: изобрази двух человек, один из которых ведет здоровый образ жизни, второй – нет. Сравни их (Рудакова, 2005).

Учитель начальных классов Т.М. Бондаренко также прибегает к использованию разнообразных заданий, например, на уроках по темам (3 класс, по программе «Перспективная начальная школа») «Правила безопасного поведения на улице», «Правила безопасного поведения в быту»

просит составить памятки в группах, оформить их в виде небольших плакатов и выступить у доски перед классом (Бондаренко, 2007).

На уроке по теме «»

Педагог рекомендует методику проведения уроков-экскурсий как одного из наиболее эффективных форм занятий. Экскурсия проводится для ознакомления с окружающей средой и закрепления учебного материала. Экскурсии могут быть пешие, автобусные и на маршрутном транспорте. Например, во время остановок педагог обращает внимание учащихся на опасные места по маршруту движения в школу, вокруг школы, объекты, представляющие опасность, закрывающие обзор, сезонные изменения дорожных условий; показывает действия пешеходов, водителей и пассажиров, дорожную разметку, указательные знаки, светофоры и т.д. Подводит детей к тому, что если не соблюдать правила дорожного движения, можно попасть под машину, повредить или сломать себе что-нибудь (Бондаренко, 2007).

Если же экскурсия проводится в лес, то учитель рассказывает правила поведения в лесу, т.е. соблюдать дисциплину и выполнять все указания учителя, не собирать неизвестные тебе растения и грибы не пробовать их на вкус, можно отравиться или потерять вкусовые ощущения, поскольку они могут быть ядовиты; не разбегаться по лесу, ведь можно заблудиться или повредить себе что-нибудь и т.д.

Анализируя педагогический опыт, можно сделать вывод, что формирование валеологической культуры младших школьников на уроках по предмету «Окружающий мир» активизируется при использовании разнообразных заданий, направленных на развитие представлений о здоровом образе жизни у младших школьников, исследовательской деятельности по изучению собственного организма, нетрадиционных форм обучения.

## **2.2. Диагностика уровня сформированности валеологической культуры младших школьников**

Экспериментальное исследование проводилось на базе МОУ «Мясоедовская ООШ» с. Мясоедово Белгородской области. В эксперименте принимали участие младшие школьники 2 класса в количестве 23 человек. Класс занимался по УМК «Начальная школа XXI» века.

Эксперимент проводился в два этапа: констатирующий и формирующий.

На констатирующем этапе эксперимента была проведена диагностика уровня сформированности валеологической культуры младших школьников.

В процессе работы над констатирующим этапом мы решали следующие задачи:

- 1) выявить критерии сформированности валеологической культуры младших школьников;
- 2) отобрать методики для выявления уровня сформированности валеологической культуры;
- 3) определить уровень сформированности валеологической культуры обучающихся.

В ходе теоретического анализа литературы, мы установили, что валеологическая культура затрагивает различные стороны развития личности младшего школьника. Вследствие этого, мы выделили критерии оценки уровня сформированности валеологической культуры младшего школьника: когнитивный (знания учащихся о здоровом образе жизни); ценностный (система ценностей и ценностных ориентаций личности; деятельностно-практический (практическая готовность вести здоровый образ жизни, способность быть примером для окружающих).

Для выявления уровня сформированности валеологической культуры по когнитивному критерию использовалась методика Ю.В. Вивич «Знания о здоровье» (Приложение 1). Целью данной методики является изучение уровня сформированности младших школьников о здоровье и здоровом

образе жизни. Методика предполагает анкету, в которой обучающемуся необходимо ответить на вопросы, отметив знаком «+» те варианты ответов, которые, по их мнению, являются наиболее точными (один, несколько или все). За выбор правильного ответа на вопрос (кроме вариантов 1в, 2г, 3г, 4б, 5а, 6б) обучающийся получает 1 балл. Сумма набранных баллов характеризует уровень знаний о здоровье:

- высокий уровень (15-18 баллов) – необходимый объем и глубина знаний и представлений о здоровом образе жизни и здоровье;
- средний уровень (10-14 баллов) – ученик хорошо ориентируется в вопросах сферы здравосозидания. Знания достаточно полные, осознанные и систематизированные;
- низкий уровень (0-9 баллов) – ученик слабо ориентируется в вопросах сохранения и поддержания здоровья. Знания отрывочные, бессистемные.

По этой методике мы получили следующие результаты: 8% учащихся – высокий уровень сформированности знаний о здоровье; 52% - средний; 30% - низкий (рис.2.1.).

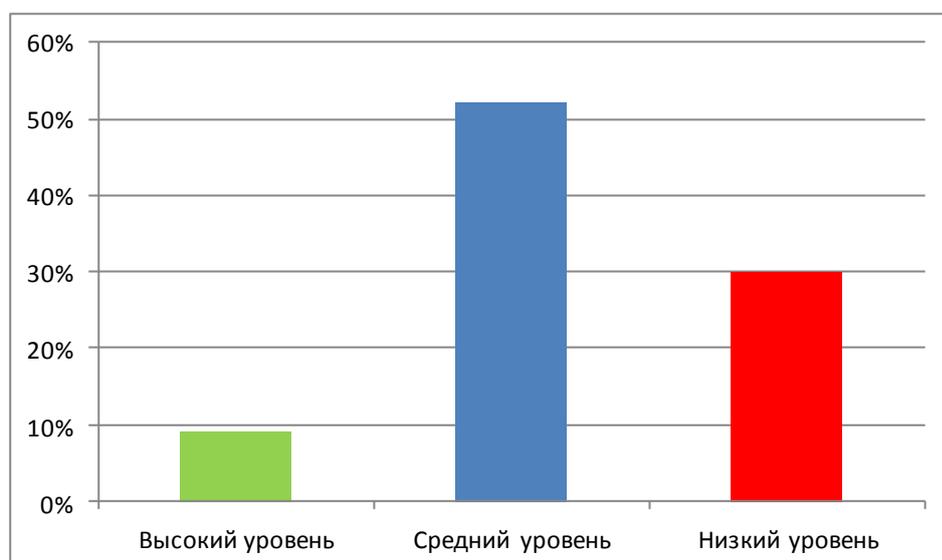


Рис. 2.1. Уровень сформированности валеологической культуры младших школьников по когнитивному критерию

Для определения уровня сформированности валеологической культуры по ценностному критерию мы использовали методику М.Рокича «Иерархия ценностей» (Приложение 2). Целью данной методики является выявление места здоровья в системе ценностных ориентаций младших школьников. Ученикам предлагается проранжировать предложенные варианты ценностей исходя из их личной значимости. Обработка результатов проводится через анализ результатов ранжирования:

- высокий уровень (1-3 место);
- средний уровень (4-6 место);
- низкий уровень (7-9 место).

По этой методике мы получили следующие результаты: 13% - высокий уровень сформированности ценности здоровья; 48% - средний; 39% - низкий (рис. 2.2.).

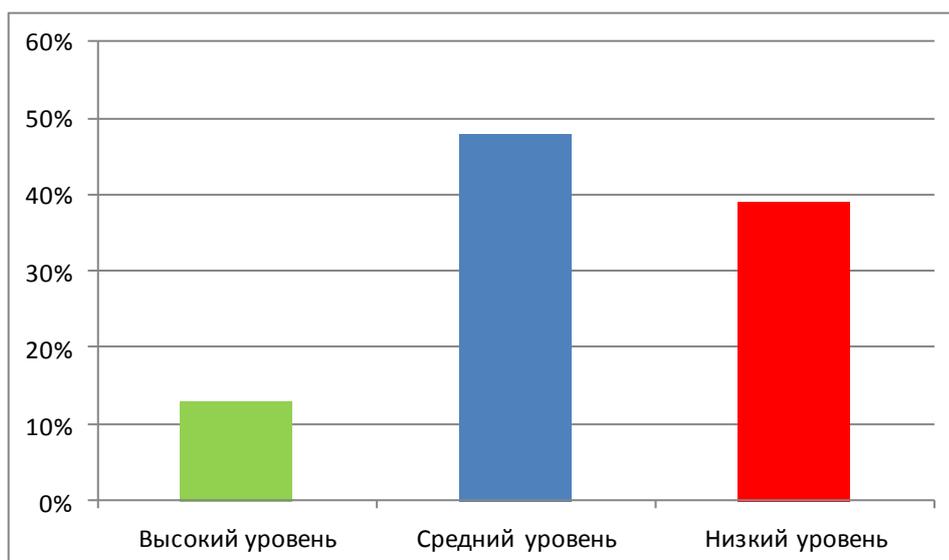


Рис. 2.2. Уровень сформированности валеологической культуры младших школьников по ценностному критерию

Для выявления уровня сформированности валеологической культуры по деятельностно-практическому критерию использовалась методика Ю.В. Науменко «Практическая готовность вести здоровый образ жизни» (Приложение 3). Целью данной методики является определение уровня сформированности практической готовности вести здоровый образ жизни.

Методика предполагает анкету, в которой обучающемуся необходимо внимательно прочитать вопросы и отметить знаком «+» те варианты ответов, которые, по их мнению, являются наиболее правильными. Сумма набранных баллов характеризует уровень знаний о здоровье:

- высокий уровень практической готовности вести здоровый образ жизни (32-40 баллов);
- средний уровень (24-30 баллов);
- низкий уровень (меньше 23 баллов).

По этой методике мы получили следующие результаты: 9% - высокий уровень сформированности деятельностно-практического критерия; 48% - средний; 43% - низкий (рис.2.3.).

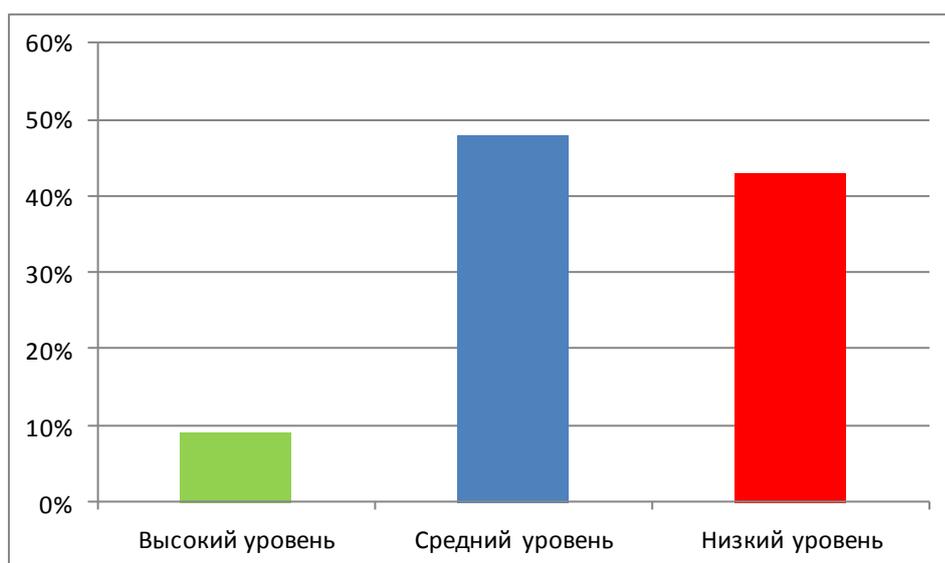


Рис. 2.3. Уровень сформированности валеологической культуры младших школьников по деятельностно-практическому критерию

Мы обобщили результаты по трем критериям: когнитивному, ценностному и деятельностно-практическому. Для этого высокий результат по одному из критериев был условно принят за 3 балла, средний за 2 и низкий за 1 балл.

Выделили показатели уровня сформированности валеологической культуры младших школьников:

1. Высокий уровень (8-9 баллов) - младшие школьники владеют знаниями в области здоровья, осознают всю сущность ценности здоровья и ведения здорового образа жизни. Обучающиеся систематически используют знания и практические умения в области ЗОЖ в своей жизни; являются активными участниками мероприятий оздоровительной направленности, успешны на уроках физической культуры.

2. Средний уровень (6-7 баллов) - младшие школьники владеют знаниями основ здорового образа жизни в неполном объеме, имеют неполные представления о правилах личной гигиены, о соблюдении режима дня, о правильном питании, двигательной активности, а также о пользе закаливания. Ребенок недостаточно осознанно относится к своему здоровью. Обучающиеся не всегда используют знания и практические умения в области ЗОЖ в своей жизни; являются участниками некоторых мероприятий оздоровительной направленности, имеют средние успехи на уроках физической культуры.

Низкий уровень (4-5 балла) – младшие школьники не владеют знаниями основ здорового образа жизни, не знают о правилах введения личной гигиены, не осознают пользы закаливания и двигательной активности, не разбираются, что значит соблюдать режим дня и как правильно питаться. Ребята редко используют или не используют знания и практические умения в области ЗОЖ; не участвуют или редко участвуют в оздоровительных мероприятиях, редко успешны на уроках физической культуры. У обучающихся отсутствует сознательное отношение к своему здоровью как к ценности. Для актуализации представлений о ЗОЖ ему требуется эмоционально-стимулирующая помощь взрослого, наводящие вопросы и житейские примеры. У ребёнка сформированы отрывочные, бессистемные представления о здоровье и здоровом образе жизни.

На констатирующем этапе были получены следующие результаты: 9% - высокий уровень сформированности валеологической культуры; 52% - средний; 39% - низкий (рис.2.4.).

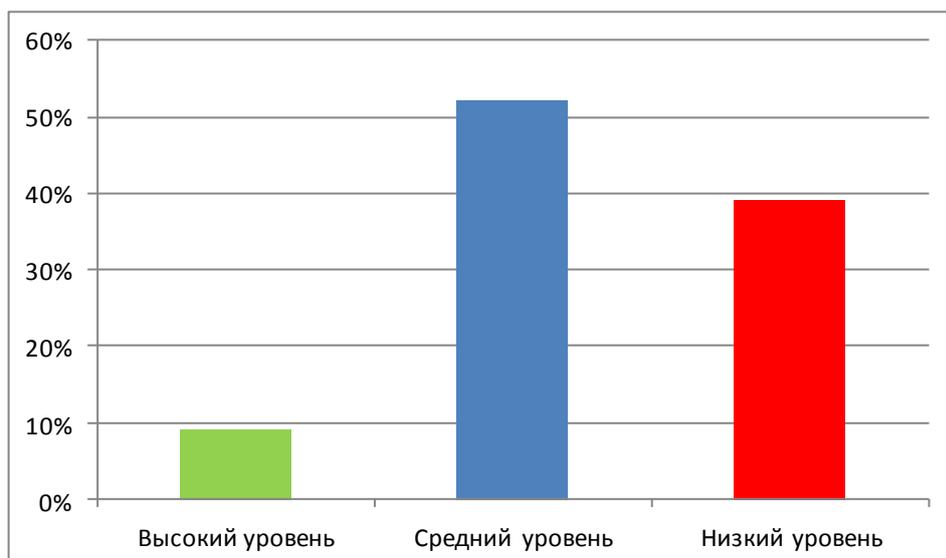


Рис.2.4. Уровень сформированности валеологической культуры младших школьников на констатирующем этапе

Таким образом, полученные результаты исследования показали, что уровень валеологической культуры младших школьников является недостаточным и требуется создание условий для его активизации. Эти педагогические условия мы апробировали в ходе формирующего этапа эксперимента.

### **2.3. Содержание работы по формированию валеологической культуры младших школьников на уроках по предмету «Окружающий мир»**

Целью формирующего этапа эксперимента явилось создание и апробация педагогических условий, направленных на формирование валеологической культуры младших школьников на уроках по предмету «Окружающий мир».

Нами были выявлены следующие педагогические условия:

- вовлечение обучающихся в исследовательскую деятельность по изучению собственного организма;
- использование разнообразных заданий для развития представлений о здоровом образе жизни у младших школьников.

Для повышения уровня сформированности валеологической культуры младших школьников нами было разработано и проведено 5 уроков по предмету «Окружающий мир» по УМК «Начальная школа XXI века» («Наши помощники – органы чувств», «Поговорим о здоровье», «Физическая культура. Быть сильным и выносливым», «Почему нужно правильно питаться», «Твое здоровье»).

На уроке по теме «Наши помощники - органы чувств» дети проводили исследовательскую работу по изучению своих органов чувств (Приложение 8).

Для этого предлагалось дать ребенку попробовать продукты с закрытыми глазами: лимон, соль, конфету, перец и определить их вкус.

Определив вкус, предлагались вопросы:

- Какой орган помог вам справиться с заданием?
- Какой вывод можем сделать?
- Язык – орган вкуса, который помогает нам отличать горькое от сладкого, кислое от соленого, вкусное от невкусного.
- Какие правила нужно соблюдать, чтобы не потерять вкусовые рецепторы?

Исследование 2.

- Ребята закройте глаза, скажите, сколько пальцев я сейчас показываю?
- Почему вы не видели? (глаза были закрыты)
- Значит для чего человеку глаза? (чтобы видеть).
- Скажите, какого цвета этот карандаш (зеленый), какую форму имеет этот предмет (круглую), какого он размера (маленького).
- Что я сейчас делаю? (садитесь на стул, ходите по классу, взмахиваете платочком).
- Прочитайте, что написано, на плакате в правом верхнем углу класса.

– Какой вывод можем сделать? Для чего нам еще нужны глаза? (глаза – орган зрения, с помощью которого мы различаем цвета предметов, их форму, величину, а также можем пронаблюдать движение, мы можем читать книги, журналы, видеть красивые картины и др.).

– Сколько всего мы можем делать с помощью глаз, но как же плохо людям, лишенным зрения: они не могут увидеть красоту природы, своих близких. Что мы должны соблюдать, чтобы защитить глаза от болезней и травм (утром и вечером промывать глаза, не трогать глаза грязными руками, осторожно обращаться с острыми предметами, долго не сидеть за компьютером и т.д.).

– Исследование №3. Для этого нам потребуется стакан с тёплой водой, кусочки льда, меха, кожи, ваты. Один ученик закрывает глаза, другой дотрагивается до его кожи то одним, то другим предметом.

– Чувствует ли человек прикосновение тёплого или холодного, пушистого или гладкого предмета?

Делают вывод, что кожа тоже наш помощник. На коже нашего тела находится множество чувствительных клеток, которые позволяют нам осязать предметы, то есть чувствовать их свойства.

– Она имеет главную функцию – защиту организма от внешнего воздействия.

– А как мы можем позаботиться о нашей коже?

Исследование №4. Ученикам завязываются глаза, и предлагается по запаху определить, какой предмет находится перед ними: духи, долька чеснока, сожженная спичка, настойки валерьяны. Приходят к выводу, что благодаря носу мы чувствуем запахи, можем ощущать аромат духов, цветов, вкусной пищи и т.д. Запах гари может предупредить нас об опасности – о пожаре. То, что мы не видим и не слышим, мы можем различить по запаху. А помогает в этом наш помощник - орган обоняния - нос. Бывает при простуде, сильном насморке, когда слизь забивает нос и клетки и теряют чувствительность, мы перестаём ощущать запах.

- Что нужно делать, чтобы уберечь обоняние?

Исследование №5. Дети слушают песню, затем закрывают уши и пытаются послушать песню.

- Что произошло, когда вы закрыли уши?
- Перестали слышать песню, исчезли все звуки.

Затем ребенку дается карточка с изображением животного. Ученик, не показывая карточку, издает звуки, которые свойственны этому животному. Все должны отгадать, какое животное изображено. Дети делают вывод о том, что слух – большая ценность для человека, благодаря ему мы можем слушать пение птиц, музыку, можем общаться с людьми.

- А что необходимо делать, чтобы защищать ушки?
- Уходить от тех мест, где много громких и резких звуков, не включать радио, магнитофон на большую громкость, не засовывать в уши никакие предметы, мыть их каждый день.

– Как вы думаете, легко ли станет человеку, если хоть один из органов чувств перестанет работать?

– Представьте себе, что глаза перестали быть органом зрения, язык – органом вкуса, уши – органом слуха, кожа – органом осязания, нос – органом обоняния, что может произойти?

Проведя исследовательскую деятельность, мы способствовали формированию знаний об органах чувств, об их необходимости человеку для его полноценной жизни, показали роль каждого органа, сделали установку на сохранение своих помощников. Дети с удовольствием принимали участие в исследовании, им было интересно самому определить важность каждого из органов чувств. Благодаря исследованию, они узнали, какие функции выполняют органы чувств, осознали, как плохо человеку, который лишен то или иного органа.

На уроке по теме «Поговорим о здоровье» мы провели небольшое исследование с целью показать, как работает здоровый и больной организм (Приложение 10). Перед этим провела небольшая беседа с целью

ознакомления учащихся с тем, что человек – это сложный живой организм (рис. 2.1.).

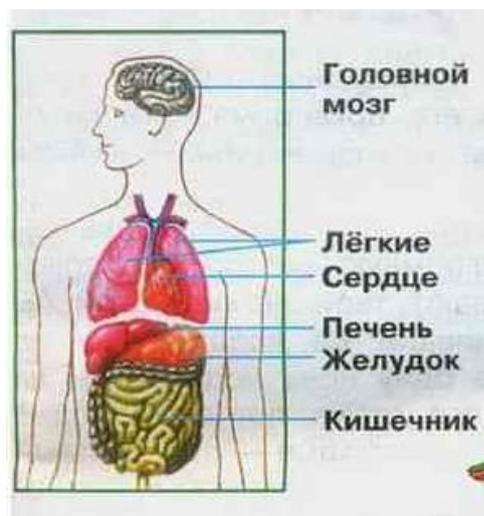


Рис.2.1. Внутренне строение тела человека

Он состоит из отдельных органов: сердца, лёгких, желудка, глаз, ушей и т. д. Каждый орган имеет определённое строение и выполняет определённую работу. Но все органы зависят друг от друга. Вместе они составляют сложный и слаженный в работе механизм человека, который называется организмом. Давайте сейчас попробует убедиться в том, насколько важно, чтобы все органы работали согласованно. Для этого станем в круг, возьмемся за руки, представьте, что вы органы всего нашего организма. По команде начнете одновременно приседать и вставать, показывая, как работает здоровый организм. В процессе этого упражнения, выяснили, что у здорового организма все органы работают дружно, помогают друг другу.

– Кто у нас часто болеет? Расскажите, что с вами происходит, когда вы заболеваете?

– Далее два человека, например, один у нас будет олицетворять легкие, второй - сердце начинают приседать чуть быстрее или чуть медленнее. Дети увидели, работа цепочки нарушилась.

– Когда вам легче было приседать? Когда соблюдался ритм, или когда ритм был нарушен?

Выяснили, что так чувствует себя больной организм. Пришли к выводу, если заболевает один орган – нарушается работа всего организма, что здоровье – это правильная, нормальная работа всего организма.

Для формирования у детей представлений о причинах заболеваний предлагалось следующее задание: рассмотрите рисунки на стр. 28-29 и объясните причины некоторых болезней.

Вспомнить, что нужно делать, чтобы меньше болеть предлагается задание в группах: каждая группа получает цветок здоровья, совещается, затем в лепестках пишет, что должен делать человек для укрепления своего здоровья. Цветок необходимо прикрепить к доске и прокомментировать его.

Следующее задание, которое необходимо выполнить, это составить памятку, как ты должен себя вести, если почувствовал недомогание, а дома нет взрослых.

Урок по теме «Физическая культура. Быть сильным и выносливым» (Приложение 12).

Давайте с вами вспомним, какие существуют виды спорта. Для этого отгадайте загадки:

1. Соберем команду в школе  
И найдем большое поле.  
Пробиваем угловой -  
Забиваем головой.  
И в воротах пятый гол!  
Очень любим мы ...(футбол)
2. Там в латах все на ледяной площадке  
Сражаются, сцепились в острой схватке.  
Болельщики кричат: «Сильнее бей!»  
Поверь, не драка это, а ...(хоккей)
3. Ему бассейн так приглянулся –  
Он тут же в воду бултыхнулся,  
Помчался стилем баттерфляй,

Теперь спортсмена отгадай (пловец) и др.

- Объясни, что умеют делать спортсмены, которые занимаются тем или иным видом спорта?
- Как добиться таких результатов?
- Что такое тренировка?
- Какие черты характера воспитывает спорт?

С целью понимания важности развития физических способностей предлагалось следующее задание: рассмотри рисунки, сделай вывод: что помогает стать крепким, сильным и выносливым?

На уроке по теме «Почему нужно правильно питаться» была предложена проблемная ситуация с целью определения темы и цели урока (Приложение 9):

- Ребята, мне вот тут пришло письмо от известного героя мультфильмов.
- А вот от какого героя, вам нужно угадать.
- Толстячок живет на крыше, а летает он всех выше, он самый веселый на свете, поэтому нравится детям (Карлсона).
- Сейчас я вам его прочту, что пишет Карлсон.
- «Здравствуйте, друзья! Своё письмо я пишу из больницы. У меня ухудшилось здоровье. Болит голова, в глазах звёздочки, тело вялое, живот болит. Доктор говорит, что мне нужно правильно питаться. Я составил себе меню на обед. Меню: торт с лимонадом, чипсы, варенье, пепси-кола и чупс. Это моя любимая еда, наверное, я скоро поправлюсь и буду здоров! Ваш Карлсон.
- Почему заболел Карлсон? (неправильно питался)
- А почему он питался неправильно? (не знал, как питаться правильно)
- Как вы думаете, чему будет посвящен наш урок? (предположение учащихся).

- Сформулируйте тему и цель урока.

Предлагаю выполнить следующее задание: расшифруйте название продуктов, спрятанных в картинках (молоко, сыр, яйца, рыба, мясо, варенье, виноград, сало).

- Это полезные продукты?
- Для чего они нужны нашему организму?
- Как вы думаете, чем богаты отгаданные продукты, какими питательными веществами?
- Для чего нам нужны жиры, углеводы и белки?
- Дают организму энергию, то есть помогают ему становиться выносливым и сильным, белки являются строительным материалом для нашего организма.

Выяснить, какие витамины содержатся в разных продуктах и почему эти продукты полезны для человека помогло следующее задание: используя рисунки на с. 53, начерти и заполни таблицу.

Таблица 2.1.

## Витамины

<b>Витамин А</b>	<b>Витамин В</b>	<b>Витамин D</b>	<b>Витамин С</b>
Морковь	Хлеб	Рыба	Лимон

Следовательно, приходят к выводу, что кроме питательных веществ организму требуются витамины, при их недостатке организм слабеет, человек быстро устаёт, плохо выглядит.

На обобщающем уроке по теме «Твое здоровье» с целью закрепления и обобщения пройденного материала были предложены разнообразные задания (Приложение 11):

1. Кроссворд, который включал следующие вопросы: а) орган осязания; б) способность человека чувствовать запахи; в) орган обоняния; г) орган зрения, д) орган вкуса; е) орган слуха (Приложение 8).

2. Игра «Выбери нужное». У каждой пары две корзинки, вам нужно все продукты разделить на две группы. Посмотрите и скажите, на какие группы будем делить продукты? (на вредные и полезные): рыба, пепси-кола, яблоко, поп корн, шоколадные конфеты, чипсы, морковь, геркулес, кефир, клубника, хлеб. Приходят к выводу, что не все продукты, которые нам нравятся относятся к полезным, многие продукты могут нанести вред нашему организму. Поэтому употребление не совсем полезных продуктов нужно ограничить и стараться не употреблять совсем.

3. Рассмотрите фотографии. Расскажите о назначении каждого из этих предметов. Разделите эти предметы гигиены на личные и общие. Какими ещё предметами гигиены ты пользуешься?

4. Задание в группах: расположите режим дня в правильном порядке. К чему приводит несоблюдение режима дня?

Таким образом, формирование валеологической культуры младших школьников на уроках по предмету «Окружающий мир» будет эффективным, если регулярно применять на уроках задания для развития представлений о здоровом образе жизни, вовлекать обучающихся в исследовательскую деятельность по изучению собственного организма. При проведении уроков мы заметили, что знания о своем здоровье, об особенностях его, о важности соблюдения правильного питания, правил личной гигиены, закаливания, соблюдения режима дня стали развиты лучше, теперь дети самостоятельно без помощи учителя могут ответить на вопрос, что такое здоровья и какова ее ценность. Мы можем сделать вывод, что гипотеза подтверждена, а исследование дало положительный результат.

### **Выводы по второй главе**

Анализ педагогического опыта показал, что для успешного формирования валеологической культуры младших школьников на уроках по предмету «Окружающий мир» многие учителя в ходе учебно-

воспитательного процесса используют разнообразные задания для повышения уровня сформированности валеологической культуры, исследовательскую деятельность по изучению собственного организма, нетрадиционные формы уроков.

В ходе экспериментальной работы, мы установили, что большинство обучающихся имеют средний уровень формирования валеологической культуры. Но также есть результаты высокого и даже низкого уровней представлений о здоровом образе жизни. Это говорит о том, что младшие школьники не совсем знают о том, как нужно заботиться о своем здоровье, как важно сохранять его на протяжении всей жизни. Чтобы школьники лучше усваивали материал на уроках окружающего мира и имели необходимые представления о здоровье, нами было разработано 5 уроков по предмету «Окружающий мир» с использованием исследовательской деятельности по изучению собственного организма и разнообразных заданий, которые благотворно влияют на формирование у младших школьников валеологической культуры.

Валеологическая культура младших школьников на уроках по предмету «Окружающий мир» может формироваться при использовании на уроке исследовательской деятельности по изучению собственного организма и разнообразных заданий, которые способствуют более полному представлению о здоровье и здоровом образе жизни. Дети охотно включаются в процесс урока, они с интересом исследуют свой организм, разгадывают кроссворды, ребусы и т.д. Благодаря таким занятиям развивается познавательная активность, наблюдательность, внимание, память, активизируется мыслительную деятельность, расширяют кругозор, вызывают интерес к изучаемому предмету, снимают усталость, повышают работоспособность учеников, эффективность обучения и развития младших школьников. Ученики в более доступной форме усваивают необходимые знания по предмету «Окружающий мир».

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Теоретический анализ показал, что проблеме формирования валеологической культуры младших школьников уделяется достаточное внимание в научно-методической литературе и практической работе.

Мы убедились в актуальности рассматриваемой темы. На сегодняшний день необходимо формировать у детей валеологическую культуру, которая, в конечном счете, приведет к сохранению и укреплению здоровья.

Выяснили, что валеология – это наука о здоровье и здоровом образе жизни. Валеологическая культура - это часть общей культуры человека, представляет собой сознательную систему действий и отношений к своему здоровью и здоровью других людей, т.е. умение жить, не вредя своему организму, а принося ему пользу.

При этом формирование валеологической культуры необходимо начинать в младшем школьном возрасте, поскольку именно в это возрасте закладываются стандартные модели поведения, складывается образ жизни. Немаловажно, чтобы дети в данном возрасте могли получить элементарные сведения о способах укрепления и сохранения здоровья, осознали его как одну из основных ценностей жизни, выработали здоровые привычки, которые в будущем оформятся в осознанные поведенческие модели – здоровый образ жизни.

В ходе проведенного исследования была достигнута цель и решены все поставленные задачи. Теоретически подтверждена эффективность педагогических условий формирования валеологической культуры младших школьников на уроках по предмету «Окружающий мир». Это следующие условия: происходит интеграция здоровьесберегающего компонента в учебный материал предмета «Окружающий мир»; происходит организация исследовательской деятельности по изучению собственного организма; используются разнообразные задания для развития представлений о

здоровом образе жизни у младших школьников; уроки организуются и проводятся с использованием нетрадиционных форм обучения.

Формирование здорового образа жизни относится к обязательным требованиям образовательных стандартов. На уроках окружающего мира педагоги должны воспитывать у школьников стойкую мотивацию на здоровье и здоровый образ жизни, педагог обязан планировать работу по развитию данного вида культуры.

Проанализировав опыт учителей по проблеме исследования, мы выяснили, что педагоги на уроках используют разнообразные задания для развития представлений о здоровом образе жизни у младших школьников, исследовательскую деятельность по изучению собственного организма, нетрадиционные формы уроков, что эффективно и благотворно влияет на формирование валеологической культуры младших школьников на уроках по предмету «Окружающий мир».

В качестве критериев сформированности валеологической культуры младших школьников выступили: когнитивный, ценностный и деятельностно-практический критерии.

Полученные результаты экспериментальной работы, проведенной на базе МОУ «Мясоедовская ООШ» с. Мясоедово Белгородской области, показали, что большинство обучающихся имеют средний уровень формирования валеологической культуры. Младшие школьники не до конца владеют знаниями основ здорового образа жизни в полном объеме, имеют неполные представления о правилах личной гигиены, о соблюдении режима дня, о правильном питании, двигательной активности, а также о пользе закаливания. Также есть результаты высокого и низкого уровней представлений о здоровом образе жизни, что говорит о необходимости дальнейшей работы по формированию валеологической культуры.

Мы обнаружили, что проделанная нами работа по формированию валеологической культуры младших школьников на уроках по предмету «Окружающий мир» будет эффективной, если: учащиеся вовлекаются в

исследовательскую деятельность по изучению собственного организма. Ведь каждый ребёнок по своей природе – исследователь, он ещё многого не знает об окружающем мире, поэтому для него важно узнать обо всём. У детей лучше усваиваются знания по изучению своего организма, если они получили их сами, увидев, услышав, потрогав и т.д. Использовать разнообразные задания для развития представлений о здоровом образе жизни у младших школьников. Такие задания помогают в формировании знаний о здоровье и здоровом образе жизни по окружающему миру, адаптировать материал к возрастным особенностям учащихся, применять полученные ими знания в жизни, развивает интеллект, эрудицию учеников. Гораздо активнее и быстрее происходит возбуждение познавательного интереса учащихся, дети осваивают материал в своем ритме, максимально реализовывают свои возможности и способности, развивают свою творческую самостоятельность.

Таким образом, выдвинутая в начале работы гипотеза подтвердилась.

Проведенное исследование не исчерпало всех аспектов исследования проблемы. Перспективы дальнейшей ее разработки мы видим в поиске новых путей, методов и средств формирования валеологической культуры младших школьников на уроках по предмету «Окружающий мир».

**БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК**

1. Ананьев В. А. Общая валеология: конспект лекций / В.А. Ананьев. - СПб.: БПА, 2000.- 263 с.
2. Андреев В.И. Педагогика: Учебный курс для творческого саморазвития / В.И. Андреев. – Казань: Центр инновационных технологий, 2000. – 610 с.
3. Апанасенко Г.Л. Охрана здоровья для здоровых: некоторые проблемы теории и практики / Г.Л. Апанасенко. - СПб.: Наука, 2003. – 268 с.
4. Бабанский Ю.К. Оптимизация учебно-воспитательного процесса: Методологические основы / Ю.К. Бабанский. - М.: Просвещение, 2004. - 192 с.
5. Белов В.И. Валеология: здоровье, молодость, красота, долголетие / В.И. Белов, Ф.Ф. Михайлович. – М.: ВЛАДОС, 2007. – 641 с.
6. Бондаренко Т.М. Из опыта работы по программе Ф.Н. Виноградова / Т.М. Бондаренко // Начальная школа. – 2007. - №8. – С. 102-106.
7. Вайнер Э.Н. Валеология: Учебник для вузов / Э.Н. Вайнер. - М.: Флинта: Наука, 2009. – 260 с.
8. Вахненко Л.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе / Л.И. Вахненко // Начальная школа. – 2014. - №8. - С. 62-66.
9. Виноградова Н.Ф. Окружающий мир: 2 класс: Учебник для учащихся общеобразовательных учреждений / Н.Ф. Виноградова // Издательский центр «Вентана-Граф». – 2012. – 47 с.
10. Виноградова Н.Ф. Окружающий мир: 4 класс: Учебник для учащихся общеобразовательных учреждений / Н.Ф. Виноградова // Издательский центр «Вентана-Граф». – 2012. – 96с.
11. Выготский Л.С. Игра и ее роль в психологическом развитии ребенка / Л.С. Выготский // Вопросы психологии, 1966. - №6. – С. 65-80.
12. Гарбузов В.И. Человек - жизнь - здоровье // Древние и новые каноны медицины / В.И. Гарбузов. – СПб.: Изд-во «Питер», 2005. – 369 с.

13. Горшков А.Г. Интегративный подход в формировании валеологической культуры студентов / А.Г. Горшков. - М.: Изд-во МГУ, 2000. – 73-75 с.
14. Громбах С.И. Учитель и здоровье школьника / С.И. Громбах. – М.: Академия, 2012. – 371 с.
15. Давиденко Д.Н. Основы здорового образа / Д.Н. Давиденко // ОБЖ. – 2003. - №3. – С. 50-54.
16. Зайцев Г.К. Валеолого-педагогические основы обеспечения здоровья человека в системе образования / Г.К. Зайцев. – СПб.: Наука, 2001. – 192 с.
17. Ионова Е.О. Решение проектной задачи «Доктор Айболит» / Е.О. Ионова // Начальная школа. – 2015. - №4. – С. 43-47.
18. Казин Э.М. Основы индивидуального здоровья человека: Введение в общую и прикладную валеологию: Учебн. пос. для студентов высших учеб. Заведений. / Э.М. Казин, Н.Г. Блинова, Н.А. Литвинова. - М.: ВЛАДОС, 2009. – 320 с.
19. Казначеев В.П. Основы общей валеологии: Учебн. пособие / В.П. Казначеев. - М.: ВАКО, 2007. – 213 с.
20. Касперович Е.В. Проблемы в формировании здорового образа жизни / Е.В. Касперович. - Мн.: БГУ, 2005. – 206 с.
21. Каченовский М.Б. Введение в валеологическую педагогику / М.Б. Каченовский. – М.: Академия. - 2008. – с. 370.
22. Климова В.И. Человек и его здоровье / В.И. Климова. - М.: Знание, 2013. - 194 с.
23. Колбанов В.В. Валеология: основные понятия, термины и определения / В.В. Колбанов. - СПб.: ДЕАН, 2008. – 132 с.
24. Колесов Д.В. Валеология - новое направление в педагогических науках / Д.В. Колесов // Валеология в школе. - 2007. - № 7. - С. 15-21.
25. Кропачева Т.П. Нетрадиционные уроки, естествознание в начальной школе / Т.П. Кропачева // Начальная школа. – 2004. - №5. – С. 57-63.

26. Кузнецова Л.Ф. Здоровый образ жизни: жизненные навыки: пособие для педагогов к факультат. занятиям в 5-м кл. общеобразоват. учреждений / Л.Ф. Кузнецова. - Минск: Нац. ин-т образования, 2010. - 144 с.
27. Куинджи Н.Н. Валеология: Пути формирования здоровья школьников: Методическое пособие.- М.: Аспект Пресс, 2000.- 139 с.
28. Куличенко Р.М. Валеологическая культура как компонент социального здоровья населения / Р.М. Куличенко // Вестник ТГУ . – 2013. - №9. – С. 141-145.
29. Л.И. Гайдина, А.В. Кочергина Изучаем «Окружающий мир» с увлечением / Л.И. Гайдина, А.В. Кочергина. – М.: ВЛАДОС, 2009. – 224 с.
30. Литовченко И.Н. Из опыта работы по программе Н.Ф. Виноградовой / И.Н. Литовченко // Образование в современной школе. – 2011. - №10. – С. 50-55.
31. Маркова А.К. Мотивация и ее воспитание у школьников / А.К. Маркова, А.Б. Орлова. – М.: Изд-во «Просвещение», 1993. – 320 с.
32. Мартыненко А.В. Формирование здорового образа жизни молодежи / А.В. Мартыненко. – М.: Медицина. - 2006. – 224 с.
33. Миронов А.В. Методика изучения окружающего мира в начальных классах /А.В. Миронов. – М.: Педагогическое общество России, 2008. – 360 с.
34. Михайленко Т.М. Игровые технологии как вид педагогических технологий / Т.М. Михайленко. – Изд-во «Два комсомольца», 2011. – 146 с.
35. Рапацевич Е.С. Педагогика. Современная энциклопедия / Е.С. Рапацевич. – М.: Современная школа, 2010. – 720 с.
36. Романцов М.Г. Валеология: материалы к изучению курса / М.Г. Романцов, Н.Г. Терехова. - Калининград, 2007. – 190 с.
37. Рудакова Е.М. Из опыта работы по программе А.А. Плешакова / Е.М. Рудакова // Начальная школа. – 2006. - №6. – С. 100-105.

- 38.Рымкевич В.В. Лицеистам - здоровый образ жизни / В.В. Рымкевич. - Мн.: БГУ, 2005. – 243 с.
- 39.Солдатова Т.А. Система здоровьесберегающего образования / Т.А. Солдатова. — СПб.: СПбГУПМ, 1996. – 353 с.
- 40.Соловьев Д.П. Здоровый образ жизни / Д.П. Соловьев. - Минск: БГУ, 2011. – 220 с.
- 41.Строкань В.В. Сущность и значение формирования валеологической культуры студентов высших учебных заведений / В.В. Строкань // Образование в современной школе. – 2009. - №8. – С. 21-25.
- 42.Сычева О.А. Сохранение здоровья школьников в процессе экологического образования / О.А. Сычева // Начальная школа. – 2016. - №8. – С. 45-48.
- 43.Татарникова Л.Г. Валеология в педагогическом пространстве: Мо-ногр.-эссе. -СПб.: Крисмас +, 2008. - 171 с.
- 44.Тверская Н.В. Здоровьесберегающий подход в развитии успешности / Н.В. Тверская ученика // Образование в современной школе. - 2005. - №2. – С. 48-51.
- 45.Тимофеева В.П. Исследовательская работа в начальной школе // Начальная школа. – 2008. - №2. – С. 9-12.
- 46.Торохова Е.И. Валеология: Словарь-справочник / Е.И. Торохова. - М.: Флинта: Наука, 2002. – 340 с.
- 47.Тюмасева З.И. Невалеологические проблемы валеологии // Народное образование. - 2002. № 7. С. 73-79.
- 48.Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования / М-во образования и науки Рос. Федерации - 6-е изд., переработанное. – М.: Просвещение, 2018. – 53 с.
- 49.Харибутова Ю.Н. Дидактическая игра как средство обучения младших школьников / Ю.Н. Харибутова // Начальная школа. – 2017. - №10. – С. 47-50.
- 50.Яковлев Е.В. Педагогическое исследование: содержание и представление результатов / Е.В. Яковлев. – Челябинск: Изд-во РБИУ, 2010. – 316 с.

**Методика Ю.В. Вивич «Знания о здоровье»**

**Цель:** изучить уровень информированности младших школьников о здоровье и ЗОЖ.

**Организация:** учащимся предлагается ответить на вопросы анкеты, отметив знаком «+» те варианты ответов, которые, по их мнению, являются наиболее точными (один, несколько или все).

1. Что такое здоровье?

- а) отсутствие болезней;
- б) способность работать долгое время без усталости;
- в) стремление быть лучше всех;
- г) хорошее настроение;

2. Почему важно соблюдать режим дня?

- а) чтобы все успевать;
- б) чтобы быть здоровым;
- в) чтобы меньше уставать;
- г) чтобы не ругали родители;

3. Какие из перечисленных правил являются правилами личной гигиены?

- а) мыть руки, вернувшись с улицы, после посещения туалета, перед едой;
- б) чистить зубы два раза в день;
- в) своевременно подстригать ногти;
- г) следить за порядком в доме;

4. Для чего нужно закаляться?

- а) чтобы укрепить здоровье;
- б) чтобы все завидовали;
- в) чтобы не бояться холода и жары;
- г) чтобы тренировать силу воли;

5. Что значит «питаться правильно»?

- а) есть все, что нравится;
- б) есть в одно и то же время;
- в) есть не менее 4 раз в день;
- г) есть полезную для здоровья пищу;

6. Почему нужно больше двигаться?

- а) чтобы быть выносливым, ловким;
- б) чтобы быть быстрее всех;
- в) чтобы хорошо себя чувствовать;
- г) чтобы не болеть;

**Обработка данных:** за выбор правильного варианта ответа на вопрос (кроме вариантов 1в, 2г, 3г, 4б, 5а, 6б) учащиеся получают 1 балл. Сумма набранных баллов характеризует уровень знаний о ЗОЖ.

0-9 баллов – низкий уровень. Слабая ориентировка в вопросах сохранения и поддержания здоровья, знания отрывочные и бессистемные.

10-14 баллов – средний уровень. Знания о здоровье и ЗОЖ фрагментарны, ответы недостаточно осознанные и полные. Система знаний отсутствует.

15-18 баллов – высокий уровень. Необходимый объем и глубина знаний и представлений о ЗОЖ и здоровье. Суждения о принципах и сущности здоровьесбережения точны и приведены в систему.

**Методика М. Рокича «Иерархия ценностей»**

**Цель:** выявить место здоровья в системе ценностных ориентаций младших школьников.

**Организация:** ученикам предлагается проранжировать предложенные варианты ценностей исходя из их личной значимости.

<b>Ценности</b>
Друзья
Счастье в семье
Здоровье
Хорошие вещи, материальное благополучие
Развлечения, отдых
Учеба
Красота природы и искусства
Возможность помогать людям
Творчество

**Обработка данных:** проводится анализ результатов ранжирования; делается вывод о месте здоровья в системе ценностных ориентаций учащихся: высокий уровень (1-3 место); средний уровень (4-6 место); низкий уровень (7-9 место).

## Методика Ю.В. Науменко «Практическая готовность вести ЗОЖ»

**Цель анкетирования:** определение уровня практической готовности вести здоровый образ жизни.

**Уважаемый ученик! Внимательно прочитай и ответь на вопросы.**

**1. Представь, что ты приехал в летний лагерь. Твой лучший друг, который приехал вместе с тобой, забыл дома сумку с вещами и просит тебя помочь. Отметь, какими из перечисленных предметов не стоит делиться даже с лучшим другом?**

- А) Мыло (0)
- Б) Мочалка (2)
- В) Зубная щётка (0)
- Г) Зубная паста (2)
- Д) Полотенце для рук (0)
- Е) Полотенце для тела (0)
- Ж) Тапочки (2)
- З) Шампунь (2)

**2. На дверях столовой вывесили 2 расписания приёма пищи – одно из них правильное, а другое содержит ошибки. Отметь правильное расписание.**

	1 расписание (4)	2 расписание (0)
Завтрак	8.00	9.00
Обед	13.00	15.00
Полдник	16.00	18.00
Ужин	19.00	21.00

**3. Оля, Вера и Таня не могут решить – сколько раз в день нужно чистить зубы. Как ты думаешь, кто из девочек прав. Отметь правильный ответ:**

- А) Зубы нужно чистить по вечерам, чтобы удалить изо рта все скопившиеся за день остатки пищи. (0)
- Б) Зубы надо чистить по утрам, чтобы дыхание было свежим весь день. (0)
- В) Зубы надо чистить утром и вечером. (4)

**4. Отметь, в каких случаях надо обязательно мыть руки:**

- А) После прогулки (2)
  - Б) После посещения туалета (2)
  - В) После того, как заправил постель (0)
  - Г) После игры в баскетбол (2)
  - Д) Перед посещением туалета (0)
  - Е) Перед едой (2)
  - Ж) Перед тем, как идёшь гулять (0)
- 3) После игры с кошкой или собакой (2)

**5. Как часто ты принимаешь душ?**

- А) Каждый день (4)
- Б) 2-3 раза в неделю (2)
- В) 1 раз в неделю (0)

**6. Твой товарищ поранил палец. Что ты ему посоветуешь?**

- А) Положить палец в рот. (0)
- Б) Подставить палец под кран с холодной водой(0)
- В) Намазать палец йодом и накрыть чистой салфеткой (4)
- Г) Намазать кожу вокруг ранки йодом и накрыть чистой салфеткой (6)

**7. Занимаешься на уроке физкультуры:**

- А) с полной отдачей; (0)
- Б) без желания; (0)
- В) лишь бы не ругали. (2)

**8. Как часто участвуешь в спортивных мероприятиях?**

- А) никогда не участвую; (0)
- Б) нерегулярно; (0)
- В) раз или два в неделю; (2)
- Г) три и более раз в неделю. (2)

**Обработка результатов:** подсчитывается общее количество баллов, набранных учащимся:

32-40 баллов – высокий уровень практической готовности вести ЗОЖ

30-24 баллов – средний уровень готовности вести ЗОЖ

Меньше 23 баллов – низкий уровень практической готовности вести ЗОЖ

## Приложение 4

Результаты диагностики уровня сформированности валеологической культуры по когнитивному критерию

№	Имя.	Баллы по отдельным вопросам						Сумма набранных баллов	Уровень
		№1	№2	№3	№4	№5	№6		
1.	Артем	1	1	1	1	2	1	7	Низкий
2.	Наташа	3	2	3	1	3	1	13	Высокий
3.	Евгений	2	2	1	3	3	2	13	Средний
4.	Елизавета	2	3	3	3	3	3	17	Высокий
5.	Иван	1	1	1	1	2	3	9	Низкий
6.	Ольга	1	1	1	2	2	1	8	Низкий
7.	Наташа	1	2	1	1	1	1	7	Низкий
8.	Анна	1	1	1	3	1	3	10	Средний
9.	Ксения	1	2	2	3	1	3	12	Средний
10.	Татьяна	2	2	3	2	3	3	15	Высокий
11.	Сергей	1	1	2	1	1	1	7	Низкий
12.	Александр	2	2	3	1	1	3	12	Средний
13.	Елизавета	3	3	3	2	1	1	13	Средний
14.	Юлия	1	2	1	2	2	3	11	Средний
15.	Ирина	1	1	2	2	1	1	8	Низкий
16.	Дмитрий	1	2	1	2	2	3	11	Средний
17.	Анна	1	3	2	1	3	3	13	Средний
18.	Ольга	3	2	1	1	2	3	12	Средний
19.	Николай	1	1	2	3	2	3	12	Средний
20.	Игорь	2	1	1	1	2	1	8	Низкий
21.	Екатерина	1	3	3	2	1	3	13	Средний
22.	Саги	1	1	1	2	2	1	8	Низкий
23.	Марина	3	2	3	3	1	1	13	Средний

## Приложение 5

Результаты диагностики уровня сформированности валеологической культуры по ценностному критерию

№	Имя	Место здоровья в системе ценностных ориентаций обучающихся	Уровень сформированности ценностного критерия
1.	Артем	7	Низкий
2.	Наташа	6	Средний
3.	Евгений	4	Средний
4.	Елизавета	2	Высокий
5.	Иван	8	Низкий
6.	Ольга	8	Низкий
7.	Наташа	7	Низкий

8.	Анна	5	Средний
9.	Ксения	5	Средний
10.	Татьяна	3	Высокий
11.	Сергей	2	Высокий
12.	Александр	6	Средний
13.	Елизавета	6	Средний
14.	Юлия	4	Средний
15.	Ирина	7	Низкий
16.	Дмитрий	5	Средний
17.	Анна	5	Средний
18.	Ольга	6	Средний
19.	Николай	5	Средний
20.	Игорь	7	Низкий
21.	Екатерина	7	Низкий
22.	Саги	8	Низкий
23.	Марина	8	Низкий

## Приложение 6

Результаты диагностики уровня сформированности валеологической культуры  
по деятельностно-практическому критерию

№	Фамилия И.	Баллы по отдельным вопросам								Сумма набранных баллов	Уровень
		№1	№2	№3	№4	№5	№6	№7	№8		
1.	Артем	4	0	0	4	4	4	0	2	18	Низкий
2.	Наташа	8	4	4	8	6	4	2	2	36	Высокий
3.	Евгений	6	4	4	4	2	6	2	2	30	Средний
4.	Елизавета	4	0	4	8	6	10	2	2	36	Высокий
5.	Иван	4	0	0	4	4	4	0	2	18	Низкий
6.	Ольга	4	0	0	4	6	4	0	2	20	Низкий
7.	Наташа	4	0	0	6	6	4	2	2	22	Низкий
8.	Анна	6	0	4	6	6	4	2	2	28	Средний
9.	Ксения	6	0	4	6	6	4	2	2	28	Средний
10.	Татьяна	2	4	0	4	6	4	2	2	28	Средний
11.	Сергей	4	4	0	6	6	14	2	2	26	Средний
12.	Александр	6	0	4	6	6	4	2	2	30	Средний
13.	Елизавета	2	0	4	8	4	10	2	2	30	Средний
14.	Юлия	4	4	0	6	6	4	2	2	26	Средний
15.	Ирина	4	0	0	4	2	4	0	2	16	Низкий
16.	Дмитрий	8	4	4	8	6	4	2	2	34	Средний
17.	Анна	4	4	0	4	4	4	2	0	22	Средний
18.	Ольга	4	0	0	6	6	4	2	2	26	Средний
19.	Николай	4	0	0	4	2	4	0	2	16	Низкий
20.	Игорь	2	0	4	4	6	6	2	0	24	Низкий
21.	Ксения	4	0	0	4	2	4	0	2	16	Низкий
22.	Саги	2	0	0	4	4	4	2	0	18	Низкий
23.	Марина	6	4	4	6	4	10	2	2	40	Низкий

## Приложение 7

Уровень сформированности валеологической культуры младших школьников  
на констатирующем этапе

№	Имя	Уровень сформированности когнитивно критерия	Уровень сформированности ценностного критерия	Уровень сформированности деятельностно-практического критерия	Общий балл	Общий уровень сформированности валеологической культуры
1.	Артем	1	1	1	3	Низкий
2.	Наташа	2	1	3	6	Средний
3.	Евгений	2	2	2	6	Средний
4.	Елизавета	3	3	3	9	Высокий
5.	Иван	1	1	1	3	Низкий
6.	Ольга	1	1	1	3	Низкий
7.	Наташа	1	1	1	3	Низкий
8.	Анна	2	2	2	4	Низкий
9.	Ксения	2	2	2	4	Низкий
10.	Татьяна	3	3	2	8	Высокий
11.	Сереза	1	2	3	6	Средний
12.	Александр	2	2	2	6	Средний
13.	Елизавета	2	2	3	8	Средний
14.	Юлия	2	2	2	6	Средний
15.	Ирина	1	1	1	3	Низкий
16.	Дмитрий	2	2	2	6	Средний
17.	Анна	2	2	2	6	Средний
18.	Ольга	2	2	2	6	Средний
19.	Николай	2	2	1	5	Средний
20.	Игорь	1	1	1	3	Низкий
21.	Екатерина	2	1	2	5	Средний
22.	Саги	1	1	1	3	Низкий
23.	Марина	2	2	1	5	Средний

**План-конспект урока окружающего мира  
УМК «Начальная школа XXI века»**

**Класс:** 2

**Тема урока:** «Твои помощники – органы чувств».

**Тип урока:** усвоение новых знаний.

**Цель урока:** создать условия на уроке для организации деятельности учащихся по формированию знаний об органах чувств, как о необходимых звеньях связи организма с внешней средой; по сохранению органов чувств для полноценной жизни человека; развивать речь, логическое мышление, умение сравнивать и делать выводы.

**Предметные задачи:** содействовать усвоению представлений о понятии «здоровый образ жизни»; характеризовать органы чувств; понимать необходимость заботиться об органах чувств; проявлять интерес к здоровому образу жизни.

**Планируемые результаты:**

Способствовать формированию *личностных УУД* — формировать стремиться выразить позитивное отношение к ведению здорового образа жизни; демонстрировать уважение к людям, которые ведут здоровый образ жизни; воспитывать интерес к культуре здоровья.

Способствовать формированию *метапредметных УУД*:

*познавательных*: демонстрировать понимание заботиться об органах чувств; уметь формулировать тему, цель занятия; создавать условия для активизации учащихся в поиске вариантов коллективной композиции; уметь логически мыслить и сравнивать;

*регулятивных*: принимать и сохранять цель предметно-практической деятельности на уроке; планировать пути достижения поставленной цели деятельности;

*коммуникативных*: планировать сотрудничество со сверстниками во время выполнения коллективной работы; уметь делать выводы.

**Оборудование урока:** презентация, учебник по окружающему миру 2 класс, карточки с заданиями, раздаточный материал для исследований.

Ход работы:

Этапы урока	Время	Деятельность учителя	Деятельность учащихся	Методы, приёмы	Оборудование
1. Организационный момент	1-2 мин.	А сейчас проверь, дружок, Ты готов начать урок? Все ли на месте, Все ли в порядке, Ручка, книжка и тетрадки? Все ли правильно сидят, Все ли внимательно глядят? Каждый хочет получать Только лишь отметку «5».	1. Показывают готовность к уроку, правильную посадку  2. Настрой на дальнейшую работу	Проверка готовности рабочего места  Работа с плакатом «Сиди правильно»	Плакат «Сиди правильно»
2. Актуализация знаний	2-3 мин.	- Ребята, спросите меня о чем-нибудь.  - Ну, например, какое у меня настроение.  - Очень хорошее!  - А как вы думаете?  - Я скажу вам по секрету, почему у меня хорошее настроение. Не боится ни один мой помощник. Кто может угадать, о каких помощниках я говорю?	О чем?  Какое у Вас настроение?  Почему у Вас хорошее настроение?  Высказывают свое мнение  Угадывают, о каких помощниках идет речь	Фронтальный опрос	

3. Постановка учебной задачи	4-5 мин.	<p>- Я хотела бы познакомить вас с одним интересным человечком.</p> <p>- Что же в нем странного?</p> <p>-Он считает, что они ему и не нужны. Вот еще - умывать их, протирать. Как вы думаете, он прав? Нам надо доказать ему, что без наших помощников мы не сможем полноценно существовать.</p> <p>- А чтобы это сделать нам предстоит провести настоящее исследование. Кстати, кто такие исследователи?</p> <p>- Значит, и мы можем назвать себя исследователями. Так что же будет предметом нашего исследования?</p> <p>- Верно, предметом нашего сегодняшнего исследования будет человек, вернее, его организм (вы, наверное, уже слышали это слово).</p> <p>- Какого помощника мы будем исследовать в первую очередь?</p>	<p>У этого человечка нет лица. У него нет ушей. Нет глаз, рта.</p> <p>Высказывают мнение</p> <p>Исследователь — человек, способствующий получению новых знаний и добывающий их сам.</p> <p>Человек</p> <p>Отвечают на вопросы</p>	<p>Фронтальный опрос</p> <p>Фронтальный опрос</p>	<p>Слайд 2 (изображение человечка, но без лица)</p> <p>Слайд 3</p>
4. Открытие нового знания.	7-8 мин.	<p>1.Исследование органа вкуса.</p> <p>- Закрытыми глазами дать ребенку попробовать продукты: лимон, соль, конфету, перец и определить их вкус.</p> <p>– Какой орган помог вам справиться с заданием?</p> <p>– Какой вывод можем сделать?</p> <p>– Язык – орган вкуса, который помогает нам отличать горькое от</p>	<p>Слушают учителя</p> <p>Проводят исследование, пробуют предметы</p> <p>Язык</p> <p>Язык, орган вкуса, помогает нам отличать</p>	<p>Прием слушания</p> <p>исследование</p>	<p>Слайд 4</p>

		<p>сладкого, кислое от соленого, вкусное от невкусного.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Какие правила нужно соблюдать, чтобы не потерять вкусовые рецепторы?</li> <li>- Мы доказали, что язык нам очень нужен. Вернем язык человечку.2. Предлагает сыграть в дидактическую игру</li> <li>Прог лотить язык.</li> <li>- Объясните пословицу?</li> </ul> <p>3. Исследование органа зрения.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ребята закройте глаза, скажите, сколько пальцев я сейчас показываю? <ul style="list-style-type: none"> <li>- Почему вы не видели?</li> <li>- Значит для чего человеку глаза?</li> <li>- Скажите, какого цвета этот карандаш, какую форму имеет этот предмет, какого он размера.</li> <li>- Что я сейчас делаю?</li> <li>- Прочитайте, что написано, на</li> </ul> </li> </ul>	<p>горькое от сладкого, кислое от соленого, вкусное от невкусного и делают.</p> <p>Не есть сильно горячую и сильно холодную пищу, не брать грязные предметы в рот, можно занести инфекцию, не есть незнакомы растения, ягоды, они могут быть ядовиты</p> <p>Объясняют смысл пословицы</p> <p>Работают с дидактической дорожкой</p> <p>Глаза были закрыты</p> <p>Чтобы видеть</p> <p>Зеленый, круглую, маленький</p> <p>Садитесь на стул, ходите по классу, взмахиваете платочком</p> <p>Правило посадки</p>	<p>Работа с дидактической дорожкой</p> <p>Исследование</p>	<p>Слайд 5(дидактическая дорожка)</p>
--	--	---	---	--	---------------------------------------

		<p>плакате в правом верхнем углу класса.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Какой вывод можем сделать?</li>   <li>- Сколько всего мы можем делать с помощью глаз, но как же плохо людям, лишенным зрения. Что мы должны соблюдать, чтобы защитить глаза от болезней и травм:</li> </ul> <p>- Мы доказали, что глаза нам очень нужны. Вернем глаза человечку. -Что полезно для глаз? .</p> <p>4. Исследование органа осязания. - Для этого нам потребуется стакан с тёплой водой, кусочки льда, меха, кожи, ваты. Один ученик закрывает глаза, другой дотрагивается до его кожи то одним, то другим предметом. - Ответим на вопрос: чувствует ли человек прикосновение тёплого или холодного, пушистого или гладкого предмета?</p>	<p>Глаза – орган зрения, с помощью которого мы различаем цвета предметов, их форму, величину, а также можем пронаблюдать движение, мы можем читать книги, журналы, видеть красивые картины и др.</p> <p>Утром и вечером промывать глаза, не трогать глаза грязными руками, осторожно обращаться с острыми предметами, долго не сидеть за компьютером и т.д.</p> <p>Проводят исследование</p> <p>Да, чувствует</p>	<p>Формулировка вывода</p> <p>Исследование</p>	<p>Слайд 6</p> <p>Слайд 7</p>
--	--	---	---	---	----------------------------------

	<p>– Ребята, как вы смогли отгадать предметы? При помощи чего?</p> <p>Значит, кожа тоже наш помощник? Что мы ощущаем с её помощью?</p> <p>– На коже нашего тела находится множество чувствительных клеток, которые воспринимают действие тепла и холода, форму, величину предметов, их поверхность. Кожа – очень большой орган. Она покрывает все наше тело.</p> <p>– Надо ли заботиться об этом помощнике?</p> <p>5. Исследование органа слуха.</p> <p>- Давайте послушаем песню</p> <p>- Что произошло, когда вы закрыли уши?</p> <p>- Какой вывод можем сделать?</p> <p>- Сейчас сыграем в игру: “ Узнай по звуку”.</p> <p>- Даю вам ку карточку с изображением животного.</p>	<p>При помощи кожи</p> <p>Отвечают на вопросы</p> <p>Дети слушают песню, затем закрывают уши и пытаются послушать песню.</p> <p>Перестали слышать песню, исчезли все звуки</p> <p>Слух – большая ценность для человека, благодаря ему мы можем слушать пение птиц, музыку, можем общаться с людьми. Уши – это орган слуха</p> <p>Играют в игру</p>	<p>Отыскание слова</p> <p>Исследование</p> <p>Фронтальный опрос</p> <p>Работа с</p>	<p>Слайд 8</p>
--	---	--	---	----------------

		<p>- Ученик, не показывая карточку, издает звуки, которые свойственны этому животному.</p> <p>- Все должны отгадать, какое животное изображено.</p> <p>- А нужно ли заботиться об ушах? Как?</p> <p>- Давайте, вернём их человечку.</p> <p>6. Исследование органа обоняния.</p> <p>- Проведем опыт. Сможете ли вы с закрытыми глазами определить по запаху предмет?</p> <p>- Отгадайте, что вы нюхали (ученику завязываются глаза и дают понюхать: духи, дольку чеснока, настойку валерьяны, сожженную спичку).</p> <p>– Вы хорошо справились с заданием.</p> <p>- А умение человека различать запахи получило название обоняние.</p> <p>- Какой вывод можем сделать?</p> <p>- Нос нам поможет только тогда, когда он чистый, когда в нем не скапливается слизь, грязь.</p> <p>- Давайте отдохнем и подышим воздухом.</p>	<p>Защищать уши от ветра, сильного шума, не ковырять в ушах, регулярно мыть уши, если уши заболели, обратиться к врачу</p> <p>Выполняю исследование</p> <p>Благодаря носу мы чувствуем запах цветов и вкусной пищи. Запах гари может предупредить нас об опасности – о пожаре. То, что мы не видим и не слышим, мы можем различить по запаху. А помогает в этом наш помощник - орган обоняния - нос</p>	<p>учебником</p> <p>Исследование</p> <p>Формулировка вывода</p>	<p>Слайд 9</p>
5. Физкультминутк	2 мин.	<p>- Руки за спину положим И легко – легко подышим.</p>	<p>Дети повторяют вслед за учителем</p>	<p>Работа по образцу учителя</p>	

а		<p>Вдох через нос, выдох через рот.          Дышим правой ноздрей...          Дышим левой ноздрей...          Вдох через правую ноздрю, задержали дыхание,          Выдох через левую ноздрю...          (переменное дыхание)</p>			
6. Первичное закрепление	10 мин.	<p>- Кто же они, наши верные помощники? Как они называются?          - Помните, в начале урока я вам сказала, что у меня хорошее настроение. Теперь вы поняли почему?          - Я надеюсь, что у вас у всех тоже хорошее настроение, что все ваши помощники здоровы.          - Я хочу подарить вам солнышки          - Пусть эти солнышки дарят вам свет, который увидят ваши.....(глаза)          - Под солнышком будут петь птицы, пение которых услышат ваши ..... (уши).          - Распустятся цветы, их ароматы вы почувствуете.....(носом).          - Созреют ягоды, вкус которых вам поможет распознать .....(язык).          - Тепло этого солнышка вы почувствуете.....(кожей)          - Давайте сыграем в игру «Полезно – вредно».          -Если это полезно, надо встать, а если вредно – надо сесть.          1. Читать лежа (вредно).</p>	<p>Отвечают на вопросы</p> <p>Играют в игру</p>	Фронтальный опрос	Слайд 10

		<p>2. Делать гимнастику для глаз (полезно).</p> <p>3. Смотреть близко телевизор (вредно).</p> <p>4. Читать при хорошем освещении (полезно).</p> <p>5. Ковырять в ушах (вредно).</p> <p>6. Защищать уши от сильного шума (полезно).</p> <p>7. Ежедневно прочищать нос утром, когда вы умываетесь (полезно).</p> <p>8. Охранять кожу от ожогов, порезов, ушибов (полезно).</p>		Игра					
7. Домашнее задание	2 мин.	<p>- Попробуй разные продукты, например: горчицу, лук, перец, чеснок, лимон, помидор, соль, сахар, селёдку, корицу.</p> <p>- Напиши в тетради ответ на вопрос: «Какой вкус у каждого из этих продуктов?»</p> <p>2. Нарисуй и заполни таблицу: запиши продукты, имеющие этот вкус.</p> <table border="1" data-bbox="495 1070 1034 1145"> <tr> <td>Сладкий</td> <td>Солёный</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Сладкий	Солёный			Фиксируют домашнее задание в свои дневники	Запись в дневниках	Дневник учащегося
Сладкий	Солёный								
8. Рефлексия	2 мин.	<p>У вас на столах лежат карточки зеленая, красная и синяя. Карточка красного цвета означает: «я удовлетворен уроком, он был полезен для меня. Карточка желтого цвета означает: «урок был интересен, и я принимал активное в нем участие. Карточка зеленого цвета означает:</p>	Оценивают свою деятельность на уроке путем выбора гриба из корзинки	Самооценка деятельности	Корзинка с грибами				

		«пользы от урока я получил мало, я не многое понимал из того, о чем говорилось и что делалось на уроке». Поднимите ту карточку, которая соответствует вашей работе на уроке.			
9. Подведение итогов	1 мин.	Подводит итог работы класса и отдельных учащихся. Корректирует самооценку выполненную учащимися.	Слушают учителя и принимают к сведению замечания и поощрения	Оценка деятельности учащихся	

**План-конспект урока окружающего мира  
УМК «Начальная школа XXI века»**

**Класс:** 2

**Тема урока:** «Почему нужно правильно питаться».

**Тип урока:** усвоение новых знаний.

**Цель урока:** создать условия на уроке для организации деятельности учащихся по формированию основ правильного; развивать речь, логическое мышление, умение сравнивать и делать выводы.

**Предметные задачи:** научатся: определять понятия «белки», «жиры», «углеводы», «минеральные соли», «витамины»; получат возможность узнать: о пользе питательных веществ и их роли в жизнедеятельности организма.

**Планируемые результаты:**

Способствовать формированию *личностных УУД* — применять приобретенные навыки в практической деятельности; осуществлять самоконтроль при выполнении заданий, принимать установку на здоровый образ жизни.

Способствовать формированию *метапредметных УУД*:

*познавательных*: уметь выделять и формулировать познавательную цель; знать названия полезных и вредных для здоровья человека продуктов;

*регулятивных*: принимать и сохранять цель предметно-практической деятельности на уроке; планировать пути достижения поставленной цели деятельности;

*коммуникативных*: планировать сотрудничество со сверстниками во время выполнения коллективной работы; уметь делать выводы.

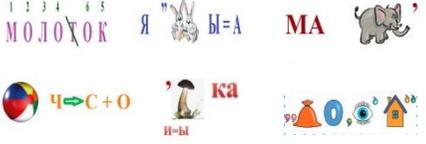
**Оборудование урока:** презентация, учебник по окружающему миру 2 класс, карточки с заданиями, раздаточный материал для исследований.

Ход работы:

Этапы урока	Время	Деятельность учителя	Деятельность учащихся	Методы, приёмы	Оборудование
1. Организационный момент	1-2 мин.	<p>- “Добрый день! Доброе утро! Доброго здоровья!”</p> <p>- Когда мы произносим эти слова, то искренне желаем тем, с кем встречаемся, добра и радости. И наше сердце открывается для искренних и добрых людей.</p> <p>- Когда произносим, здравствуйте, что желаем?</p> <p>- Правильно здоровье это главное в жизни.</p>	<p>Здороваются с учителем</p> <p>Слушают</p> <p>Здоровье</p> <p>Настраиваются на работу</p>	Прием слушания	
2. Проверка домашнего задания	2-3 мин.	<p>- О каком здоровье мы говорили на прошлом уроке?</p> <p>- С помощью чего мы можем поддерживать наше физическое здоровье?</p> <p>- Какое задание вы выполняли дома?</p> <p>- Давайте послушаем сообщения.</p> <p>- Мне очень интересно узнать, с каким</p>	<p>О физическом</p> <p>С помощью занятий спортом, упражнений, движений и т.д.</p> <p>Готовили устное сообщение по теме «Спорт в моей жизни» или по теме «Спорт в жизни моей семьи</p> <p>Слушаю сообщения одноклассников, задают вопросы</p> <p>Высказывают свое мнение</p>	<p>Фронтальный опрос</p> <p>Выступление 2 учащихся.</p>	Проверка домашнего задания

		<p>высказыванием вы согласитесь: «Человек живет для того, чтобы есть» или «Человек ест для того, чтобы жить»</p> <p>- У нас появились два мнения. Изменится ли ваше мнение к концу урока?</p>	Отвечают на вопросы	Фронтальный опрос	
3. Постановка учебной задачи	4-5 мин.	<p>- Один сказочный герой не заботился о своем здоровье. <b>Проблемная ситуация</b> - Ребята, мне вот тут пришло письмо от известного героя мультфильмов. А вот от какого героя, вам нужно угадать. Толстячок живет на крыше, А летает он всех выше. Он самый веселый на свете, Поэтому нравится детям.</p> <p>- Сейчас я вам его прочту, что пишет Карлсон. - «Здравствуйте, друзья! Своё письмо я пишу из больницы. У меня ухудшилось здоровье. Болит голова, в глазах звездочки, тело вялое, живот болит. Доктор говорит, что мне нужно правильно питаться. Я составил себе меню на обед. Меню: торт с лимонадом, чипсы, варенье, пепси-кола и чупа-чупс. Это моя любимая еда, наверное, я скоро поправлюсь и буду здоров! Ваш Карлсон.</p>	<p>Отгадывают героя</p> <p>Карлсон</p> <p>Слушают письмо</p>	<p>Прием отгадывания</p> <p>Прием слушания</p>	<p>Слайд 2 (изображение Карлсона)</p> <p>Слайд №3 (меню Карлсона)</p>

		<p>- Почему заболел Карлсон?          - А почему он питался неправильно?          - Как вы думаете, чему будет посвящен наш урок?</p> <p>- Назовите тему урока.</p> <p>- Зная тему, определите цели урока, с помощью слов – помощников.          1. Мы вспомним ...          2. Мы научимся ...          3. Мы узнаем ...</p> <p>- Какие Карлсон в меню включил продукты?          - А какие продукты называются вредными?          - Какие продукты называются полезными?          - А давайте научим Карлсона отличать полезные продукты от вредных</p>	<p>Неправильно питался          Не знал, как питаться правильно</p> <p>Предполагаю, чему будет посвящен урок</p> <p>Формулируют тему урока</p> <p>Формулируют цель урока</p> <p>Вредные</p> <p>Отвечают на вопросы</p>	<p>Формулировка темы урока          Формулировка цели урока</p> <p>Фронтальный опрос</p>	<p>Слайд 4(тема и цель урока)</p>
4. Открытие нового знания.	7-8 мин.	<p><b>Беседа</b></p> <p>- Для чего организму нужно питаться?          - Сравните свой ответ со схемой в учебнике на с.50          - Как нужно питаться?          - Не всегда мы питаемся так, как того требует наш организм. Неправильное питание плохо влияет на здоровье. Поэтому поговорим о том, как питание связано со здоровьем.          Вместе с пищей человек получает питательные вещества.</p>	<p>Отвечают на вопросы</p> <p>Сравнивают свой ответ со схемой в учебнике</p>	<p>Фронтальный опрос</p> <p>Сравнение</p>	<p>Учебник по окружающему миру</p>

	<p>Предлагаю выполнить следующее задание: расшифруйте название продуктов, спрятанных в картинках (молоко, сыр, яйца, рыба, мясо, варенье, виноград, сало).</p>  <p>– Это полезные продукты?  – Для чего они нужны нашему организму?  – Как вы думаете, чем богаты отгаданные продукты, какими питательными веществами?</p> <p>– Для чего нам нужны жиры, углеводы и белки? Для этого прочтите учебник на стр. 50</p> <p>– Рассмотрите рисунки на стр. 51, определите в каких продуктах содержится большее количество белков, жиров и углеводов.</p> <p>- Наша пища должна быть богата всеми питательными веществами. Питательные вещества нужны для того, чтобы организм рос и правильно развивался, восполнял растрченную</p>	<p>Да</p> <p>Питательными веществами: белками, жирами и углеводами</p> <p>Дают организму энергию, то есть помогают ему становиться выносливым и сильным</p> <p>Рассматриваю рисунки в учебнике</p>	<p>Фронтальный опрос,</p> <p>формулировка выводов</p> <p>Работа с учебником</p>	<p>Продукты для исследования: сало, сливочное масло, шоколад, виноград</p> <p>Учебник по окружающему миру</p>
--	---	--	---	---

		<p>энергию. Запомните, что для организма нежелателен как недостаток, так и избыток питательных веществ. Поэтому главное правило питания – есть в меру, причем разнообразную пищу.</p>			
5. Физкультминутка	2 мин.	<p>Раз — подняться, потянуться, Два — нагнуться, разогнуться, Три — в ладоши три хлопка, Головою три кивка. На четыре — руки шире, Пять — руками помахать, Шесть — на место тихо сесть. Семь — успокоились совсем</p>	Дети повторяют вслед за учителем	Работа по образцу учителя	Музыкальное сопровождение
6. Первичное закрепление	10 мин.	<p>- Какую роль для нашего организма выполняют белки, жиры и углеводы? - У вас в карточках записаны продукты. Подчеркните одной чертой продукты, которые богаты белками. Двумя чертами продукты богатые жирами. Волнистой линией продукты богатые углеводами.</p> <p>- Выполните взаимопроверку - А что должны содержать полезные продукты?</p>	<p>Отвечают на вопросы</p> <p>Выполняют взаимопроверку</p>	Фронтальный опрос	<p>Конфеты, яйцо, масло, рыба, виноград, сыр, капуста, варенье, сливки, сосиски, творог.</p>

	<p>- А вы знаете, что обозначает слово витамин?</p> <p>- Кроме питательных веществ организму требуются витамины. - Работая с презентацией, мы выясним, какие витамины содержатся в тех или иных продуктах, и почему эти продукты полезны человеку.</p> <p>- В учебнике на с. 53 рассмотрите рисунки и расскажите, какие витамины содержатся в разных продуктах и почему эти продукты полезны человеку.</p> <p>1 вариант – витамин А 2 вариант – витамин В 3 вариант – витамин D 4 вариант – витамин С</p> <p>Выяснить, какие витамины содержатся в разных продуктах и почему эти продукты полезны для человека нам поможет следующее задание: используя рисунки на с. 53, начерти и заполни таблицу.</p> <table border="1" data-bbox="495 1142 1037 1334"> <thead> <tr> <th>Витами н А</th> <th>Витами н В</th> <th>Витами н D</th> <th>Витами н С</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Морковь</td> <td>Хлеб</td> <td>Рыба</td> <td>Лимон</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p>- Для чего нам нужно употреблять витамины?</p>	Витами н А	Витами н В	Витами н D	Витами н С	Морковь	Хлеб	Рыба	Лимон					<p>Витамины</p> <p>Предполагаю, что значит слово витамин</p> <p>Рассматривают презентацию и учебник</p> <p>Заполняют таблицу с опорой на учебник</p> <p>Отвечают на вопросы</p>	<p>Взаимопроверка</p> <p>Работа с учебником</p> <p>Заполнение таблицы, работа с учебником</p> <p>Фронтальный</p>	<p>Слайды 5 и 6</p> <p>Учебник по окружающему миру</p>
Витами н А	Витами н В	Витами н D	Витами н С													
Морковь	Хлеб	Рыба	Лимон													



		- Мы помогли Карлсону?	должны содержаться питательные вещества, она должна быть полезной и разнообразной  Да, теперь он поправится быстро	группе Формулировка выводов	
7. Домашнее задание	2 мин.	- Провести опыт, который описан в учебнике на с. 52	Фиксируют домашнее задание в свои дневники	Запись в дневниках	Дневник учащегося
8. Рефлексия	2 мин.	- Над какой темой работали на уроке? - Ответьте на вопрос, который скрыт в теме урока. - Так какое выражение мы выбираем? «Человек живет для того, чтобы есть» или «Человек ест для того, чтобы жить» <i>Продолжи предложение</i> и я научился ... и больше всего мне понравилось ... и мне показалось важным ... А сейчас скажите себе вслух: Я хочу быть здоровым (вместе), поэтому я ...	Почему нужно правильно питаться  Отвечают на вопрос  Буду правильно питаться	Фронтальный опрос       Самооценка деятельности	
9. Подведение итогов	1 мин.	Подводит итог работы класса и отдельных учащихся. Корректирует самооценку выполненную учащимися.	Слушают учителя и принимают к сведению замечания и поощрения	Оценка деятельности учащихся	

**План-конспект урока окружающего мира  
УМК «Начальная школа XXI века»**

**Класс:** 2

**Тема урока:** «Поговорим о здоровье»

**Тип урока:** усвоение новых знаний

**Цель:** создать условия на уроке для формирования у обучающихся представлений о понятии «здоровье» и здоровом образе жизни; познакомить с правилами, помогающими сохранить крепкое здоровье; установить причинно – следственные связи между полезными привычками и здоровьем; воспитывать навыки здорового образа жизни.

**Задачи предметные:** здоровье и его отличия от болезни; вырабатывать стремление всегда быть здоровыми, уметь избегать контактов с больными детьми, уметь быстро поправить своё здоровье – помочь себе самому; показать значимость полезных привычек для укрепления здоровья человека; развивать у детей потребность в соблюдении правил здорового образа жизни.

**Планируемые результаты:**

Способствовать формированию *личностных УУД* – формирование уважительного отношения к иному мнению, к иной точке зрения; формирование эмоционально- ценностного отношения к окружающему миру; формировать мотивацию к здоровому образу жизни; развивать логическое мышление, умение грамотно выражать свои мысли; воспитывать бережное, грамотное и ответственное отношение к своему здоровью; воспитывать уважительное отношение друг к другу; развивать у детей потребность в получении новых знаний, умение применять их в повседневной жизни.

Способствовать формированию *метапредметных УУД:*

*познавательных:* формирование умения работать с новой информацией по теме (отбирать, выделять, обобщать); формирование умений отличать признаки здорового человека от больного; формирование умения выстраивать речевые высказывания; формирование умений работать в статичных группах; формирование начальных форм рефлексии.

*регулятивных:* удерживать цель деятельности до получения результата; планировать решение учебной задачи; оценивать и корректировать собственную работу; осуществлять итоговый контроль деятельности («что сделано»).

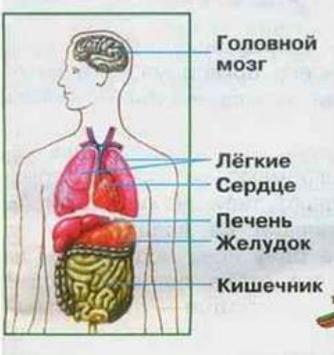
*коммуникативных:* строить монологические высказывания; уметь с достаточной точностью и полнотой выразить свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; планировать учебное сотрудничество.

**Оборудование:** учебник «Окружающий мир» 2 класс, интерактивная доска, презентация, карточки с заданиями.

Ход работы:

Этапы урока	Время	Деятельность учителя	Деятельность учащихся	Методы, приёмы	Оборудование
1. Организационный момент	1-2 мин.	- Ребята, я очень рада видеть вас здоровыми и, надеюсь, в хорошем настроении. Думаю, что к концу урока ваше настроение улучшится. А сейчас прошу вас включить на полную мощность ваш мозг, мы начинаем. - Ребята, когда я была маленькой девочкой, мне было 8 лет, как и вам, я очень хотела побыстрее вырасти и стать либо учителем, либо врачом. Одна мечта исполнилась, я стала учителем и вот сегодня я хочу хоть немного побыть врачом. Вы разрешите мне это сделать?	Приветствуют учителя, настраиваются на работу	снятие напряжения, мотивировка учащихся к продуктивной учебной деятельности, установления доброжелательной атмосферы.	
2. Проверка домашнего задания	2-3 мин.	- Ребята, какую тему мы изучали на прошлом уроке?  - Какие чувства вам известны?  - Какое значение имеют для человека органы чувств? - Давайте проверим ваши результаты по проделанному опыту.	Вспоминают прошлую тему, отвечают на вопросы      Зачитывают свои наблюдения	Фронтальный опрос	
3. Постановка учебной задачи	4-5 мин.	- Вы разрешили мне сегодня побыть доктором, а вот скажите мне какая главная работа врача? - А зачем?	Лечить людей  Чтобы все были здоровыми	Фронтальный опрос	Слайд 1

		<p>- Я думаю, что вы уже знаете о чём мы будем говорить сегодня на уроке. О чём?</p> <p>- Тема нашего урока – «Поговорим о здоровье».</p> <p>- Какова же цель урока?</p> <p>- И также, не случайно, эмблемой нашего урока я выбрала змею. Змеиный яд используется при изготовлении многих лекарств, поэтому змея является символом мудрости и здоровья.</p>	<p>О здоровье</p> <p>Формулируют цель урока</p>	<p>Формулировка цели урока</p>	<p>Слайд 2</p>
4. Открытие нового знания	7-8 мин.	<p>-Скажите, пожалуйста, как вы думаете, что такое здоровье?</p> <p>- Вы всё правильно сказали. А теперь, давайте посмотрим на экран.</p> <p>- Здоровье – это нормальная работа всего организма.</p> <p>- Мы каждое утро заходим в класс и говорим друг другу: «Здравствуйте!», но очень редко задумываемся, какой глубокий смысл скрывается в этом слове. Здравствуйте, живите в здравии, будьте здоровы- замечательные родственные слова! Но, конечно, не всегда всё бывает так хорошо.</p> <p>-Посмотрите внимательно и скажите, чем отличаются эти деревья?</p> <p>- Почему произошло так, что одно дерево красивое, а второе – нет?</p> <p>- Человеческий организм также</p>	<p>Отвечают на вопросы, смотрят на экран и читают надпись</p> <p>Смотрят внимательно на экран и пытаются понять, чем отличаются деревья</p> <p>Первое дерево поливали, было</p>	<p>Просмотр иллюстраций</p> <p>Сравнение деревьев</p>	<p>Слайд 3</p> <p>Слайд 4</p>

	<p>нуждается в том, чтобы за ним ухаживали, иначе он «сломается» и будет похож на это дерево.</p> <p><b>Игра «Дружный организм»</b>  - У здорового организма все органы работают дружно, помогают друг другу. Так работает здоровый организм.</p>  <p>- Кто у нас часто болеет? Расскажите, что с вами происходит, когда вы заболеваете?  - Один человек начинает приседать чуть быстрее или чуть медленнее. Работа цепочки нарушилась.  - Вот так чувствует себя больной организм. Если заболевает один орган – нарушается работа всего организма.  - Когда вам легче было приседать? Когда соблюдался ритм, или когда</p>	<p>достаточно солнечного света, его удобряли, т.е. кормили. За этим деревом ухаживали.</p> <p>Играю в игру  Дети становятся в круг, берутся за руки, по команде они начинают одновременно приседать и вставать</p> <p>Здоровье – это правильная, нормальная работа всего организма.</p> <p>Отвечают на вопросы</p> <p>Рассматривают рисунки в учебнике, объясняют причины заболеваний</p>		<p>Слайд 5</p> <p>Учебник по окружающему миру</p>
--	---	---	--	---

		<p>ритм был нарушен?          - Какой вывод можем сделать?</p> <p>-Так как вы уже немного знаете, как работает здоровый организм, а как больной, я думаю вы сейчас быстро ответите на мои вопросы.          - Посмотрите на экран. Вы можете отличить больных детей от здоровых?          - Что делают здоровые дети?          - Что делают больные дети?          - На месте кого из них вы бы хотели оказаться? Все хотят быть здоровыми. Но очень часто люди совершают такие поступки, которые приводят их к болезни.          - Рассмотрите рисунки на стр. 28-29 и объясните причины некоторых болезней.</p> 	<p>Отвечают на вопросы</p>	<p>Формулировка выводов</p> <p>Фронтальный опрос</p> <p>Работа с учебником, просмотр иллюстраций</p>	
5. Физкультминутка	2 мин.	<p>- Сейчас вы одновременно и отдохнёте, и поработаете. Я буду читать предложения. Если вы считаете, что это полезно для здоровья – вы прыгаете, если вы считаете, что это вредно для здоровья – садитесь на корточки. -</p>	<p>Дети повторяют вслед за учителем</p>	<p>Работа по образцу учителя</p>	

		<p>Итак, начнем</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– На ночь кушай много конфет и булочек.</li> <li>– Мой руки только перед едой.</li> <li>– Перед сном проветривай комнату.</li> <li>– Утром делай зарядку.</li> <li>– Пей больше чистой воды.</li> <li>– Утром выйдя из дома, обязательно поругайся с кем –нибудь.</li> <li>– Каждый раз, увидев своё отражение в зеркале – улыбайся!</li> <li>– Много кури!!!(Эта привычка не просто вредная, но самая опасная!)</li> <li>– Ешь много овощей и фруктов.</li> </ul> <p>- Ребята, одна минута активного отдыха продлевает жизнь на 1 час, так что, вы сейчас продлили себе жизнь на целый час!</p>			
6. Первичное закрепление	10 мин.	<p>- Вы посмотрели на фотографии больных детей, вы мне рассказали, что чувствует человек, когда заболевает, а теперь подумайте и скажите мне, каким должен быть здоровый человек? Работаем все вместе.</p> <p>-Как вы думаете, от кого зависит наше здоровье?</p> <p>- Да, если человек ответственно и</p>	<p>Сильный, стройный, ловкий, весёлый, красивый, редко болеет, долго живёт, счастливый.</p> <p>От нас самих</p>	Фронтальный опрос	Слайд 6

		<p>серьёзно относится к своей жизни – скорее всего он будет здоров.</p> <p>-А сейчас я предлагаю вам поработать в группах.</p> <p>- Вспоминаем правила работы в группе. Каждая группа получает цветок здоровья, совещается, затем в лепестках пишет, что должен делать человек для укрепления своего здоровья.</p> <p>- Затем один человек от группы выйдет и прокомментирует свой цветок.</p> <p>- Следующее задание, которое необходимо выполнить, это составить памятку, как ты должен себя вести, если почувствовал недомогание, а дома нет взрослых.</p>	<p>Вспоминаю правила работы в группах</p> <p>Выступление одного обучающегося, комментирование цветка здоровья Составляют памятку</p>	<p>Работа групп</p> <p>Работа у доски</p> <p>Составление памятки</p>	<p>Цветок здоровья</p>
8. Домашнее задание	2 мин.	<p>- Вы должны будете к следующему уроку составить на свой режим дня, начиная с утреннего подъёма и заканчивая отходом ко сну. У кого есть вопросы, кому что – то непонятно?</p>	<p>Фиксируют домашнее задание в свои дневники</p>		<p>Дневник учащегося</p>
9. Рефлексия	2 мин.	<p>- Ребята, о чём мы говорили сегодня на уроке? Скажите, очень сложно выполнять эти правила сохранения здоровья? Я хочу, чтобы после сегодняшнего урока вы поняли, что здоровье – это самая большая</p>	<p>Внимательно слушают учителя, обобщают полученный материал</p>	<p>Самооценка деятельности</p>	

		<p>ценность, но её не купишь за деньги. Если вы хотите быть здоровыми долго и прожить много лет, вы должны бережно относиться к своему здоровью уже сейчас, не откладывая на потом и выполнять эти простые правила. - А сейчас я вручу вам вот эти сердечки, если вам понравился наш сегодняшний урок – нарисуйте вот такой ротик, если не понравился – вот такой.</p>			
10. Подведение итогов	1 мин.	Подводит итог работы класса и отдельных учащихся. Корректирует самооценку выполненную учащимися.	Слушают учителя и принимают к сведению замечания и поощрения	Оценка деятельности учащихся	

**План-конспект урока окружающего мира  
УМК «Начальная школа XXI века»**

**Класс:** 2

**Тема урока:** «Твое здоровье».

**Тип урока:** обобщение и систематизация знаний.

Цель урока: создать условия на уроке для закрепления и обобщения пройденного материала по разделу «Твое здоровье».

**Задачи предметные** - формировать представление о здоровье; развивать навыки здорового образа жизни посредством рационального питания, правильного выполнения режима дня, соблюдения личной гигиены, физических упражнений и игр; умения обобщать, анализировать, сравнивать.

**Планируемыми результаты:** способствовать формированию *личностных УУД*: самоопределение – следовать нормам здоровьесберегающего поведения; нравственно-этическая ориентация – проявлять навыки сотрудничества в разных ситуациях, находить выход из спорных ситуаций; самооценка - понимать причины собственных успехов и неудач.

Способствовать формированию *метапредметных УУД*:

*познавательных*: демонстрировать понимание связи сохранения здоровья с умением вести здоровым образом жизни; уметь строить рассуждения и доказательства; контролировать и оценивать процесс и результат деятельности; уточнять правила спортивной игры, осознавать необходимость в развитии силы, ловкости, быстроты и внимания.

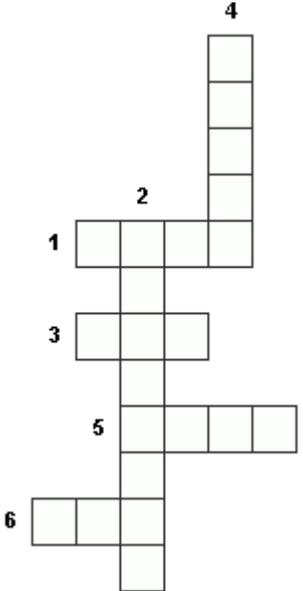
*регулятивных*: удерживать цель деятельности до получения результата; планировать решение учебной задачи; оценивать и корректировать собственную работу; осуществлять итоговый контроль деятельности («что сделано»).

*коммуникативных*: строить монологические высказывания; уметь с достаточной точностью и полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; планировать учебное сотрудничество.

**Оборудование урока:** презентация, учебник по окружающему миру 2 класс, карточки с заданиями.

## Ход работы:

Этапы урока	Время	Деятельность учителя	Деятельность учащихся	Методы, приёмы	Оборудование
1. Организационный момент	1-2 мин.	<p>Улыбнёмся друг другу, дети. Сядьте удобно, закройте глаза, положите головы на парты”. Под тихую мелодичную музыку дети тихо повторяют за учителем:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Я в школе на уроке,</li> <li>– Сейчас я начну учиться.</li> <li>– Я радуюсь этому.</li> <li>– Внимание моё растёт.</li> <li>– Я как разведчик, всё замечу.</li> <li>– Память моя крепка.</li> <li>– Голова мыслит ясно.</li> <li>– Я хочу учиться.</li> <li>– Я очень хочу учиться.</li> <li>– Я готов к работе.</li> <li>– Я работаю!</li> </ul>	Настраиваются на урок	Психологически настроены на урок	
2. Постановка учебной задачи	4-5 мин.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Мы с вами много говорили о здоровье, вспомните какие темы мы изучили?</li> <li>- Что же такое здоровье?</li> <li>- Что нужно делать, чтобы быть здоровым?</li> <li>- Сегодня наш урок пройдет в виде путешествия по станциям. На станциях вас ждут разнообразные задания, в процессе выполнения которых, мы с вами вспомним пройденный материал о здоровье и здоровом образе жизни.</li> </ul>	<p>Вспоминают темы уроков, отвечают на вопросы</p> <p>Слушают установку на урок</p>	Фронтальный опрос, прием слушания.	

3. Основная часть урока.	7-8 мин.	<p><i>Станция 1. Кроссворд на тему «Органы чувств».</i></p> <p>Орган осязания. 2. Способность человека чувствовать запахи. 3. Орган обоняния. 4. Орган зрения. 5. Орган вкуса. 6. Орган слуха.</p>  <p><i>Станция 2. Игра «Выбери нужное».</i> У каждой пары две корзинки, вам нужно все продукты разделить на две группы. Посмотрите и скажите, на какие группы будем делить продукты? (на вредные и полезные): рыба, пепси-кола, яблоко, поп корн, шоколадные конфеты, чипсы, морковь, геркулес, кефир, клубника, хлеб. Приходят к</p>	Проходят станции, выполняют задания, определяют, что удалось вспомнить, узнать в ходе выполнения задания		Раздаточный материал
--------------------------	----------	--	--	--	----------------------



		<p>лечения, состоящий в применении специальных физических упражнений.</p> <p>Зарядка – комплекс физических упражнений, выполняемых утром, с целью разминки мышц и суставов.</p> <p><i>Станция 6. «Режим дня» .</i></p> <p>Задание в группах: расположите режим дня в правильном порядке. К чему приводит несоблюдение режима дня?</p> 			
4. Физкультминутка	2 мин.	<p>- Мы поставили пластинку И выходим на разминку. Начинаем бег на месте, Финиш – метров через двести! Раз-два, раз-два, Хватит, прибежали, Потянулись, подышали. <i>Бег на месте, на предпоследней строчке остановится, на последней потянуться, руки вверх и опустить их через стороны.</i></p>	Дети повторяют вслед за учителем	Работа по образцу учителя	

5. Первичное закрепление	10 мин.	<p>Сейчас я вам предлагаю разделить на три группы и нарисовать плакат:</p> <p>1 группа рисует здоровый образ жизни, его элементы.</p> <p>2 группа рисует человека, который не соблюдает здоровый образ жизни.</p> <p>3 группа – человека, который соблюдает правила здорового образа жизни.</p> <p>- После этого необходимо защитить свой плакат</p>	<p>Делятся на группы, рисуют плакат</p> <p>Защищают плакат</p>	Прием творческого рисования	Плакат, карандаши, фломастеры и т.д.
6. Домашнее задание	2 мин.	Дома еще раз повторите темы, которые мы с вами прошли, на следующем занятии будет небольшой тест	Фиксируют домашнее задание в свои дневники	Запись в дневниках	Дневник учащегося
7. Рефлексия	2 мин.	У меня есть три рисунка с личиками: веселое, нейтральное, грустное. Подойдите и возьмите то личико, которое олицетворяет ваше настроение о сегодняшнем уроке	Выбирают рисунки с личиками	Самооценка деятельности	Рисунки с личиками
8. Подведение итогов	1 мин.	Подводит итог работы класса и отдельных учащихся. Корректирует самооценку выполненную учащимися.	Слушают учителя и принимают к сведению замечания и поощрения	Оценка деятельности учащихся	

## Приложение 12

**План-конспект урока окружающего мира  
УМК «Начальная школа XXI века»****Класс:** 2**Тема урока:** «Физическая культура. Быть сильным и выносливым»**Тип урока:** усвоение новых знаний**Цель:** создать условия на уроке для развития у обучающихся навыков по сохранению здоровья; способствовать развитию силы, ловкости, внимания и быстроты; приобщать к культуре поведения во время спортивных игр.**Задачи предметные:** научатся понимать важность развития физических способностей и здоровьесбережения; получат возможность научиться: различать факторы, укрепляющие здоровье, ориентироваться на правила здорового образа жизни.**Планируемые результаты:**

Способствовать формированию *личностных УУД* : *самоопределение* – следовать нормам здоровьесберегающего поведения; *нравственно-этическая ориентация* – проявлять навыки сотрудничества в разных ситуациях, находить выход из спорных ситуаций; *самооценка* - понимать причины собственных успехов и неудач.

Способствовать формированию *метапредметных УУД*:

*познавательных*: контролировать и оценивать процесс и результат деятельности; уточнять правила спортивной игры, осознавать необходимость в развитии силы, ловкости, быстроты и внимания.

*регулятивных*: удерживать цель деятельности до получения результата; планировать решение учебной задачи; оценивать и корректировать собственную работу; осуществлять итоговый контроль деятельности («что сделано»).

*коммуникативных*: строить монологические высказывания; уметь с достаточной точностью и полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; планировать учебное сотрудничество.

**Оборудование:** учебник «Окружающий мир» 2 класс, интерактивная доска, презентация, карточки с заданиями.

## Ход работы:

Этапы урока	Время	Деятельность учителя	Деятельность учащихся	Методы, приёмы	Оборудование
1. Организационный момент	1-2 мин.	Дорогие ребята! Повернитесь друг другу. Улыбнитесь. Раскройте правую ладонь, а левой накройте ладонь соседа. Посмотрите ласково в глаза друг другу, чтобы ваши ладошки потеплели. Вы почувствовали тепло рук? А теперь каждый скажет доброе слово своему соседу, но так нежно и ласково, чтобы ваши ладошки потеплели еще больше. Мне очень хочется, чтобы после нашего занятия у вас появились новые отношения к самому себе, к своему здоровью. В жизни вас ждут опасности, которых нужно не бояться, а избегать или остерегаться. Успехов вам и удач! Пусть вам помогут сообразительность и те знания, которые вы уже приобрели. Итак, начнем урок.	Выполняют задание, настраиваются на урок	Психологический настрой	
2. Проверка домашнего задания	2-3 мин.	- Что было задано на дом? - Давайте послушаем несколько человек, остальные внимательно слушают и задают вопросы	Нужно было описать свой режим дня, начиная с утреннего подъёма и заканчивая отходом ко сну	Фронтальный опрос	
3. Постановка учебной	4-5	- Стадион, бассейны, корты.	Слушают стихотворение	Коллективный	

задачи	мин.	<p>Зал, каток – везде вам рады.          За старания в награду          Будут кубки и рекорды.          Станут мышцы ваши тверды.          Только помните: спортсмены          Каждый день свой непременно          Начинают с физкультуры.</p> <p>- Проанализируйте это стихотворение и подумайте, какова тема нашего урока.</p> <p>- Тема нашего урока «Физическая культура. Быть сильным и выносливым»</p> <p>- Какова будет цель нашего урока?</p> <p>- Кто делал сегодня утром зарядку?</p> <p>- Сейчас проведем опыт и выясним, какова роль утренней зарядки.</p> <p>- Для начала поделимся на две группы: первая группа делает зарядку, вторая нет.          (После того как сделали зарядку) -          Расположите числа в порядке убывания.</p> <p>- Что заметили, какой вывод можем сделать?</p>	<p>Анализируют стихотворение, думаю, какова тема урока, предлагаю варианты</p> <p>Формулируют цель урока</p> <p>Отвечают, кто делал зарядку, а кто нет</p> <p>Делятся на две группы, делают зарядку</p> <p>Кто делал зарядку справились с заданием быстрее, а кто не делал зарядку – медленнее</p> <p>Утренняя зарядка не только помогает стать сильным и выносливым, но и влияет на развитие познавательной</p>	<p>опрос</p> <p>Работа по группам</p> <p>Формулировка цели урока</p>	
--------	------	---	--	--	--

			активности	Формулировка выводов	
4. Открытие нового знания.	7-8 мин.	<p>- Тебе, конечно, известно такое выражение — культурный человек. Что же оно означает?</p> <p>- Можно сказать, что культурный человек еще тот, кто при этом соблюдает правила здорового образа жизни, закаляет свой организм, много двигается, занимается спортом, то есть владеет физической культурой?</p> <p>- Что такое же такое физкультура ?</p> <p>- Как связаны спорт и физкультура?</p> <p>- Предлагаю отгадать загадки, чтобы вспомнить, какие виды спорта существуют:</p> <p>- В этом спорте игроки Все ловки и высоки. Любят в мяч они играть И в кольцо его кидать. Мячик звонко бьет об пол, Значит, это ... (<i>баскетбол</i>)</p> <p>- Здесь команда побеждает, Если мячик не роняет. Он летит с подачи метко Не в ворота - через сетку. И площадка, а не поле</p>	<p>Так говорят о человеке, который много знает и умеет, соблюдает правила поведения, ведёт себя вежливо.</p> <p>Конечно, можно</p> <p>Отвечают на вопросы</p> <p>Отгадывают загадки</p>	<p>Фронтальный опрос</p> <p>Фронтальный опрос</p> <p>Прием отгадывания загадок</p>	Слайд 2

	<p>У спортсменов в ...<i>(волейболе)</i>  - Конь, канат, бревно и брусья,  Кольца с ними рядом.  Перечислить не берусь я  Множество снарядов.  Красоту и пластику  Дарит нам ...<i>(гимнастика)</i>  - Соберем команду в школе  И найдем большое поле.  Пробиваем угловой -  Забиваем головой.  И в воротах пятый гол!  Очень любим мы ...<i>(футбол)</i>  - Там в латах все на ледяной площадке  Сражаются, сцепились в острой  схватке.  Болельщики кричат: «Сильнее бей!»  Поверь, не драка это, а ...<i>(хоккей)</i>  - Ему бассейн так приглянулся –  Он тут же в воду бултыхнулся,  Помчался стилем баттерфляй,  Теперь спортсмена отгадай. <i>(пловец)</i>.  - Вот спортсмены на коньках  Упражняются в прыжках.  И сверкает лед искристо.  Те спортсмены - ... <i>(фигуристы)</i>.  - Кто по снегу быстро мчится,  Провалиться не боится? <i>(лыжник)</i>  - От чего зависят достижения  спортсменов?</p>			
--	---	--	--	--

		<p>- Объясни, что умеют делать спортсмены, которые занимаются спортом?</p> <p>- Как добиться таких результатов?</p> <p>- Какие черты характера воспитывает спорт?</p> <p>- Что такое тренировка?</p> <p>- Предлагаю выполнить следующее задание: рассмотри рисунки на стр. 44. Сделай вывод: что помогает стать крепким, сильным и выносливым?</p>  <p>- Расскажи, в какие подвижные игры ты любишь играть.</p> <p>- Кто участвует в игре: родители, друзья?</p> <p>- Где происходят эти игры: на стадионе, на природе, во дворе дома?</p>	<p>Объясняют, что умею делать спортсмены, какие черты характера воспитывает спорт</p> <p>Отвечаю на вопросы</p> <p>Рассматривают иллюстрации в учебники, делают вывод, что помогает стать сильным и выносливым</p> <p>Отвечают на вопросы</p>	<p>Фронтальный опрос</p> <p>Фронтальный опрос</p> <p>Рассмотрение иллюстрации</p> <p>Фронтальный опрос</p>	<p>Учебник по окружающему миру</p>
5. Рефлексия	2 мин.	<p>Предлагает продолжить незаконченные предложения на слайде:</p> <p>- я узнал ...</p>	<p>Высказывают свое мнение и оценивают свою деятельность на уроке.</p>	<p>Самооценка деятельности</p>	

		- я теперь умею... . - я понял, что... .			
6. Подведение итогов	1 мин.	Подводит итог работы класса и отдельных учащихся. Корректирует самооценку выполненную учащимися.	Слушают учителя и принимают к сведению замечания и поощрения	Оценка деятельности учащихся	