

# Уроки на воздухе как средство формирования здорового образа жизни младших школьников

Авторы: Лебедева Екатерина Евгеньевна, студентка специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах  
Научный руководитель: Савченко Ольга Викторовна,  
ГПОУ ЯО Ростовский педагогический колледж



## АННОТАЦИЯ

Здоровье человека является оптимальным условием его жизнедеятельности. Темы «здоровье», «здоровый образ жизни» должны пронизывать все виды деятельности учащихся начальной школы.

Увеличение хронических заболеваний



Сокращение числа здоровых выпускников школ



Разработка и проведение мероприятий учебно-воспитательного процесса в целях улучшения здоровья учащихся, профилактики заболеваний на уроках и во внеурочное время

## ВВЕДЕНИЕ

Необходимо воспитывать у детей мотивацию здорового образа жизни через понимание здоровья как ведущего показателя, как средства достижения жизненных успехов.

Вопросы формирования и воспитания потребности в здоровом образе жизни детей рассматривали:



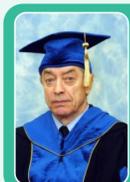
**Амосов Н.М.**

Автор системного подхода к здоровью



**Брехман И.И.**

Создатель валеологии



**Виленский М.Я.**

Доктор педагогических наук

**Объект исследования:** процесс обучения младших школьников.

**Предмет исследования:** формирование здорового образа жизни на уроках в начальной школе.

**Цель:** изучить теоретические основы уроков как средства формирования основ здорового образа жизни младших школьников.

**Задачи:**

1. Изучить сущность и характеристику здорового образа жизни младших школьников.
2. Рассказать о средствах формирования здорового образа жизни младших школьников.
3. Описать уроки на воздухе как средство формирования здорового образа жизни младших школьников.
4. Представить опыт урока математики, проведенного на воздухе, учителем начальных классов Еленой Владимировной Абрамкиной.

## РЕЗУЛЬТАТЫ И ОБСУЖДЕНИЕ

### Примеры уроков на воздухе как средство формирования здорового образа жизни

#### Отель для жуков



В саду возле школы или в сквере попросить детей найти природные материалы: веточки, кору деревьев, сухие листья. Когда дети вернутся со своими сокровищами, время мастерить «отель»: для уюта будущих гостей каждый ученик положит в банку скрученный картон, веточки, мох и сухие листья. Такие новые дома для жуков дети могут разложить во влажных уголках или под деревьями возле школы либо во дворе своего дома.

#### Мини-экспедиция



Нужно отправиться в ближайший парк или лес с ножницами, веревкой и увеличительным стеклом. Дети выбирают участок для исследования и кладут свою веревку на траву. Теперь все начинают исследовать все, что вокруг нитки. Все увиденное следует записать и зарисовать в «дневнике экспедиции».

#### Оркестр природы



Для этого нужно выбрать городской ботанический сад или лес. Попросить детей закрыть глаза и послушать звуки природы в течение 1–2 минут.

Спросить учеников: что они услышали? Откуда были эти звуки? Могут ли они угадать, какой птичке принадлежит этот голос? Предложите детям повторить, симитировать эти звуки по очереди.

## МЕТОДЫ И МАТЕРИАЛЫ

- Анализ научно-методической литературы
- Обобщение
- Наблюдение
- Сравнение



## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Формирование здорового образа жизни педагогами должно рассматриваться не только как отсутствие болезней или физических дефектов, но и как полное физическое, нравственное, психическое и социальное благополучие.

Младший школьный возраст является одним из наиболее ответственных периодов жизни человека в формировании ЗОЖ

**Приобретение навыков и привычек здорового образа жизни – залог успешной социализации личности.**

## КОНТАКТЫ

Выполнила: Лебедева Екатерина Евгеньевна, [imnlebedeva@yandex.ru](mailto:imnlebedeva@yandex.ru)  
Научный руководитель: Савченко Ольга Викторовна, [o-savchenko@mail.ru](mailto:o-savchenko@mail.ru),  
8-962-210-20-88

## БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Устав (Конституция) Всемирной Организации Здравоохранения [Электронный ресурс] URL: <http://apps.who.int/gb/bd/PDF/bd47/RU/constitution-ru> (дата обращения: 20.10.2020).
2. Санитарно-эпидемиологические правила по профилактике коронавирусной инфекции COVID-19 [Электронный ресурс] URL: [https://static-0.minzdrav.gov.ru/system/attachments/attaches/000/050/664/original/Постановление\\_от\\_22.05.2020\\_№15.pdf?1592297970](https://static-0.minzdrav.gov.ru/system/attachments/attaches/000/050/664/original/Постановление_от_22.05.2020_№15.pdf?1592297970) (дата обращения: 20.01.2021)
3. Здоровье учащихся как основа эффективного обучения. Теория сохранения здоровья младших школьников [Электронный ресурс] URL: <https://urok.1sept.ru/articles/537780> (дата обращения: 3.11.2020)
4. Методики формирования здорового образа жизни [Электронный ресурс] URL: <https://infourok.ru/metodiki-formirovaniya-zdorovogo-obraza-zhizni-1625387.html> (дата обращения: 27.12.2020)
5. Определение «здоровый образ жизни» [Электронный ресурс] URL: [https://ru.wikipedia.org/wiki/Здоровый\\_образ\\_жизни](https://ru.wikipedia.org/wiki/Здоровый_образ_жизни) (дата обращения: 28.10.2020)
6. Определение здоровья [Электронный ресурс] URL: <http://www.neznaniya.net/medicina/patofiziologija/4040-ponimanie-bolezni-otechestvennyimi-uchenymi.html> (дата обращения: 28.10.2020)
7. Определение образа жизни [Электронный ресурс] URL: <https://www.booksite.ru/fulltext/1/001/008/083/208.htm> (дата обращения: 13.11.2020)
8. Практические занятия по формированию знаний о ЗОЖ [Электронный ресурс] URL: <https://infourok.ru/prakticheskie-zanyatiya-po-formirovaniyu-znaniy-o-zozh-2427920.html> (дата обращения: 3.01.2021)