УДК

**ВОЗМОЖНОСТИ УРОКОВ ОКРУЖАЮЩЕГО МИРА В ФОРМИРОВАНИИ ЗНАНИЙ О ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ**

***Демиш Надежда Александровна***

***Борисюк Марина Владимировна,***

***К.б.н., доцент;***

***ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ***

***ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ***

***«ДОНЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»***

***Институт педагогики***

***Кафедра дошкольного и начального педагогического образования***

*Аннотация.* В данной статье раскрыты возможности уроков окружающего мира в формировании знаний о здоровье человека у младших школьников. Обозначены педагогические условия формирования знаний о здоровье человека у младших школьников на уроках окружающего мира.

*Ключевые слова:* здоровье, интегрированный курс «Окружающий мир», урок, младший школьник.

Забота о здоровье обучающихся, формирование у них ответственного отношения к здоровью является одной из важнейших задач российской системы образования. От состояния здоровья ребенка зависит его настроение, работоспособность, успешность обучения. Здоровье является одним из основных аспектов всестороннего развития ребенка [3]. В Федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования установлено, что младший школьник должен осознавать необходимость здорового образа жизни, соблюдения правил безопасного поведения, а также применять знания о строении и функционировании организма человека для сбережения, поддержания и укрепления собственного здоровья [5].

Целенаправленное формирование знаний о здоровье помогут младшим школьникам принимать осознанные решения в отношении своего здоровья, соблюдать правила здорового образа жизни и предотвращать возможные проблемы со здоровьем. «Окружающий мир» знакомит младших школьников с основами здорового образа жизни, а именно: питанием, физической активностью, гигиеной, безопасностью жизнедеятельности. Практические занятия и проекты на уроках окружающего мира помогают младшим школьникам лучше понять и запомнить информацию о здоровье. Формирование знаний о здоровье на уроках окружающего мира способствует развитию у детей навыков критического мышления и принятия решений. Они учатся анализировать информацию, сравнивать различные источники и делать осознанные выборы в отношении своего здоровья. Помимо этого, формирование знаний о здоровье на уроках окружающего мира помогает детям понять важность здорового образа жизни и его влияние на их будущее благополучие. Они узнают, что забота о своем здоровье – это не только ответственность перед собой, но и перед другими людьми [1].

Тема исследования, затронутая нами в статье, является достаточно изученной, важной составляющей образования и содержания программы обучения во многих странах. Однако, несмотря на изученность темы, всегда есть малоизученные аспекты. Одним из них является формирование системы практических умений и навыков здорового образа жизни. Так, вместо того чтобы только передавать теоретическую информацию о здоровье, практически не уделяется внимание включению детей в практические занятия. Также в практике современной школы мало внимания уделяется закреплению полученных знаний о здоровье. Младшие школьники, как правило, не умеют составлять планы здорового питания, вести дневники физической активности или проводить исследования о вредных привычках. Научные и исследовательские работы Ш. А. Абдурашитовой [1], В. А. Горячева [2], В.П. Казначеева [3], К. Г. Киселевой [4] и др., обобщающие практический опыт педагогического сопровождения начального общего образования свидетельствует о наличии противоречий между необходимостью формирования знаний о здоровье человека и недостаточной научно-теоретической и методической разработанностью проблемы формирования этих знаний у младших школьников.

Цель статьи – определить возможности уроков окружающего мира в формировании знаний о здоровье человека у младших школьников и на их основе практических умений соблюдения правил здорового образа жизни.

Улучшение состояния здоровья нового поколения - важнейшая задача современности, в комплексном решении которой невозможно обойтись без общеобразовательной школы. Школа обязана сформировать у ребенка потребность быть здоровым, вести здоровый образ жизни. Для этого педагогам необходимо иметь четкие представления о сущности понятий «здоровье» и «здоровый образ жизни», которые широко используются в системе понятий современного образования.

Здоровье – это состояние физического, психического и социального благополучия человека. Оно не только отсутствие болезней, но и активное состояние, которое позволяет человеку полноценно жить и работать.

Компоненты здоровья включают:

1. Физическое здоровье – это состояние организма, его систем и органов. Физическое здоровье оценивается по таким показателям, как уровень физической активности, сила и выносливость, наличие заболеваний и травм.

2. Психическое здоровье – это состояние эмоционального и психологического благополучия, которое включает в себя умение справляться с эмоциональными стрессами, уровень самооценки, умение устанавливать и поддерживать отношения с другими людьми.

3. Социальное здоровье – это состояние взаимодействия человека с окружающей средой и обществом, включающее в себя умение общаться, устанавливать и поддерживать социальные связи, адаптироваться к изменениям в окружающей среде.

4. Духовное здоровье – это состояние гармонии и покоя внутреннего мира человека, связанное с наличием жизненных ценностей, веры, смысла жизни и способности к саморазвитию.

Перечисленные компоненты здоровья взаимосвязаны и влияют друг на друга. Например, плохое физическое здоровье может негативно сказываться на психическом и социальном благополучии, а хорошее психическое здоровье может способствовать лучшему физическому и социальному состоянию. Для того чтобы донести до младших школьников ценность здоровья, стоит использовать в комплексе следующие приемы:

1. «Личный пример». Будьте хорошим примером для детей, ведя здоровый образ жизни. Покажите им, что вы заботитесь о своем здоровье, регулярно занимаетесь физической активностью, правильно питаетесь и следите за гигиеной. Дети часто копируют поведение взрослых, особенно таких авторитетных взрослых, как учитель или родитель.

2. Рациональная организация двигательной активности. Например, можно провести спортивный день или устроить прогулку на свежем воздухе. При этом надо объяснить детям, что физическая активность помогает им быть сильными и здоровыми.

В рамках УМК «Школа России» на уроках окружающего мира изучаются следующие темы, направленные на формирование знаний о здоровье человека и на их основе практических умений соблюдения правил здорового образа жизни (смотри таблицу 1).

Таблица 1 – Темы «Окружающего мира», направленные на формирование знаний о здоровье человека

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Тема | Содержание темы | Формируемые практические навыки ЗОЖ | Практические задания |
| Питание и здоровье | Продукты питания, их состав: белки, жиры, углеводы. Витамины и микроэлементы. | Соблюдение режима питания как важного фактора ЗОЖ; отказ от высокоуглеводных продуктов. | 1.Описать свой рацион в течение недели.  2.Посчитать количество калорий в продуктах, согласно информации на этикетке. |
| Физическая активность | Необходимость физических упражнений для поддержания здоровья. Виды спорта и активности. Правила безопасности при занятиях физической активностью. | Соблюдение правил безопасности при занятиях физической активностью. Выполнение разминки и растяжки перед выполнением спортивных упражнений. | 1.Составить расписание физических упражнений на неделю.  2. В течение недели вести дневник физической активности. |
| Гигиена | Правила гигиены и ухода за собой. Необходимость мыть руки, чистить зубы, принимать душ и следить за своей внешностью. | Правильное мытье рук. Чистка зуб по технике, рекомендуемой стоматологами. Подбор зубной щетки. Правила стрижки ногтей на для избегания их врастания. | Создать плакат, на котором будут изображены различные аспекты правильной гигиены, такие как мытье рук, чистка зубов, принятие душа и уход за ногтями. |
| Предупрежде-ние болезней | Заболевания и способы их предотвращения. Меры профилактики заболеваний: прививки, соблюдение гигиены, правильное питание и физическая активность. | Использование средств индивидуальной защиты: правильно надевать и снимать маску, перчатки для предотвращения распространения инфекций. Использование антисептика для дезинфекции рук. Прикрывать рот и нос при кашле или чихании, используя локоть или платок | 1.Разработать информационный буклет о болезнях, болезни, их симптомах и способы предупреждения.  2. Составить список продуктов с большим содержанием витамина С. |
| Экология и здоровье | Взаимосвязь между окружающей средой и здоровьем. Последствия загрязнения воздуха, воды и почвы для здоровья людей. Правила сохранения природы и экологической чистоты. | Сортировка мусора. Экономное использование таких ресурсов, как вода и электроэнергия.  Правила полива растений, удаления сорняков. | 1.Разработать памятку по экономному использованию воды и электроэнергии.  2. Создать буклет, в котором будут описаны различные экологические проблемы, их последствия и способы их решения. |

.

Все эти темы помогают детям понять важность здорового образа жизни и научиться принимать ответственные решения в отношении своего здоровья. УМК «Школа России» ставит перед собой цель формирования навыков здорового образа жизни у детей и помогает им понять, что забота о своем здоровье – это не только личная ответственность, но и обязательство перед обществом.

Формирование знаний о здоровье человека у младших школьников на уроках окружающего мира может быть обеспечено посредством реализации следующих педагогических условий:

1. Создание безопасной и комфортной образовательной среды, чтобы дети чувствовали себя в доброжелательной среде и свободно выражали свои мысли и вопросы о здоровье.

2. Индивидуализация обучения при планировании и проведении уроков. Предоставляйте возможность для самостоятельной работы и исследования, чтобы дети могли изучать тему здоровья в соответствии с их интересами и потребностями.

3. Использование разнообразных методов обучения, чтобы предоставить детям разные способы усвоения информации: игры, эксперименты, групповые и индивидуальные задания, чтение и обсуждение текстов, просмотр видеоматериалов и т.д.

4. Применение интерактивных технологий, таких как интерактивная доска, компьютерные программы и приложения, чтобы сделать уроки более интересными и понятными для детей.

5. Сотрудничество с родителями. Включите родителей в образовательный процесс, проводя родительские собрания, консультации и мероприятия, связанные с темой здоровья. Предоставьте родителям информацию о том, как они могут поддерживать здоровый образ жизни своих детей дома.

6. Постоянное повторение и закрепление материала, изученных на уроках знаний о здоровье. Используйте различные формы повторения, такие как повторение через игры, викторины, тесты и т.д.

7. Взаимосвязь с другими предметами, такими как чтение, русский язык, математика и т.д., что поможет детям лучше понять важность здоровья и его влияние на различные аспекты жизни.

8. Организация практических занятий, которые позволят детям применить полученные знания о здоровье на практике. Например, можно провести уроки по гигиене, приготовлению полезной пищи, физической активности и т.д.

9. Предоставление ученикам обратной связи об их успехах и прогрессе в изучении темы здоровья, чтобы мотивировать их продолжать изучать и соблюдать правила здорового образа жизни.

10. Следите за последними научными открытиями и информацией о здоровье, чтобы обновлять свои знания и передавать актуальную информацию детям [1].

Таким образом, уроки окружающего мира предоставляют множество возможностей для формирования знаний о здоровье у младших школьников. Эти знания помогут им принимать ответственные решения в отношении своего здоровья и соблюдать здоровый образ жизни.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Абдурашитова, Ш. А. Пропаганда здорового образа жизни — одно из главных направлений гигиенического обучения и воспитания населения / Ш. А. Абдурашитова. // Молодой ученый. — 2017. — № 7 (141). — С. 128-131.
2. Горячев, В. А. Здоровье — категория педагогическая / В. А. Горячев // Народное образование, 2019. - №9. - С. 219-231.
3. Казначеев, В.П. Здоровье нации, культура, футурология XXI века. Сборник статей и докладов В.П. Казначеева / Под общей редакцией д.м.н. А.В. Трофимова. Составители Ромм В.В., Чиркова С.В. – Новосибирск: ЗСО МСА, 2016. – С. 46-52.
4. Киселева, К. Г. Сохранение здоровья учащихся как приоритетная задача современного общества / К. Г. Киселева, Л. М. Жиженина. // Педагогика высшей школы. — 2017. — № 4. — С. 74-75.
5. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования второго поколения. – Москва: Просвещение, 2015. – 136 с.

**POSSIBILITIES OF LESSONS IN THE ENVIRONMENT IN FORMING KNOWLEDGE ABOUT HUMAN HEALTH IN JUNIOR SCHOOLCHILDREN**

**Annotation.** This article reveals the concepts of «health» and «healthy lifestyle». Topics on health that are covered as part of the integrated course «The World around us» are listed. The pedagogical conditions for the formation of knowledge about human health among younger schoolchildren in lessons about the surrounding world are outlined.

**Key words:** health, integrated course «The World around us», lesson, junior schoolchild.

**Demish Nadezhda Aleksandrovna**

**Borisyuk Marina Vladimirovna,**

**PhD, Associate Professor;**

**FEDERAL STATE BUDGETARY**

**EDUCATIONAL INSTITUTION OF HIGHER EDUCATION**

**DONETSK STATE UNIVERSITY**

**Institute of Pedagogy**

**Department of Preschool and Primary Teacher Education**