

УДК 37.011.74

Кринберг А.Э.,

студент

5 курс, факультет «Педагогического

образования»

Хакасский Государственный Университет

им. Н.Ф. Катанова

Россия г. Абакан

ФОРМИРОВАНИЕ УСТАНОВКИ НА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

***Аннотация:** В статье описываются теоретические источники, посвященные формированию установки на здоровый образ жизни у младших школьников в курсе окружающего мира. Представлен анализ современных исследований в области здорового образа жизни у младших школьников.*

***Ключевые слова:** Младший школьный возраст, здоровый образ жизни, окружающий мир, человек.*

***Annotation:** The article describes the theoretical sources devoted to the formation of a healthy lifestyle among younger students in the course of the world around them. An analysis of modern research in the field of a healthy lifestyle among younger schoolchildren is present.*

***Key words:** Primary school age, healthy lifestyle, environment, person.*

Сохранение здоровья - фактор предотвращения вырождения нации. Забота о здоровье ребёнка и взрослого человека занимает во всём мире приоритетные позиции, поскольку в любой стране нужны личности творческие, гармонично развитые, активные и здоровые. Однако на современном этапе развития общества выявлена тенденция к ухудшению

состояния здоровья детей. Так, статистика последних лет показывает, что за период обучения детей в школе состояние их здоровья ухудшается в 4-5 раз. Проблема укрепления здоровья детского населения возникла в результате взаимодействия огромного количества факторов риска, порождённых неблагоприятными биологическими, экологическими, социальными, экономическими условиями.

Актуальность проблемы здоровьесбережение в современных условиях связана также со школьными перегрузками, с тем, что не учитываются анатомо-физиологические и психологические особенности развития учащихся.

В связи с этим Федеральным государственным образовательным стандартом (ФГОС) в начальном общем образовании (НОО) выделяется отдельное направление по формированию у младших школьников основ здорового образа жизни (ЗОЖ) [43].

В ФГОС НОО одной из ключевых идей является формирование культуры здоровья младшего школьника. Таким образом, здоровьесберегающая составляющая в современных условиях должна быть неотъемлемой частью основной образовательной программы образовательного учреждения [43].

С учетом требований федерального государственного образовательного стандарта НОО методология воспитания у учащихся здорового образа жизни, кроме обеспечения их грамотности в вопросах здоровьесбережения, включает и формирование мотивации на ведение 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. Деятельность учителя в этом аспекте является образовательно-оздоровительной и представляет собой комплекс действий гигиенической, психолого-педагогической, природно-оздоровительной, художественно-эстетической направленности [43].

Младший школьный возраст наиболее благоприятен для формирования навыков здорового образа жизни. В этом возрастном периоде развития закладываются основные ценностные ориентации, стратегии поведения, формируется основа мировоззрения. Дети должны знать, что только здоровый человек может жить полноценной жизнью и приносить максимальную пользу людям. У младших школьников воспитывается ответственное отношение к своему здоровью, формируется умение понимать и принимать ценные для здоровья решения. Школа должна взять на себя первостепенную роль в формировании здорового образа жизни учащихся.

Главными ее направлениями следует считать общегигиеническое, физкультурно-оздоровительное, и экологическое.

С нашей точки зрения расширение знаний, умений учащихся по здоровьесбережению наиболее органично сочетается с уроками по предмету «Окружающего мир» и внеклассной формой работы по этому предмету. Проблема исследования: каковы педагогические условия формирования здорового образа жизни у младших школьников при изучении предмета «Окружающий мир».

В ходе анализа содержание программы предмета для младшей школы «Окружающий мир» было выявлено, что в основном в рамках этого школьного предмета изучаются общие вопросы строения человеческого организма, функции органов и систем органов, гигиенические правила и т.д. Детальные вопросы, позволяющие не потерять здоровье в процессе взаимодействия с окружающей средой с особой топикой (от греческого *topos*– место), организацией жизненного пространства, влияющем на здоровье, не рассматриваются

На основании теоретических исследований И.М. Новиковой, А.А. Ошкиной были разработаны критерии и показатели, диагностические задания.

Диагностическое задание 1. Беседа «Что такое здоровый образ жизни?»
Ход беседы. Детям задается вопрос: «Что нужно делать, чтобы быть здоровым?»

Оценивается количество названных элементов здорового образа жизни и их понимание. Если ребенок называет элементы здорового образа жизни, которые не характерны для поведения в школьном возрасте (например, «отсутствие вредных привычек») – это оценивается дополнительными баллами.

Диагностическое задание 2. Беседа «Что будет, если?»

Цель: выявить уровень сформированности понимания связей между совершаемым действием (элементы здорового образа жизни) и состоянием здоровья.

Диагностическое задание 3. Игра «Светофор».

Цель: выявить уровень сформированности отношения к элементам здорового образа жизни.

Диагностическое задание 4. Игра «7 комнат».

Цель: выявить уровень заинтересованности детей в здоровом образе жизни.

Диагностическое задание 5. Наблюдение за реализацией элементов здорового образа жизни.

Цель: выявить уровень активности детей в ведении здорового образа жизни.

Использованные источники:

1. Агаджанянс Н.А. Экология человека: здоровье и концепция выживания / Н.А. Агаджанян. –М.: Изд-во РУДН, 2018. –27с.
2. Васильева О.С., Журавлева Е.В. Исследование представлений о здоровом образе жизни // Психологический вестник РГУ. Ростов-на-Дону, 2017, Вып.3.с. 247
3. Виноградова Н.В. Методические рекомендации к дидактическим материалам для начальной школы «Окружающий мир в произведениях живописи»: учебное пособие / Н.В. Виноградова. -М.: Вентана Граф, 2015. 80 с.
4. Иванова Н.В. Возможности и специфика применения проектного метода в начальной школе / Н.В. Иванова. –М.: Речь, 2014. –304 с
5. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования [Электронный ресурс]. -Режим доступа :<http://mon.gov.ru>.