

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ им. В. П. Астафьева»
(КГПУ им. В. П. Астафьева)

Факультет начальных классов

Кафедра теории и методики начального образования

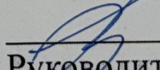
Огородникова Анастасия Евгеньевна

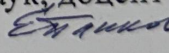
ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**ПРОГРАММА ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ
ХРОНИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ НА
УРОКАХ ПО ПРЕДМЕТУ «ОКРУЖАЮЩИЙ МИР»**

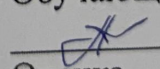
Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование,
направленность (профиль) образовательной программы
Начальное образование

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ
Зав. кафедрой кандидат
педагогических наук, доцент
Басалаева М.В.

 подпись « » 2026 г.
Руководитель кандидат

биологических наук, доцент
Панкова Е.С. 

Дата защиты «10» 06 2026 г.
Обучающийся Огородникова А.Е.

 подпись «08» 06 2026 г.
Оценка отлично

Красноярск
2026

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ ХРОНИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ.....	6
1.1 Педагогическая профилактика хронических заболеваний как социально- педагогическая проблема.....	6
1.2 Особенности расширения знаний младших школьников о хронических заболеваниях.....	15
1.3 Способы педагогической профилактики хронических заболеваний в образовательной практике начальной школы.....	25
Выводы по главе 1.....	34
ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ УРОВНЯ ОСВЕДОМЛЕННОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ О ХРОНИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ.....	35
2.1 Методика выявления актуального состояния знаний младших школьников о хронических заболеваниях.....	35
2.2 Результаты констатирующего эксперимента и их обсуждение.....	39
2.3 Программа педагогической профилактики хронических заболеваний младших школьников.....	55
Выводы по главе 2.....	63
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	66
БИБЛИОГРАФИЯ.....	70
ПРИЛОЖЕНИЯ	78

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. В условиях ускорения современного темпа жизни основная психическая и физическая нагрузка ложится именно на детское поколение. Неблагоприятные факторы, такие как ухудшение экологии, малоподвижный образ жизни и гиподинамия, неправильное питание, стрессы, несвоевременная и некачественная медицинская помощь, привели к тому, что за последние десятилетия статистика указывает на устойчивый рост числа детей младшего школьного возраста с хроническими заболеваниями.

Ситуация обостряется тем, что именно в начальной школе у детей формируются основы отношения к собственному здоровью, закладываются привычки, влияющие на образ жизни и профилактику заболеваний. Также в этот период развития дети проходят важный этап социализации, в результате которого активно усваивают нормы поведения, в том числе и связанные со здоровьем.

В создавшихся условиях актуальным становится внедрение уже на этапе начального обучения педагогических программ, которые направлены на профилактику хронических заболеваний, формирование здорового образа жизни и развитие у детей навыков саморегуляции здоровья в условиях учебного процесса.

Педагогическая профилактика способствует просвещению детей младшего школьного возраста о хронических заболеваниях. В итоге это помогает развивать ответственное отношение к собственному здоровью, развивает эмоциональный интеллект, а также поддерживает психологический комфорт в школьном коллективе. Образование и открытый диалог с детьми – ключ к созданию безопасной, психологически комфортной инклюзивной среды.

Таким образом, вышесказанное обуславливает актуальность выбранной *темы исследования:* «Программа педагогической профилактики хронических заболеваний младших школьников на уроках по предмету «Окружающий

мир».

Противоречие исследования: с одной стороны, существует острая необходимость проведения профилактики хронических заболеваний у младших школьников в условиях интенсивного учебного процесса, с другой ощущается нехватка системных, научно обоснованных педагогических программ, интегрированных в образовательный процесс.

Противоречие обусловило *проблему исследования:* каким образом необходимо разработать программу педагогической профилактики хронических заболеваний у младших школьников с целью повышения осведомленности младших школьников о хронических заболеваниях?

Объект исследования: процесс педагогической профилактики хронических заболеваний младших школьников в учебном процессе.

Предмет исследования: актуальное состояние осведомленности младших школьников о хронических заболеваниях и условия его изменения.

Цель исследования: выявить актуальное состояние осведомленности младших школьников о хронических заболеваниях и разработать программу педагогической профилактики хронических заболеваний младших школьников, интегрированную в учебный процесс.

Задачи исследования:

1. Анализ научной литературы по проблеме педагогической профилактики хронических заболеваний у младших школьников.
2. Теоретическое описание процесса педагогической профилактики хронических заболеваний младших школьников в учебном процессе.
3. Теоретическое описание особенностей расширения знаний младших школьников о хронических заболеваниях.
4. Определение критериев и уровней знаний младших школьников о хронических заболеваниях.
5. Подбор методик, позволяющих выявить уровни состояния знаний младших школьников о хронических заболеваниях.
6. Разработка диагностической программы исследования.

7. Проведение констатирующего среза.
8. Анализ результатов.
9. Определение и описание условий, которые позволят улучшить ситуацию.
10. Разработка программы педагогической профилактики хронических заболеваний младших школьников.

Гипотеза исследования: актуальное состояние осведомленности младших школьников о хронических заболеваниях определяется объемом знаний обучающихся о заболеваниях лор-органов, опорно-двигательного аппарата, аллергии (их причинах, признаках и способах профилактики), находится преимущественно на низком уровне.

Методы исследования:

- теоретические методы: анализ научной литературы по теме исследования, синтез, анализ, сравнение;
- эмпирические методы: диагностика, анкетирование, опрос, эксперимент;
- качественный и количественный анализ полученных результатов исследования.

База исследования: Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №1» города Бородино.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ ХРОНИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

1.1 Педагогическая профилактика хронических заболеваний как социально-педагогическая проблема

Трансформация образа жизни посредством снижения физической активности и одновременном росте психоэмоциональных нагрузок, а также влияние цифровой среды привело к росту распространенности хронических заболеваний среди детей всех возрастных групп, в том числе и младших школьников.

К хроническим заболеваниям у младших школьников относятся длительно протекающие заболевания, характеризующиеся продолжительным течением и необходимостью постоянного медицинского наблюдения и коррекции образа жизни. К ним можно отнести заболевания органов дыхания, пищеварительной системы, эндокринные нарушения, заболевания опорно-двигательного аппарата, а также аллергические и некоторые другие состояния.

Хронические заболевания обладают специфической особенностью, которая проявляется в продолжительном течении и периодами обострения. Они требуют от ребенка и его окружения соблюдения регулярного контроля состояния здоровья, с точным выполнением рекомендаций специалистов. В связи с этим важную роль играет формирование у ребенка элементарных навыков самоконтроля, соблюдения режима дня, гигиенических норм и здорового образа жизни. Немаловажным аспектом является эмоциональное состояние младшего школьника, которое оказывает прямое воздействие на его социальное развитие в коллективе сверстников.

В связи с этим важно отметить, что значительным потенциалом в решении данной проблемы современного общества обладает педагогическая профилактика хронических заболеваний.

Педагогическая профилактика хронических заболеваний представляет собой систему образовательных и воспитательных мероприятий, которые нацелены на формирование у обучающихся культуры здорового образа жизни и ценности здоровья, ответственного отношения к состоянию собственного здоровья, а также поведенческих паттернов и установок, направленных на снижение факторов риска развития хронических заболеваний.

Обращаясь к научной литературе, можно отметить, что вопрос педагогической профилактики хронических заболеваний у детей младшего школьного возраста исследуется, как междисциплинарная и социально значимая проблема.

Формирование и сохранение здоровья нации является сложным многофакторным процессом, ответственное управление которым лежит в компетенции не только здравоохранения, но и педагогики, социальной политики, экономики и экологии. И важную роль в предупреждении данной проблемы отводят педагогической профилактике [37, с. 2].

Заслуживает внимания взгляд Пенина Г.Н., который рассматривает профилактику, как часть системы специальной педагогики. Основные идеи педагогической профилактики предполагают:

- обеспечение междисциплинарного подхода посредством взаимодействия педагогов, медицинских специалистов и семьи;
- создание специальных условий обучения;
- ранняя профилактика [28].

Таким образом, можно отметить, что педагогическая профилактика хронических заболеваний должна носить комплексный и междисциплинарный характер.

Орехова Т.Ф. в монографическом исследовании подчеркивает системный характер педагогической профилактики хронических заболеваний, как проблемы. Основные положения мнения автора следующие:

- профилактика – это цель педагогического процесса;

- профилактика реализуется через создание условий: организацию безопасной и здоровьесберегающей образовательной среды, обеспечение рациональной учебной нагрузки, соблюдение режима дня и двигательной активности;

- профилактика должна формировать здоровые паттерны поведения и внутреннюю мотивацию к сохранению здоровья;

- эффективная профилактика возможна при целостности педагогического процесса, согласованности действий педагогов и семьи, непрерывности воздействия [25].

Таким образом, автор убежден, что педагогическая профилактика – это длительный системный процесс.

Научный интерес представляют взгляды Васильевой О.Ю., Борисенкова В.П., Левицкого М.Л., которые в монографическом исследовании рассматривают профилактику в контексте ценностно-ориентированного развития образования. Под педагогической профилактикой авторы понимают системное формирование у обучающихся ценностного отношения к здоровью и личности, направленное на предупреждение социальных и личностных рисков. Обращают на себя внимание следующие тезисы анализируемого монографического исследования:

- профилактика как ценностная ориентация образования, которая направлена на формирование у личности ценности здоровья;

- профилактика реализуется через воспитание и социализацию с целью предупреждения проблем (в том числе связанных со здоровьем и поведением) и формирования культуры здоровья;

- профилактика как часть гуманистической образовательной среды;

- профилактика должна носить системный характер [6].

Какабаева О.С., Графова В.А., Аманмаммедова С.А. в коллективном исследовании приходят к выводу, что современные тенденции в состоянии

здоровья детей свидетельствуют о необходимости смещения акцента с лечения на раннюю профилактику, реализуемую, в том числе, в системе образования. Авторы убеждены, что образовательная организация становится ключевым пространством, где формируются основы здорового образа жизни и здоровые модели поведения с целью предупреждения хронических заболеваний, начиная с младшего школьного возраста [16].

Данная мысль прослеживается также и в коллективном труде Гончар Н. О., Авдеевой М. В. и Щегловой Л. В., где профилактика рассматривается как система мер, направленных на раннее выявление и предупреждение факторов риска развития хронических заболеваний у детей. Интерес представляют следующие ключевые идеи авторов:

- профилактика должна способствовать раннему выявлению и предупреждению рисков и их минимизации. Важно отметить, что к спусковым механизмам факторов риска авторы относят стресс, неправильное питание и гиподинамию;

- профилактика обладает междисциплинарным характером и требует комплексного подхода с применением медицинского наблюдения и диагностики, педагогических и социальных мер.

- школа – это среда, где формируются поведенческие привычки, проявляются и закрепляются факторы риска, а также где возможно их раннее предупреждение [11].

Таким образом, основной идеей у авторов является уже не лечение сформировавшегося хронического заболевания, а предупреждение его возникновения.

Панкова Е.С. рассматривает педагогическую профилактику хронических заболеваний как системную часть формирования культуры здорового и безопасного образа жизни у обучающихся. Автор в своем труде опирается на следующие ключевые положения:

- профилактика через образование и воспитание. Автор убежден, что предупреждение хронических заболеваний должно начинаться не в

медицине, а в педагогике посредством: формирования знаний о здоровье и факторах риска; развития ценностного отношения к своему здоровью; воспитания ответственности за собственный образ жизни;

- формирование устойчивых здоровых привычек;
- ранняя профилактика;
- создание здоровьесберегающей среды [26].

Важно отметить, что Панкова Е.С. утверждает, что педагогическая профилактика должна носить комплексный подход, и рассматривается как междисциплинарная задача педагогики, психологии и медицины.

Вершинина Н. А. и Привалов К. А. рассматривают профилактику как составную часть процесса формирования культуры здоровья младших школьников, подчеркивая ее направленность на развитие ценностного отношения к здоровью, формирование навыков здорового образа жизни и реализацию педагогических условий в образовательной среде [8].

Кучма В.Р., Рапопорт И.К. в научном исследовании пришли к выводу, что состояние здоровья школьников формируется под влиянием комплекса факторов, включающих образовательную нагрузку, образ жизни и условия социальной среды, что обуславливает необходимость профилактических мероприятий в образовательных организациях уже на начальной ступени образования [40].

Меликов Д.А. отмечает, что педагогическая профилактика предполагает условия формирования здоровьесберегающей образовательной среды. По мнению автора, эффективная профилактика хронических заболеваний возможна не через отдельно реализуемые мероприятия, а посредством создания комплекса организационных, педагогических и гигиенических условий [22].

Аналогичного мнения придерживается и Макушкина Ю. И., отводя в рамках педагогической профилактике значительную роль здоровьесберегающим технологиям, начиная с начальной школы. Автор указывает, что рациональная организация учебной нагрузки, создание

благоприятного психологического климата и использование педагогических приемов снижения утомляемости являются важными средствами профилактики функциональных нарушений, способных перейти в хронические формы [20].

Сонькин В.Д. также убежден, что педагогическая профилактика возможна только при условии системного внедрения здоровьесберегающих технологий, направленных на предупреждение факторов риска и формирование у детей устойчивых поведенческих установок, способствующих сохранению здоровья.

Интересен взгляд на исследуемую проблему Чедова К.В., который в монографии рассматривает проблему педагогической профилактики в контексте кластерного взаимодействия социальных институтов. Ключевые идеи сводятся к следующему:

1) профилактика представляет собой результат интегрированного взаимодействия институтов: школы, семьи, медицинских учреждений, социальных и культурных институтов. Более того, действия этих институтов должны быть скоординированы и согласованы;

2) профилактика должна способствовать формированию и развитию культуры здоровья и осознания его ценности;

3) ключевым пространством для профилактики является школа, начиная с начального звена [42].

Таким образом, можно отметить, что согласно Чедова К.В. педагогическая профилактика носит межинституциональный кластерный характер, основным пространством которой выступает школа.

Анализ научной литературы позволил сформулировать следующие выводы:

1) большинство авторов рассматривают педагогическую профилактику как системную деятельность, которая носит междисциплинарный характер.

2) ключевой акцент в педагогической профилактике смещается на раннее предупреждение рисков.

3) важнейшим условием педагогической профилактики является школа, как образовательное пространство.

Для более глубокого понимания проблемы педагогической профилактики систематизируем проанализированные источники в сводную таблицу сравнительного анализа научных подходов к вопросу педагогической профилактики у различных исследователей в таблице 1.

Таблица 1 – Подходы к педагогической профилактике хронических заболеваний в научной литературе (составлено автором)

Наименование подхода	Сущность подхода	Авторы
Медико-биологический подход	Профилактика как предупреждение заболеваний через воздействие на факторы риска и состояние организма	Пенин Г.Н., Сонькин В.Д., Кучма В.Р., Рапопорт И.К., Гончар Н.А.
Педагогический (здоровьесберегающий) подход	Профилактика через организацию образовательного процесса посредством здоровьесберегающей среды	Панкова Е.С., Меликов Д.А., Макушкина Ю.И.
Ценностно-ориентационный (гуманистический) подход	Профилактика через формирование ценностей и установок на ценность и сохранность здоровья	Васильева О.Ю., Борисенков В.П., Левицкий М.Л.
Социально-педагогический подход	Профилактика как результат влияния социальной среды, школа как институт профилактики	Какабаева О.С., Графова В.А., Аманмаммедова С.А.
Межинституциональный кластерный подход	Профилактика через взаимодействие различных институтов. Кластер: школа, семья, медицина, социальная сфера.	Чедов К.В.
Культурологический подход	Профилактика через формирование культуры здоровья и соответствующих паттернов поведения.	Панкова Е.С., Вершинина Н.А., Привалов К.А.

Итак, можно отметить, что систематизированные научные подходы объединены единой идеей о том, что педагогическая профилактика хронических заболеваний носит междисциплинарный и системный характер, объединяя медико-биологические, педагогические, социальные и ценностные аспекты. Ведущими направлениями являются формирование здорового образа жизни, создание здоровьесберегающей образовательной среды, а

также развитие культуры здоровья личности обучающегося.

Обобщение научной литературы по исследуемой теме дают основание выделить общую для всех подходов цель педагогической профилактики хронических заболеваний: формирование у младших школьников осознанного отношения к сохранению и укреплению здоровья, а также предупреждение факторов, способствующих развитию хронических заболеваний.

Данная цель может быть детализирована следующим образом:

1) Образовательная цель педагогической профилактики хронических заболеваний:

- формирование у младших школьников элементарных знаний о хронических заболеваниях, их причинах и способах предупреждения;
- расширение представлений о здоровом образе жизни.

2) Воспитательная цель педагогической профилактики хронических заболеваний:

- формирование ценностного, осознанного и ответственного отношения к собственному здоровью;
- воспитание установки на здоровый образ жизни.

3) Развивающая цель педагогической профилактики хронических заболеваний:

- развитие навыков самоконтроля и саморегуляции (режим дня, питание, физическая активность);
- формирование умений принимать простые решения в пользу сохранения здоровья.

4) Поведенческая цель педагогической профилактики хронических заболеваний:

- предупреждение формирования вредных привычек;
- закрепление полезных паттернов поведения.

5) Социальная цель педагогической профилактики хронических заболеваний: развитие навыков безопасного и здорового взаимодействия с

окружающими.

Таким образом, можно прийти к выводу, что рассмотренные цели педагогической профилактики хронических заболеваний направлены на комплексное воздействие на когнитивную, ценностную и поведенческую сферы личности младшего школьника, обеспечивая формирование основ здоровьесберегающего поведения.

Итак, педагогическая профилактика хронических заболеваний в начальной школе представляет собой системную деятельность, основанную на современных научных подходах, ориентированных на формирование здоровьесберегающей образовательной среды, культуры здоровья и предупреждение факторов риска развития хронических заболеваний.

В заключении раздела можно сформулировать следующие выводы:

– педагогическая профилактика представляет собой систему образовательных и воспитательных мероприятий, которые нацелены на формирование у обучающихся культуры здорового образа жизни и ценности здоровья, ответственного отношения к состоянию собственного здоровья, а также поведенческих паттернов и установок, направленных на снижение факторов риска развития хронических заболеваний.

– педагогическая профилактика хронических заболеваний как социально-педагогическая проблема обусловлена комплексным влиянием образовательной, социальной, культурной и семейной среды.

– педагогическая профилактика хронических заболеваний как социально-педагогическая проблема требует решения посредством системного, междисциплинарного подхода, направленного на формирование культуры здоровья, ценностного отношения к здоровью и предупреждение факторов риска на ранних этапах развития личности.

– педагогическая профилактика хронических заболеваний занимает системообразующее место в образовательном процессе, пронизывая его содержание, формы и организацию, направлена на формирование у младших школьников основ здоровьесберегающего поведения.

1.2 Особенности расширения знаний младших школьников о хронических заболеваниях

Эффективная реализация процесса расширения знаний младших школьников о хронических заболеваниях происходит с соблюдением различных условий, особенностей и требований к обучению младших школьников.

Определяющим аспектом при организации процесса работы с младшими школьниками является учет их возрастных особенностей.

Главной особенностью данного возрастного этапа является переход к систематическому обучению и формирование учебной деятельности как ведущей форме деятельности [10, с. 81]. Для младших школьников характерны следующие возрастные особенности:

- ребенок переходит к более осознанному обучению, а не через игру;
- развивается произвольное внимание и память;
- формируются навыки чтения, письма и счета;
- появляется внутренняя мотивация, значимость приобретает успехи в школе.

Особое внимание стоит уделить особенностям развития памяти в младшем школьном возрасте:

- 1) у детей 6-11 лет идет активное развитие механической памяти на логически связанные единицы информации;
- 2) постепенный переход и начальный уровень преобладания словесно-логического мышления над наглядно-образным и элементарным образным мышлением [32, с. 262].

Данные особенности младшего школьного возраста делают его сензитивным периодом для развития интеллекта ребенка и усвоения информации.

Для более глубокого анализа возрастных особенностей младших школьников обратимся к научной литературе.

Выготский Л.С. определяет, что младший школьный возраст является сензитивным периодом формирования учебной деятельности и базовых когнитивных структур личности. В этот период происходит качественная перестройка психических процессов, связанная с переходом от произвольных форм регуляции к произвольным формам регуляции.

Ключевым тезисом теории психического развития Выготского Л.С. является тот факт, что обучение младшего школьника должно опираться на зону его ближайшего развития [33, с. 15].

В связи с этим, процесс усвоения знаний о хронических заболеваниях должен рассматриваться с точки зрения интериоризации социального опыта, когда ребенок не просто узнает о хроническом заболевании, но и перенимает способы ее профилактики, делает ее частью своего мышления и поведения. Это предполагает необходимость организации педагогического воздействия, обеспечивающего переход от внешних форм деятельности к внутренним, учитывая, что младшие школьники не способны к полноценному усвоению абстрактной медицинской информации без опоры на наглядность и конкретные примеры.

Леонтьев А.Н. в рамках деятельностного подхода определяет психическое развитие структурой ведущей деятельностью, то есть учебной деятельностью. Учебная деятельность в младшем школьном возрасте формирует познавательные мотивы, однако они носят преимущественно внешний характер [36, с. 48].

Исходя из этого, можно отметить, что содержание обучения младших школьников о хронических заболеваниях должно быть связано с практическим опытом ребенка и иметь личностный смысл.

Эльконин Д.Б. и Давыдов В.В. в своих работах подчеркивают, что в младшем школьном возрасте ребенок осваивает так называемую предметную действительность, то есть знания, закрепленные в предметных курсах, но которые выходят за пределы его личного непосредственного опыта. Младший школьный возраст – есть возраст вхождения в учебную

деятельность, овладения ее структурными компонентами [21, с. 106].

На основании вышесказанного можно отметить, что усвоение знаний о здоровье эффективно только при включении младшего школьника в активную деятельность (обсуждение, моделирование, анализ ситуаций). Знания о хронических заболеваниях нужно подавать таким образом, чтобы усваивались не только факты, а и элементарное понимание причинно-следственных связей.

Матюшкин А.М., Калмыкова З.И. определяют младший школьный возраст, как период активного формирования продуктивного мышления. Мыслительная деятельность детей данного возрастного периода при решении сложных задач подражательна, инертна и неустойчива. Однако активная мыслительная деятельность предполагает огромный потенциал развития продуктивного мышления, которое обеспечивает самостоятельное решение новых для них проблем, «глубокое усвоение знаний, быстрый темп овладения ими, широту их переноса в относительно новые условия, т.е. успешность выполнения учебной деятельности» [1, с. 26].

В связи с вышесказанным, можно отметить, что педагогическая работа должна строиться на использовании наглядных и жизненно близких примеров, моделировании правильных форм поведения и систематическом объяснении причинно-следственных связей, лежащих в основе соблюдения лечебно-профилактических рекомендаций. Особое значение имеет включение учащихся в активное обсуждение и решение практических ситуаций, что способствует развитию продуктивного мышления и повышает осознанность усваиваемых знаний. Важно в процессе расширения знаний о хронических заболеваниях обеспечивать интериоризацию социального опыта, в результате чего знания о хроническом заболевании становятся внутренне принятыми и регулируют поведение младшего школьника в различных жизненных условиях.

Запорожец А.В. отводит ключевую роль в развитии ведущей деятельности, на основе которой и происходит усвоение социального опыта

[44, с. 155]. В младшем школьном возрасте такой деятельностью является учебная, что определяет специфику формирования представлений о различных сторонах действительности, в том числе о здоровье и хронических заболеваниях. Именно в процессе учебной деятельности младшие школьники усваивают знания о причинах, проявлениях и способах контроля хронических заболеваний, а также нормы и правила, регулирующие поведение в ситуации болезни. При этом усвоение данных знаний носит социально обусловленный характер, поскольку опирается на опыт, транслируемый взрослыми (педагогами, родителями, медицинскими работниками). Таким образом, учебная деятельность выступает основным механизмом интериоризации социального опыта, связанного с пониманием и принятием хронического заболевания, что оказывает влияние на формирование ответственного отношения ребенка к собственному здоровью.

Травина С.А. убеждена, что младшим школьникам не свойственно абстрагирование, поэтому он воспринимает информацию эмоционально [31, с. 56].

Поэтому, при расширении знаний младших школьников о хронических заболеваниях важно использовать доступные, яркие жизненные примеры, которые вызывают интерес и понимание. Это, в итоге, будет способствовать формированию более осознанного отношения к собственному здоровью.

Божович Л.И. ведущей особенностью младшего школьного возраста выделяет мотивацию. «В возрасте от 6–7 до 10–11 лет мотивационная сфера ребенка характеризуется постепенным переходом от аморфной одноуровневой системы его побуждений к иерархическому построению системы мотивов. Наблюдается тенденция к формированию сознательного и волевого регулирования ребенком своего поведения» [12, с. 248].

Исходя из этого, можно заключить, что в младшем школьном возрасте мотивационная сфера ребенка находится в стадии формирования и характеризуется переходом от ситуативных, непосредственно действующих побуждений к более иерархически организованной системе мотивов. Данная

особенность существенно влияет на процесс усвоения и реализации знаний о хронических заболеваниях. Это обосновывает необходимость целенаправленного формирования у младших школьников мотивации к сохранению здоровья.

Таким образом, эффективность формирования знаний младших школьников о хронических заболеваниях обеспечивается соблюдением возрастных закономерностей развития.

На основе научных взглядов различных авторов, систематизируем особенности младшего школьного возраста в таблицу 2.

Таблица 2 – Взаимосвязь возрастных особенностей младших школьников и расширения знаний о хронических заболеваниях (составлено автором)

Возрастные особенности младших школьников	Особенности расширения знаний о хронических заболеваниях
Конкретность мышления	Ребенок понимает болезнь через конкретные примеры, а не абстрактные понятия. Целесообразно использовать наглядные примеры из жизни.
Подражательность	Усвоение знаний происходит через копирование поведения взрослых. Целесообразно показывать правильные модели поведения.
Слабый уровень осознанности	Целесообразно объяснять причинно-следственные связи.
Негибкость мышления	Ребенок испытывает трудности в переносе знаний в новую ситуацию. Целесообразно анализировать жизненные примеры, учить применять новые знания в реальной жизни.
Мыслительная активность	Ребенок задает вопросы, пробует самостоятельно решать проблемы. Целесообразно поощрять дискуссии.
Формирование продуктивного мышления	У ребенка постепенно появляется способность понимать и применять знания. Целесообразно давать проблемные задания.
Формирование навыков саморегуляции	Ребенок учиться контролировать свое поведение. Целесообразно закреплять здоровые паттерны поведения.
Мотивация	Ребенок часто демонстрирует сиюминутное поведение, основанное на непосредственных мотивах, усвоенные знания не всегда реализуются на практике. Целесообразно формировать внутренние мотивы через объяснение значимости, стимулировать постепенный переход от внешнего контроля к самостоятельной ответственности за здоровье.

Таким образом, можно отметить, что расширение знаний о хронических заболеваний у младших школьников должно основываться на том, что особенности мышления младших школьников определяют, что знания о хронических заболеваниях сначала носят конкретный и подражательный характер, а затем постепенно становятся более осознанными и самостоятельными.

Расширение знаний о хронических заболеваниях у младших школьников в рамках эффективной педагогической профилактики хронических заболеваний возможно только при соблюдении ряда принципов:

1) Принцип научности и доступности, который подразумевает одновременную подачу научно обоснованной информации, но с учетом возрастных особенностей младших школьников.

2) Принцип наглядности, который учитывает слабый уровень развития абстрактного мышления с преобладанием конкретно-образного мышления.

3) Принцип системности и последовательности.

4) Принцип активности и вовлеченности учащихся.

5) Принцип взаимосвязи с реальными условиями жизнедеятельности, в рамках которого подача материала должна быть связана с повседневной деятельностью ребенка и его реальным опытом.

6) Принцип сотрудничества.

7) Принцип индивидуального подхода [3].

Таким образом, рассмотренные принципы направлены на формирование у младших школьников не только системы знаний, но и устойчивых установок и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья.

Далее рассмотрим педагогические условия эффективного расширения знаний у младших школьников о хронических заболеваниях:

1) Учет возрастных особенностей мышления и восприятия.

Данное педагогическое условие реализуется посредством использования в процессе подачи информации наглядных, конкретных

примеров и ситуаций. Использование проблемных заданий дают возможность развивать продуктивное мышление. Важно разделять подаваемую информацию на короткие, легко усваиваемые блоки и части.

2) Организация ведущей деятельности.

В ходе анализа научной литературы было выявлено, что ведущей деятельностью в младшем школьном возрасте является учебная деятельность. Именно через учебную деятельность происходит освоение социального опыта.

Важно в процессе подачи информации использовать практические задания и проектную деятельность, которая связана со здоровьем и формированием здоровых паттернов поведения. Правила и нормы поведения при хронических заболеваниях нужно систематически повторять, а также помочь детям сделать их привычкой и внутренним ориентиром.

3) Формирование мотивации.

Учитывая тот факт, что младший школьник учится действовать не только по сиюминутному желанию, необходимо организовать работу, основанную на взаимосвязи правил и личным опытом ребенка. К примеру, необходимость физических упражнений дадут возможность развитию красивой фигуры и осанки и т.д. также поддержка ребенка должна включать похвалу, поощрение и обратную связь. Эти действия будут способствовать укреплению мотивации к заботе о собственном здоровье.

4) Использование социального опыта

Ранее обозначено, что младшим школьникам свойственно учиться на опыте социально-значимых для них взрослых – родителей, учителей, в некоторых случаях даже сверстников. Поэтому важно транслировать, прежде всего, самому этот положительный опыт в отношении здорового поведения. Также полезно обсуждать реальные ситуации или разыгрывать модели проявления хронических заболеваний, чтобы в случае их происшествя, ребенок был способен адекватно среагировать и принять все необходимые меры по взятию ситуации под контроль.

5) Регуляция учебной и практической деятельности.

Учитывая тот факт, что на данном возрастном этапе дети начинают проявлять больше самостоятельности, целесообразно постепенно вводить самостоятельные задания, однако при одновременном контроле и корректировании действия детей. Это поможет ребенку развить навыки самоконтроля и умение регулировать свое поведение. Для закрепления знаний нужно повторять и практиковать материал до устойчивого его усвоения ребенком.

6) Эмоциональная поддержка и создание безопасной среды.

Нужно создавать дружелюбную и доверительную атмосферу, где ребенок может спокойно говорить о болезни и самочувствии. Важно поддерживать инициативу ребенка и помогать ему не бояться болезни, не тревожиться по поводу болезни. Также полезно развивать у ребенка эмпатию и понимание собственного здоровья и здоровья других.

7) Интеграция знаний в повседневную практику.

Данное педагогическое условие является важнейшим условием закрепления знаний о хронических заболеваниях у младших школьников.

Полученные знания должны быть использованы на практике. Нужно стимулировать детей использовать то, что они узнали о хронических заболеваниях, в реальной жизни: дома, в школе и на улице. Например, правильно принимать лекарства, следить за своим самочувствием, соблюдать рекомендации врача. Это помогает понять, что знания не только для урока, но и для повседневной жизни.

Полученные знания должны способствовать формированию здорового поведения. Нужно стимулировать детей основывать свои повседневные привычки на полученных знаниях. Например, соблюдать режим дня, не есть много сладкого и выпечки, следить за осанкой при письме, соблюдать гигиену зрения и т.д.

Таким образом, можно отметить, что рассмотренные педагогические условия будут способствовать развитию осознанного применения

полученных знаний о хронических заболеваниях в повседневной жизни, во встраивании их в собственные привычки. Это формирует ответственность за собственное здоровье и самоконтроль.

Наряду с вышеописанными педагогическими условиями, необходимо обозначить и риски при организации расширения знаний у младших школьников о хронических заболеваниях.

Главным риском в силу специфики и сложности темы хронических заболеваний является перегрузка информацией.

Ввиду того, что младшие школьники имеют ограниченные возможности для восприятия и обработки информации, то большой объем сведений о хроническом заболевании за один раз может привести к:

- усталости и потере концентрации;
- повышенной тревожности и страху относительно болезни;
- фрагментарному усвоению знаний, когда ребенок запоминает только отдельные факты, не составляя общую картину;
- снижению интереса к обучению и отказу от участия в обсуждениях.

Чтобы избежать вышеуказанных последствий, педагог должен:

1) Давать информацию постепенно, маленькими блоками, с постепенным усложнением материала.

2) Использовать наглядные средства: схемы, картинки, ролевые игры, практические задания.

3) Повторять и закреплять ключевые знания через практику и обсуждение.

4) Поддерживать эмоциональный комфорт: поощрять вопросы, не наказывать за ошибки, объяснять важность знаний спокойно.

5) Связывать материал с опытом ребенка: показывать, как знания помогают в жизни и делают ее безопаснее и удобнее.

6) Ни в коем случае не запугивать ребенка.

В заключении параграфа можно сформулировать следующий вывод:

– исследованы возрастные особенности младших школьников, принципы и педагогические условия, которые будут способствовать расширению у младших школьников знаний о хронических заболеваниях;

– расширение знаний младших школьников о хронических заболеваниях требует комплексного подхода, сочетающего доступность содержания, наглядность, эмоционально-воспитательную направленность и практическую ориентированность обучения. Это обеспечивает не только усвоение базовых представлений о здоровье, но и формирование гуманного отношения к окружающим людям и ответственного отношения к собственному состоянию здоровья.

1.3 Способы педагогической профилактики хронических заболеваний в образовательной практике начальной школы

Педагогическая профилактика хронических заболеваний в системе образовательных и воспитательных мероприятий направлена на формирование знаний, навыков и привычек, способствующих сохранению и укреплению здоровья детей. Особую значимость педагогическая профилактика имеет для младших школьников.

Педагогическая профилактика хронических заболеваний в образовательном процессе начальной школы может быть реализована различными способами:

- 1) Профилактика через учебную деятельность.
- 2) Профилактика через внеурочную деятельность.
- 3) Профилактика через игровую деятельность.
- 4) Психолого-педагогическая поддержка.
- 5) Использование современных педагогических технологий [46].

Рассмотрим каждый способ более детально.

Педагогическая профилактика хронических заболеваний у младших школьников через учебную деятельность является основным и длительным

процессом, требующим последовательного педагогического труда на уроках.

Рассмотрим, каким образом, педагогическая профилактика хронических заболеваний может быть реализована в учебной деятельности младших школьников на рисунке 1.

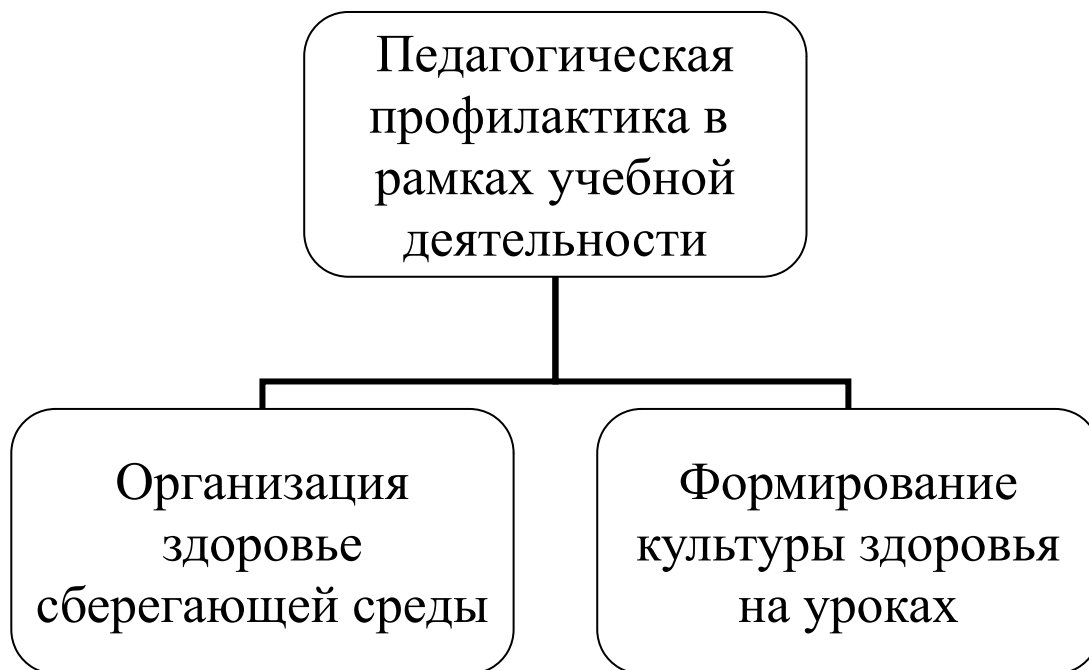


Рисунок 1. Направления педагогической профилактики хронических заболеваний у младших школьников в рамках учебной деятельности (составлено автором по материалам [27, с. 55])

Рассмотрим каждое направление более подробно.

Организация здоровьесберегающей среды в начальной школе предполагает следующее:

1) Соблюдение санитарно-гигиенических норм в процессе урока. Этот предполагает организацию учебного пространства таким образом, чтобы были соблюдены требования к естественному и искусственному освещению, температурному режиму и вентиляции, шуму и чистоте воздуха. Соблюдение норм способствует повышению работоспособности и снижает риск обострения хронических заболеваний у младших школьников.

2) Рациональная организация рабочего места. Это предполагает контроль посадки детей: положения спины, расстояния до тетради и до

доски, положение рук при письме и т.д. Также важно контролировать соответствие мебели уровню физического развития младших школьников.

3) Чередование видов учебной деятельности предполагает целенаправленная смена применения слушания, письма, чтения, устных ответов, работы в парах и группах и т.д.

4) Включение в структуру урока физкультминуток или динамических пауз.

5) Регуляция учебной нагрузки [5].

Формирование культуры здоровья на уроках является основным направлением педагогической профилактики хронических заболеваний младших школьников в рамках учебной деятельности. Предполагает следующее:

1) Интеграция темы о хронических заболеваниях в предметное содержание программы обучения в начальной школе.

Знакомство с органами и системами органов человеческого организма частично рассматривается по предметной области «Окружающий мир». Однако важно включать в предметную область «Окружающий мир» конкретные знания о том или ином хроническом заболевании (заболевания дыхательных путей, органов пищеварения, диабет, аллергия, заболевания органов зрения и т.д.).

Более того, важно в ходе изучения предмета донести до ребят не только основные понятия и причины данного хронического заболевания, а и способы их профилактики и методы оказания первой медицинской помощи однокласснику, страдающему тем или иным хроническим недугом до прихода специалистов. Это возможно реализовать в предметной области «Основы безопасности и жизнедеятельности».

Интересно интегрировать темы о хронических заболеваниях в предметную область «Литературное чтение», когда могут использоваться тексты, герои которых сталкиваются с болезнями, анализ их поведения, чувства.

В рамках предмета «Математика» целесообразно решить задачи про подсчет калорий, про количество часов сна и бодрствования и т.д.

2) Использование учебных заданий с оздоровительным содержанием. Речь идет о решении проблемных ситуаций, например, почему важно меньше есть сладкого, почему важно тепло одеваться в зимний период и т.д.

3) Использование в учебной деятельности методов активного обучения, таких как:

- обсуждения, дискуссии;
- работа в группах;
- проектной деятельности.

Рубцова О.В. при анализе проектной деятельности в начальной школе указывает, что обязательными составляющими проектной деятельности должно быть ролевое экспериментирование, которое позволяет превратить учебную проблему в лично значимую для ребенка задачу и обеспечивает его эмоциональную вовлеченность в процесс обучения [7, с. 55].

4) Организация учебного диалога и рефлексии. Это можно реализовать посредством обсуждения на уроке причин заболеваний, способов их профилактики, а также формулирование самостоятельных выводов учениками.

Таким образом, формирование культуры здоровья реализуется не как отдельные воспитательные мероприятия, а как часть содержания и процесса обучения, где знания о здоровье усваиваются через учебные действия, задания и познавательную деятельность учащихся.

Далее рассмотрим, какие способы педагогической профилактики хронических заболеваний могут быть использованы во внеурочной деятельности младших школьников.

1) Организация занятий в кружках и клубах по интересам («Школа здоровья»), где в доступной форме рассказывается, как работает организм и как сохранять его здоровье.

2) Применение интерактивных форм обучения на внеклассных уроках.

Вот некоторые варианты такой формы обучения:

- Встречи с врачами, родителями, имеющими опыт жизни с хроническими заболеваниями;
- Ролевые игры и театрализации («Как проходит день у ребенка с диабетом»);
- Создание информационных стендов, плакатов, буклетов;
- Проведение акций: «Неделя здоровья», «Жить с астмой – не страшно», «Будь другом – поддержи!»;
- «Метод маленьких открытий», разработанный Е.С. Сеницыным, основан на структуре эвристической беседы. Беседа проводится в форме проблемного вопроса, на который детям предлагается дать ответ. Вопросы постепенно усложняются [15, с. 42].

Целью внеурочной деятельности может явиться повышение осведомленности младших школьников о хронических заболеваниях, развитие культуры здоровья и толерантного отношения к сверстникам, которые страдают хроническими недугами.

Таким образом, педагогическая профилактика хронических заболеваний у младших школьников на уроках и внеклассных занятиях позволит достичь следующих ожидаемых результатов:

- повышение уровня знаний младших школьников о хронических заболеваниях (что такое хроническое заболевание, чем оно отличается от временной болезни, как осуществлять профилактику и как помочь другу в критической ситуации);
- формирование уважительного, толерантного и поддерживающего отношения по отношению к одноклассникам и сверстникам, которые страдают хроническим заболеванием;
- повышение уровня мотивации для сохранения и укрепления собственного здоровья и развивается навык ответственного отношения к нему.

Далее рассмотрим, каким образом может быть реализована

педагогическая профилактика хронических заболеваний у младших школьников через игровую деятельность.

Аристова Л.П. указывает, что «игры активизируют мышление учащихся и помогают сделать процесс обучения привлекательным и интересным. Игра помогает постоянно расширять знания» [14, с. 30].

Рассмотрим способы реализации педагогической профилактики через игровую деятельность в виде таблицы 3.

Таблица 3 – Способы реализации педагогической профилактики хронических заболеваний у младших школьников в игровой деятельности (составлено автором по материалам [2])

Направления педагогической профилактики через игровую деятельность	Содержание игровой деятельности
Подвижные игры	Использование подвижных игр на уроках и переменах, динамические паузы с игровыми элементами
Дидактические игры	Игры с содержанием о здоровье (питание, гигиена, режим дня), задания «что полезно — что вредно»
Сюжетно-ролевые игры	Игры с ролями «врач», «пациент», «спортсмен», моделирование жизненных ситуаций
Игры для профилактики утомления	Физкультминутки, игровые упражнения для глаз, пальчиковые игры, смена активности в игровой форме
Эмоционально-разгрузочные игры	Игры на расслабление, снятие напряжения, развитие общения
Индивидуализация через игру	Подбор игр с учетом состояния здоровья и возможностей детей, дифференциация заданий

Таким образом, педагогическая профилактика хронических заболеваний у младших школьников через игровую деятельность позволит достичь следующего профилактического эффекта:

- повышение двигательной активности, профилактика гиподинамии, укрепление сердечнососудистой и дыхательной системы;
- формирование знаний о хронических заболеваниях;
- закрепление моделей здорового поведения и формирование правильных здоровых привычек;
- снижение утомления, стресса, тревожности, перегрузок,

повышение работоспособности.

Психолого-педагогическая поддержка играет важную роль в организации педагогической профилактики хронических заболеваний у младших школьников.

Во-первых, необходимо создать доверительную атмосферу между учеником и учителем.

Во-вторых, необходимо поддерживать инициативу ребенка в формировании ответственности за собственное здоровье.

В-третьих, необходимо развивать самоконтроль и саморегуляцию ребенка посредством включения в уроки заданий, направленных развитие умения ребенка отслеживать свое состояние здоровья и самочувствие.

Таким образом, психолого-педагогическая поддержка выступает важным средством профилактики хронических заболеваний, так как обеспечивает не только благоприятные условия обучения, но и формирует у младших школьников навыки осознанного отношения к своему здоровью, самоконтроля и саморегуляции.

Далее рассмотрим способ педагогической профилактики хронических заболеваний младших школьников – использование современных педагогических технологий. Данный способ может быть реализован следующим образом:

Баль Л.В. предлагает применять следующие технологии:

1. Технологии для обеспечения гигиенических оптимальных условий образовательной деятельности.
2. Технологии для оптимальной организации процесса обучения и физиологической активности учащихся.
3. Разнообразие психологических технологий, применяемых на занятиях и внеурочных работах педагогов и педагогов [4, с. 57].

Современные педагогические технологии для формирования у младших школьников понятия о хронических заболеваниях представим в таблице 4.

Таблица 4 – Современные педагогические технологии для формирования у младших школьников понятия о хронических заболеваниях

Название технологии	Цель	Ожидаемый результат
Технология проблемного обучения	активизация познавательной активности через создание проблемной ситуации	посредством создания и решения проблемной ситуации младшие школьники приходят к пониманию сущности и причин хронических заболеваний, а также методов помощи тем, кто страдает данным недугом
Игровая технология	создание условий для активного осмысления через игровую деятельность	младшие школьники легко и эмоционально вовлекаются, усваивают понятие о хронических заболеваниях через игру
Технология проектного обучения	развитие познавательной, исследовательской и социальной активности посредством групповой работы над значимыми практико-ориентированными задачами с конечным продуктом в конце	у младших школьников формируются как знания, так и эмоциональный интеллект
ИКТ	повышения качества усвоения информации и индивидуализация обучения	визуализация информации: обеспечивает доступность сложных тем о сущности и причинах хрон. заболеваний
Технология сотрудничества (кооперативного обучения)	создание условий для совместного познания и осмысления информации	формирование у младших школьников осознанного понимания, что такое хроническое заболевание, развитие эмпатии
Технология развития критического мышления	формирование умения размышлять, анализировать, задавать вопросы, формировать выводы и умозаключения, а также на основе этого принимать аргументированные решения	у младших школьников формируется критическое отношение к информации о хронических заболеваниях
Здоровье-сберегающая технология	формирование устойчивого представления о важности заботы о собственном здоровье и здоровье окружающих, о способах профилактики хронических заболеваний	у младших школьников формируются знания о природе хронических заболеваний, также формируется профилактическое поведение, развиваются навыки заботы о своем здоровье

Остановимся более подробно на здоровьесберегающей технологии. При анализе научно-методической литературы можно выделить четыре

основных метода обучения в области здоровьесберегающих технологий: [17, с. 185].

Метод 1. Правильная организация занятий. По мнению Ковалько В.И. важно научить ребенка задавать нужные вопросы и правильно запрашивать информацию. Для этого нужно формировать интересы, мотивы для познания и обучения, понимать, что нужно знать, стремление и умение сформулировать вопрос.

Метод 2. Применение всех воспринимаемых каналов в зависимости от психологических особенностей каждого ребенка. Предпочтительней использовать каналы аудиального, визуального и кинестетического характера. Знание психологических особенностей ребенка и применение соответствующего канала восприятия даст возможность учителю изложить учебный материал на доступном для каждого ученика языке, упрощая процесс его запоминания.

Метод 3. Учет зоны работоспособности учащихся. Распределение интенсивности умственной деятельности.

Экспериментально установлено, что оптимальные биоритмы рабочего ритма школьников характерны для них пиком и спадом в течение суток и за разные дни учебной недели. Работа также зависит от возраста ребенка.

Таким образом, в заключении раздела можно сформулировать следующие выводы:

Рассмотренные способы педагогической профилактики хронических заболеваний младших школьников, которые будут способствовать расширению знаний младших школьников о хронических заболеваниях, позволят решить следующие проблемы:

- 1) восполнить недостаточный уровень базовой медицинской грамотности у младших школьников;

- 2) повысить осознанность и ответственность за собственное здоровье;
- 3) развить толерантность и уважительное отношение по отношению к детям с хроническими заболеваниями.

Таким образом, рассмотренные способы педагогической профилактики хронических заболеваний младших школьников будут способствовать созданию эмоционально безопасной среды, основанной на взаимном уважении и доверии. Они не просто способствуют тому, что детям рассказывают о хроническом заболевании, а дают возможность осознанно понять проблему хронических заболеваний и стимулируют младших школьников заботиться о своем здоровье.

Выводы по главе 1

Первая глава настоящего исследования посвящена исследованию теоретических основ педагогической профилактики хронических заболеваний младших школьников.

Анализ научной литературы позволил сформулировать, что педагогическая профилактика представляет собой систему образовательных и воспитательных мероприятий, которые нацелены на формирование у обучающихся культуры здорового образа жизни и ценности здоровья, ответственного отношения к состоянию собственного здоровья, а также поведенческих паттернов и установок, направленных на снижение факторов риска развития хронических заболеваний.

Выявлено, что педагогическая профилактика хронических заболеваний как социально-педагогическая проблема обусловлена комплексным влиянием образовательной, социальной, культурной и семейной среды. Проблема требует решения в рамках системного, междисциплинарного подхода, направленного на формирование культуры здоровья, ценностного отношения к здоровью и предупреждение факторов риска на ранних этапах развития личности.

Также исследованы возрастные особенности младших школьников, принципы и педагогические условия, которые будут способствовать расширению у младших школьников знаний о хронических заболеваниях в рамках комплексного подхода, сочетающего доступность содержания, наглядность, эмоционально-воспитательную направленность и практическую ориентированность обучения. Это обеспечивает не только усвоение базовых представлений о здоровье, но и формирование гуманного отношения к окружающим людям и ответственное отношение к собственному состоянию здоровья.

Рассмотрены способы педагогической профилактики хронических заболеваний младших школьников, которые включают в себя педагогическую профилактику через учебную, внеурочную, игровую деятельность, психолого-педагогическую поддержку и использование современных педагогических технологий.

ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ УРОВНЯ ОСВЕДОМЛЕННОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ О ХРОНИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ

2.1 Методика выявления актуального состояния знаний младших школьников о хронических заболеваниях

С целью выявления актуального состояния знаний младших школьников о хронических заболеваниях в данном разделе разработаем диагностическую программу исследования с описанием критериев и методик исследования.

Актуальность программы. Несмотря на тот факт, что в современном мире все больше детей сталкивается с проблемой развития хронических заболеваний, в условиях школьной среды дети, страдающие хроническими недугами, часто сталкиваются с непониманием и безразличием со стороны сверстников. Это может спровоцировать социальную изоляцию и стрессу. Также анализ образовательных программ показал, что в системе начального образования недостаточно внимания уделяется вопросам формирования у младших школьников базовых первичных знаний о причинах, симптомах и способах оказания первой медицинской помощи при хронических заболеваниях. Это создает необходимость в проведении диагностики уровня осведомленности младших школьников о хронических заболеваниях. Разработка программы является важным этапом в формировании безопасной, поддерживающей и инклюзивной школьной среды.

Цель состоит в определении актуального уровня осведомленности младших школьников о хронических заболеваниях (лор-органов, опорно-двигательного аппарата и аллергии (их признаках, причинах и способах профилактики)) и методах их профилактики.

Методы:

– наблюдение проявлений правильных действий обучающихся в отношении своего физического здоровья и профилактики заболеваний в

процессе учебной деятельности и внеурочных мероприятий;

– тестирование посредством проверки уровня знаний (осведомленности) обучающихся о хронических заболеваниях, их причинах и способах профилактики с помощью специально разработанных опросников и тестов.

Объектом исследования являются обучающиеся 3 «Б» класса: 25 человек.

Ожидаемые результаты:

– определение уровня знаний о причинах, особенностях проявления хронических заболеваний у младших школьников, а также способов их профилактики;

– выявление пробелов в информированности младших школьников;

– формирование основы для разработки рекомендаций по просветительской работе с младшими школьниками, их родителями и педагогами.

Критерии уровня знания о профилактике хронических заболеваний представлены в таблице 5.

Таблица 5 – Критерии и уровни знаний младших школьников о хронических заболеваниях

Критерии	Уровень знаний младших школьников о хронических заболеваниях			Методика
	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень	
Знание причин и признаков хронических заболеваний, способов профилактики	Ученик дает 1-4 правильных ответов. (0-4)	Ученик дает 5-8 правильных ответов. (5-8)	Ученик дает 9-12 правильных ответов. (9-12)	Методика №1 «Будьте здоровы!» Н.К.Смирнов
Знание особенностей проявления хронических заболеваний (признаков)	Ученик с трудностями понимают причины возникновения хронических заболеваний (0-4)	Ученик понимает причины возникновения хронических заболеваний, дает не точные правильные	Ученик понимает причины возникновения хронических заболеваний и дает правильные ответы. (9-12)	Методика №2 «Если хочешь быть здоровым!» Н.К.Смирнов

		ответы. (5-8)		
--	--	---------------	--	--

Продолжение Таблицы 5

Критерии	Уровень знаний младших школьников о хронических заболеваниях			Методика
	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень	
Знание способов профилактики хронических заболеваний	Ученик дает не правильные ответы или не идет на контакт. (0-4)	Ученик идет на контакт, понимает и дает в большинстве правильные ответы. (5-8)	Ученик понимает и дает правильные ответы. (9-12)	Методика №3 «Мое здоровье в моих руках!» Н.К.Смирнов
Итого	0-12	13-24	25-36	-

Обоснование выбора критериев. Выбор критериев диагностики осведомленности младших школьников о хронических заболеваниях обусловлен:

- возрастными и психологическими особенностями учащихся начальной школы;
- необходимостью расширения знаний о профилактических мерах для укрепления своего здоровья;
- необходимостью расширения знаний о признаках и симптомах, что позволяет вовремя распознать тревожные признаки у себя и у других, формирует толерантность и эмпатию;
- необходимостью развития навыка адекватного реагирования в ситуации угрозы физическому здоровью.

Методики исследования:

- определение уровня знаний о причинах и формах проявления хронических заболеваний, а также методов их профилактики;
- выявление пробелов в информированности младших школьников;
- формирование основы для разработки рекомендаций по просветительской работе со школьниками, их родителями и педагогами.
- Методика 1. Тест-вопросник «Будьте здоровы!», направленная на

изучение уровня знаний о причинах хронических заболеваний, автор Смирнов Н.К.;

– Методика 2. «Если хочешь быть здоровым!», направленная на изучение уровня знаний об особенностях проявления хронических заболеваний (их признаков), автор Смирнов Н.К.;

– Методика 3. «Мое здоровье в моих руках!», направленная на изучение уровня знаний младших школьников о способах профилактики хронических заболеваний, автор Смирнов Н.К. [34] .

Подробное описание методик представлено в приложениях к настоящей работе.

Таким образом, нами описана диагностическая программа исследования, в которой определены критерии и методики исследования уровня сформированности знаний младших школьников о хронических заболеваниях.

2.2. Результаты констатирующего эксперимента и их обсуждение

Для оценки исходного состояния изучаемого объекта был проведен констатирующий эксперимент, направленный на выявление уровня знаний младших школьников о хронических заболеваниях. Представленные ниже результаты позволяют определить актуальные проблемы и наметить направления дальнейшей работы.

Результаты констатирующего исследования представлены в таблице 6.

Таблица 6 – Результаты констатирующего среза в 3«Д» классе

ФИ обучающегося	Критерии						Баллы	Уровень
	Знание причин хронических заболеваний (методика 1)		Знание особенностей проявления хронических заболеваний (признаков) (методика 2)		Знание способов профилактики хронических заболеваний (методика 3)			
	Баллы	Уровень	Баллы	Уровень	Баллы	Уровень		
Владимир А.	6	Средний	4	Низкий	4	Низкий	14	Средний
Полина К.	4	Низкий	4	Низкий	4	Низкий	12	Низкий
Иван Н.	4	Низкий	4	Низкий	5	Средний	13	Средний
Елена Н.	4	Низкий	5	Средний	3	Низкий	12	Низкий
Мария Р.	5	Средний	5	Средний	3	Низкий	13	Средний
Мария Ф.	3	Низкий	12	Высокий	2	Низкий	17	Средний
Ольга З.	3	Низкий	9	Высокий	5	Средний	17	Средний
Никита К.	2	Низкий	4	Низкий	12	Высокий	18	Средний
Дарья С.	12	Высокий	4	Низкий	9	Высокий	25	Высокий
10 Владислав Ш.	9	Высокий	4	Низкий	4	Низкий	17	Средний
11 Тимур Р.	4	Низкий	10	Высокий	4	Низкий	18	Средний
12 Ирина Л.	4	Низкий	4	Низкий	4	Низкий	12	Низкий
13 Дмитрий А.	4	Низкий	4	Низкий	10	Высокий	18	Средний
14 Ксения Т.	10	Высокий	5	Средний	12	Высокий	27	Высокий
15 Антон Е.	9	Высокий	3	Низкий	9	Высокий	21	Средний
16 Артём Г.	5	Средний	3	Низкий	4	Низкий	12	Низкий
17 Елена О.	4	Низкий	2	Низкий	4	Низкий	10	Низкий
18 Иван Н.	4	Низкий	12	Высокий	4	Низкий	20	Средний
19 Полина М.	5	Средний	9	Высокий	4	Низкий	18	Средний
20 Владимир В.	3	Низкий	4	Низкий	10	Высокий	17	Средний
21 Диана К.	3	Низкий	4	Низкий	12	Высокий	19	Средний
22 Кирилл С.	2	Низкий	12	Высокий	9	Высокий	23	Средний
23 София С.	12	Высокий	9	Высокий	4	Низкий	25	Высокий
24 Максим П.	9	Высокий	3	Низкий	3	Низкий	15	Средний
25 Анастасия И.	4	Низкий	2	Низкий	2	Низкий	8	Низкий

Обработка результатов.

Согласно методике 1 Тест-вопросник «Будьте здоровы!» объем знаний обучающихся о причинах хронических заболеваний может быть представлен следующим образом (таблица 7, рис.2).

Таблица 7 – Уровни сформированности знаний обучающихся о причинах хронических заболеваний согласно методике 1 Тест-вопросник «Будьте здоровы!»

Методика 1	Уровни сформированности знаний обучающихся о причинах хронических заболеваний					
	Низкий (балл)		Средний (балл)		Высокий (балл)	
	Человек	%	Человек	%	Человек	%
знания о причинах хронических заболеваний	15	60	4	16	6	24

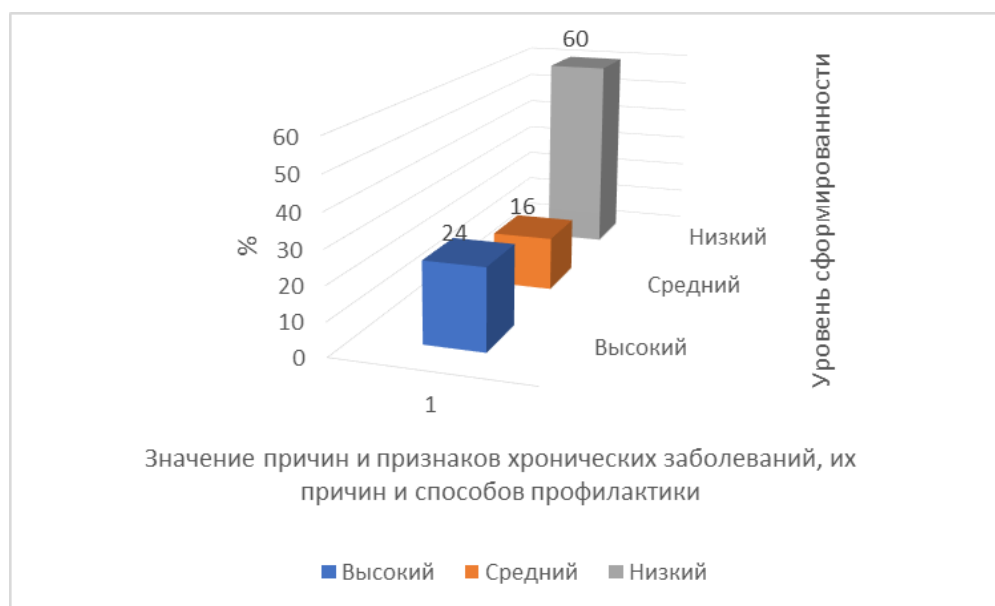


Рисунок 2. Актуальный уровень знаний школьников 9 лет о хронических заболеваниях по методике 1 Тест-вопросник «Будьте здоровы!»

Можно сформулировать следующие выводы:

- 1) Низкий уровень выявлен у 15 обучающихся, что составляет 60%.

Эти ученики показали фрагментарные, поверхностные знания о причинах хронических заболеваний. Ребята не всегда понимают причинно-следственные связи между образом жизни и хроническими заболеваниями.

На вопрос 1 обучающиеся, показавшие низкий уровень, не смогли назвать время года, в котором обостряется аллергия, либо же назвали зиму. Таким образом, обучающиеся не знают, что аллергия обостряется весной на цветение деревьев и в августе на цветение сорных трав.

На вопрос 2 обучающиеся, показавшие низкий уровень, наугад называли продукты, вызывающие аллергию. Никто из них не выбрал шоколад, рыбу, мед, клубнику, апельсин и свеклу, как продукты с высоким риском аллергенности.

На вопрос 3 обучающиеся, показавшие низкий уровень, не смогли отличить причины появления аллергии на свежие цветы от причин простуды.

На вопрос 4 лишь некоторые обучающиеся, показавшие низкий уровень, смогли отметить, что симптом аллергии – это сыпь и зуд. Но никто не назвал такой важный симптом, как кашель и чихание.

На вопрос 5 обучающиеся, показавшие низкий уровень, смогли назвать основной причиной заболевания уха, горла и носа «хождение без шапки», то есть переохлаждение.

На вопрос 6 обучающиеся, показавшие низкий уровень, смогли назвать причиной ухудшения слуха лишь простуду, но никто не назвал злоупотребление наушниками.

На вопрос 7 обучающиеся, показавшие низкий уровень, смогли назвать такие меры предосторожности для защиты от простудных заболеваний, как «носить шапку и шарф и теплые сапоги».

В вопросе 8 некоторые обучающиеся, показавшие низкий уровень, указали на то, что от мороженого может болеть горло.

В вопросе 9 обучающиеся, показавшие низкий уровень, не смогли связать необходимость ношения правильной обуви с формой стопы.

В вопросе 10 обучающиеся, показавшие низкий уровень, не смогли

назвать правильную позу для выполнения домашнего задания.

На вопрос 11 обучающиеся, показавшие низкий уровень, не смогли дать ответ о выборе правильной сумки и правил ее ношения.

В вопросе 12 обучающиеся, показавшие низкий уровень, не смогли правильно выбрать картинки, которые иллюстрировали ошибки, ведущие к появлению болей в спине.

Ответы на вопросы теста в большинстве своем ошибочны. Причины хронических заболеваний часто воспринимаются, как «плохие обстоятельства».

С этими обучающимися требуется проведение просветительской работы.

2) Средний уровень выявлен у 4 обучающихся, что составляет 16%. Знания о причинах хронических заболеваний у них частично сформированы, но носят ограничительный характер. Обучающиеся назвали отдельные причины заболеваний, но не смогли обобщить знания на практике.

На вопрос 1 обучающиеся, показавшие средний уровень, смогли назвать время года, в котором обостряется аллергия, указав на весну и осень. Но объяснить причину не смогли. Возможно, знания сформировались по опыту кого-то из родных и близких, кто в это время страдает аллергией.

На вопрос 2 обучающиеся, показавшие средний уровень, смогли назвать шоколад, мед, клубнику, как продукты с высоким риском аллергенности.

На вопрос 3 обучающиеся, показавшие средний уровень, смогли отличить причины появления аллергии на свежие цветы от причин простуды.

На вопрос 4 лишь некоторые обучающиеся, показавшие средний уровень, смогли отметить, что симптом аллергии – это сыпь и зуд. Но никто не назвал такой важный симптом, как кашель и чихание.

На вопрос 5 обучающиеся, показавшие средний уровень, смогли назвать основной причиной заболевания уха, горла и носа переохлаждение и осложнения после температуры.

На вопрос 6 обучающиеся, показавшие средний уровень, смогли назвать причиной ухудшения слуха лишь простуду, но никто не назвал злоупотребление наушниками.

На вопрос 7 обучающиеся, показавшие средний уровень, смогли назвать такие меры предосторожности для защиты от простудных заболеваний, как «носить шапку и шарф и теплые сапоги».

В вопросе 8 обучающиеся, показавшие средний уровень, указали на то, что от мороженого может болеть горло и даже уши.

В вопросе 9 обучающиеся, показавшие средний уровень, смогли связать необходимость ношения правильной обуви для людей, у кого «болят ноги».

В вопросе 10 обучающиеся, показавшие средний уровень, не смогли назвать правильную позу для выполнения домашнего задания.

На вопрос 11 обучающиеся, показавшие средний уровень, не смогли дать четкий ответ о выборе правильной сумки и правил ее ношения.

В вопросе 12 обучающиеся, показавшие средний уровень, частично смогли правильно выбрать картинки, которые могут использоваться как рекомендация против болей в спине.

3) Высокий уровень показали 6 обучающихся, что составляет 24%. Они продемонстрировали осознанные и полные знания для своего возраста о причинах хронических заболеваний. Также понимают важность профилактики и смогли аргументировать свои ответы.

На вопрос 1 обучающиеся, показавшие высокий уровень, смогли не только назвать время года, в котором обостряется аллергия, указав на весну и осень, а еще и указали, что весной может быть аллергия на березу и черемуху, а осенью на амброзию.

На вопрос 2 обучающиеся, показавшие высокий уровень, смогли назвать шоколад, мед, клубнику, ананас, апельсин, свеклу и даже яйцо и коровье молоко для некоторых людей, как продукты с высоким риском аллергии.

На вопрос 3 обучающиеся, показавшие высокий уровень, смогли отличить причины появления аллергии на свежие цветы от причин простуды. Более того, они рассказали, что простуду вызывает холод или инфекция, а аллергию – пыльца растений.

На вопрос 4 лишь некоторые обучающиеся, показавшие высокий уровень, смогли отметить, что симптом аллергии – это сыпь, зуд, кашель и чихание.

На вопрос 5 обучающиеся, показавшие высокий уровень, смогли назвать основной причиной заболевания уха, горла и носа переохлаждение и осложнения после температуры, а также слабый иммунитет.

На вопрос 6 обучающиеся, показавшие высокий уровень, смогли назвать причиной ухудшения слуха простуду и, иногда, гаджеты.

На вопрос 7 обучающиеся, показавшие высокий уровень, смогли назвать такие меры предосторожности для защиты от простудных заболеваний, как «носить шапку и шарф и теплые сапоги», «не есть много сладкого».

В вопросе 8 обучающиеся, показавшие высокий уровень, указали на то, что от мороженого может болеть горло, ухо и живот.

В вопросе 9 обучающиеся, показавшие высокий уровень, смогли связать необходимость ношения правильной обуви для людей, у кого есть боли в ногах и спине.

В вопросе 10 обучающиеся, показавшие высокий уровень, смогли назвать правильную позу для выполнения домашнего задания и показали ее.

На вопрос 11 обучающиеся, показавшие высокий уровень, смогли дать четкий ответ о выборе правильной сумки и правилах ее ношения.

В вопросе 12 обучающиеся, показавшие высокий уровень, смогли правильно выбрать картинки, которые могут использоваться как рекомендация против болей в спине.

Согласно методике 2 «Если хочешь быть здоровым!» знания обучающихся об особенностях проявления (признаках) хронических заболеваний распределились следующим образом (таблица 8).

Таблица 8 – Уровень знаний обучающихся об особенностях проявления (признаках) хронических заболеваний

Методика 2	Уровни сформированности знаний обучающихся особенностей проявления хронических заболеваний (признаков)					
	Низкий (балл)		Средний (балл)		Высокий (балл)	
	Человек	%	Человек	%	Человек	%
Объем знаний об особенностях проявления хронических заболеваний (признаках)	15	60	3	12	7	28

Данные таблицы представим на рисунке 3:

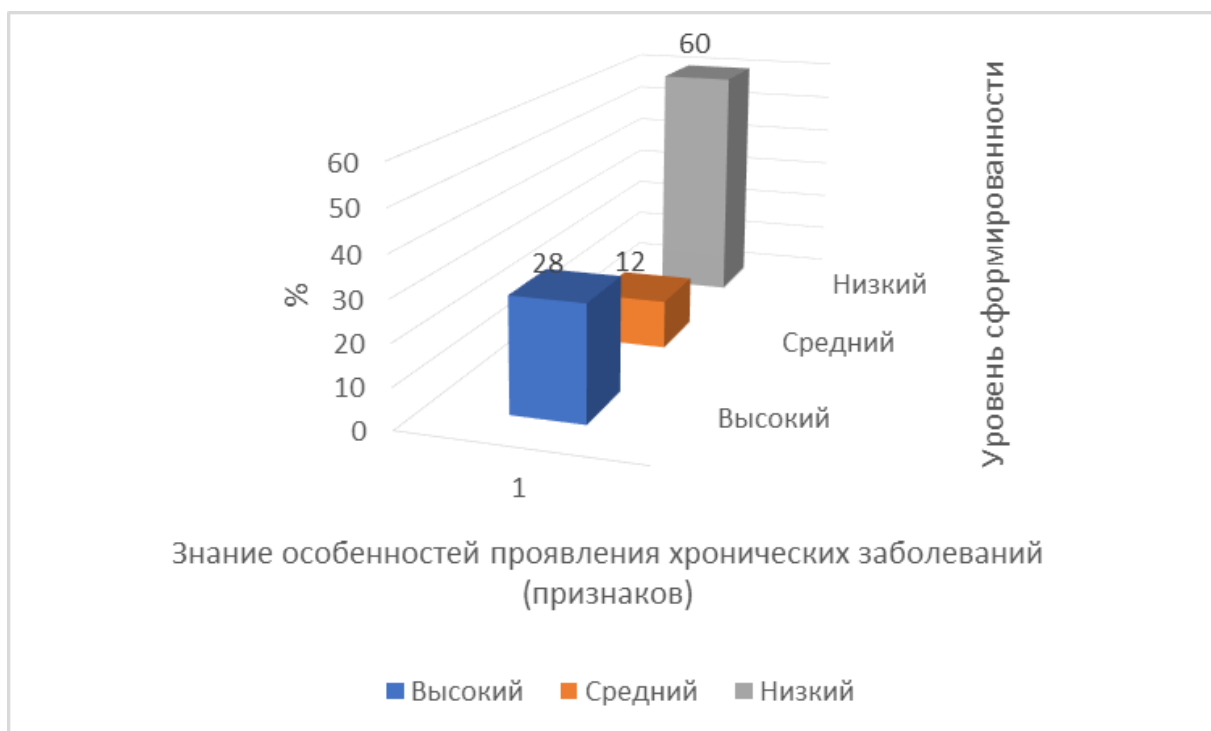


Рисунок 3. Актуальный уровень знаний школьников 9 лет о

хронических заболеваниях по методике № 2 «Если хочешь быть здоровым!»

Таким образом, можно сформулировать следующие выводы:

1) Низкий уровень выявлен у 15 обучающихся, что составляет 60%. Эти ученики показали поверхностные, в некоторых случаях, искаженные знания о признаках хронических заболеваний. Они затруднялись отличить признаки хронического заболевания от обычной простуды. Очевидно, что обучающиеся не осознают важность проблемы хронического заболевания, что может спровоцировать недопонимание в детском коллективе.

На вопрос 1 обучающиеся, показавшие низкий уровень, наугад выбрали причины аллергии.

На вопрос 2 обучающиеся, показавшие низкий уровень, не смогли назвать последствия употребления шоколада людьми с аллергией.

На вопрос 3 обучающиеся, показавшие низкий уровень, не точно указали на причину внезапного насморка при игре с животным, выбрав, заболевание уха и горла.

На вопрос 4 лишь некоторые обучающиеся, показавшие низкий уровень, смогли отметить, что симптом аллергии – это сыпь и зуд. Но никто не назвал такой важный симптом, как кашель и чихание.

На вопрос 5 обучающиеся, показавшие низкий уровень, смогли назвать признаком заболевания в ухе лишь боль. Но никто не указал на высокую температуру и боль при открытии рта.

На вопрос 6 обучающиеся, показавшие низкий уровень, смогли назвать симптомы ангины, такие как боль при глотании, красное горло и повышенная температура.

На вопрос 7 обучающиеся, показавшие низкий уровень, смогли назвать такие признаки гайморита, как выделения из носа. Никто не назвал высокую температуру и боль в лобовой части головы.

В вопросе 8 некоторые обучающиеся, показавшие низкий уровень, указали на то, если выйти на улицу с мокрой головой, то «можно заболеть».

В вопросе 9 обучающиеся, показавшие низкий уровень, не смогли определить след здоровой стопы на мокром полу.

В вопросе 10 обучающиеся, показавшие низкий уровень, не смогли назвать дополнительные признаки нарушения осанки, такие как наклон головы вперед и боли в спине.

На вопрос 11 обучающиеся, показавшие низкий уровень, не смогли выбрать термин для обозначения нарушения осанки.

В вопросе 12 обучающиеся, показавшие низкий уровень, не смогли описать последствия ношения неправильной обуви.

2) Средний уровень выявлен у 3 обучающихся, что составляет 12%. У них имеются общие представления о хронических заболеваниях. Они правильно описывали такие симптомы, как затрудненное дыхание, одышка, кашель, усталость, но не всегда понимали истинную причину. Обучающиеся осознают, что ребенок с хроническим заболеванием нуждается в лечении.

На вопрос 1 обучающиеся, показавшие средний уровень, выбрали причины аллергии, как цветение, продукты питания. Лишь некоторые указали на шерсть животных.

На вопрос 2 обучающиеся, показавшие средний уровень, смогли назвать последствия употребления шоколада людьми с аллергией.

На вопрос 3 обучающиеся, показавшие средний уровень, неуверенно указали на причину внезапного насморка при игре с животным, выбрав, заболевание уха и горла или аллергию.

На вопрос 4 лишь некоторые обучающиеся, показавшие средний уровень, смогли отметить, что симптом аллергии – это сыпь и зуд, а также кашель и чихание.

На вопрос 5 обучающиеся, показавшие средний уровень, смогли назвать признаком заболевания в ухе боль и температуру. Но никто не указал на боль при открытии рта.

На вопрос 6 обучающиеся, показавшие средний уровень, смогли назвать симптомы ангины, такие как боль при глотании, красное горло и

повышенная температура.

На вопрос 7 обучающиеся, показавшие средний уровень, смогли назвать такие признаки гайморита, как выделения из носа и температуру. Никто не назвал боль в лобовой части головы.

В вопросе 8 некоторые обучающиеся, показавшие средний уровень, указали на то, если выйти на улицу с мокрой головой, то «можно заболеть».

В вопросе 9 лишь некоторые обучающиеся, показавшие средний уровень, смогли определить след здоровой стопы на мокром полу.

В вопросе 10 обучающиеся, показавшие средний уровень, не смогли назвать дополнительные признаки нарушения осанки, такие как наклон головы вперед и боли в спине.

На вопрос 11 обучающиеся, показавшие средний уровень, не смогли выбрать термин для обозначения нарушения осанки.

В вопросе 12 обучающиеся, показавшие средний уровень, смогли описать последствия ношения неправильной обуви.

3) Высокий уровень показали 7 обучающихся, что составляет 28%. Эти обучающиеся продемонстрировали полное представление о хронических заболеваниях. Также они проявили толерантность по отношению к больным детям, демонстрируют правильную причинно-следственную связь между болезнью и здоровым образом жизни.

Обучающиеся, показавшие высокий уровень, правильно ответили на все вопросы.

Согласно методике 3 «Мое здоровье в моих руках!» знания обучающихся о способах профилактики хронических заболеваний распределились следующим образом (таблица 9).

Таблица 9 – Уровни сформированности знаний обучающихся о способах профилактики хронических заболеваний согласно методике 3 «Мое здоровье в моих руках!»

Методика 3	Уровни сформированности знаний обучающихся о способах профилактики хронических заболеваний
------------	--

	Низкий (балл)		Средний (балл)		Высокий (балл)	
	Человек	%	Человек	%	Человек	%
знания о способах профилактики хронических заболеваний	15	60	2	8	8	32

Данные таблицы представим на рисунке 4.

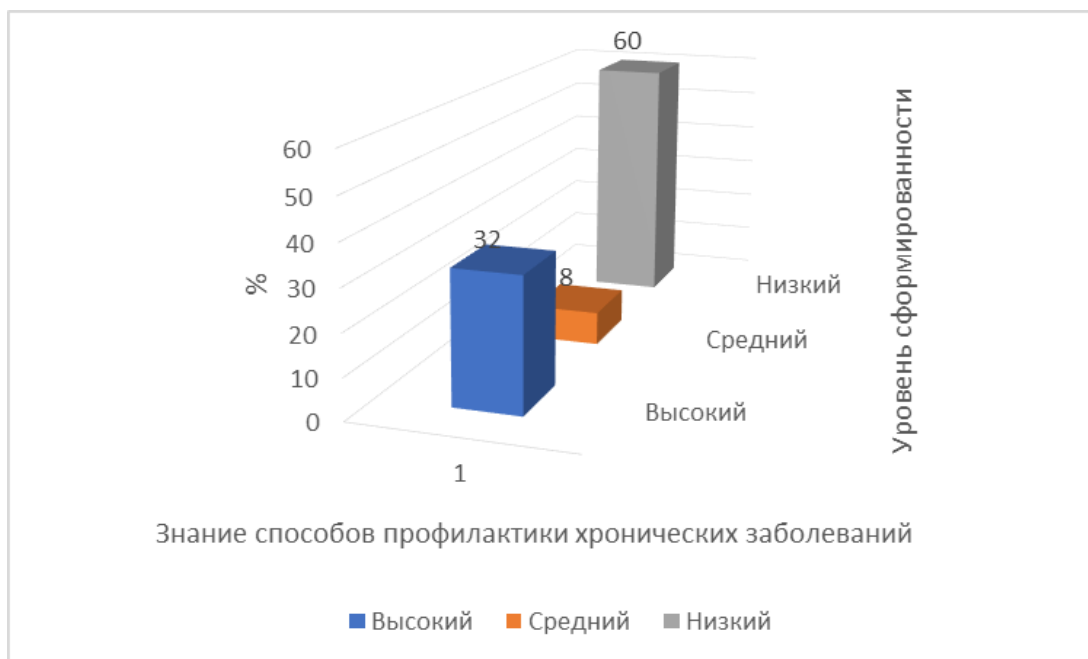


Рисунок 4. Актуальный уровень знаний школьников 9 лет о хронических заболеваниях по методике 3 «Мое здоровье в моих руках!»

Таким образом, можно сформулировать следующие выводы:

1) Низкий уровень выявлен у 15 обучающихся, что составляет 60%. У них отсутствуют системные знания о способах профилактики хронических заболеваний. Они часто делают выбор в пользу вредных привычек, не понимают роли профилактики и ответственности за собственное здоровье.

В 1 вопросе, обучающиеся, показавшие низкий уровень, не выбрали верно рекомендации, которые помогут избежать аллергии, указав из наугад.

В 2 вопросе, обучающиеся, показавшие низкий уровень, предложили не убираться самим для того, чтобы не было аллергии на бытовую химию.

В 3 вопросе, обучающиеся, показавшие низкий уровень, чтобы избежать аллергии, предложили пить таблетки от аллергии.

В 4 вопросе, обучающиеся, показавшие низкий уровень, указали, что использование перчаток и ношение респиратора необходимо для того, чтобы не запачкаться во время уборки, а не указали, что это для предотвращения попадания аллергенов в организм.

В 5 вопросе, обучающиеся, показавшие низкий уровень, не указали все верные меры предосторожности при болезни сестры.

В 6 вопросе, обучающиеся, показавшие низкий уровень, не указали, что для предотвращения ангины нужно соблюдать гигиену и вести активный образ жизни.

В 7 вопросе, обучающиеся, показавшие низкий уровень, не смогли придумать рекомендации для друзей, чтобы избежать простуды.

В 8 вопросе, обучающиеся, показавшие низкий уровень, не указали, что для предотвращения заболеваний ушей необходимо избегать сквозняков.

В 9 вопросе, обучающиеся, показавшие низкий уровень, не смогли сделать выбор между различными местами для сидения.

В 10 вопросе, обучающиеся, показавшие низкий уровень, указали у них есть специальное кресло для работы за компьютером.

В 11 вопросе, обучающиеся, показавшие низкий уровень, не знают, как кровать и матрас влияют на осанку.

В 12 вопросе, обучающиеся, показавшие низкий уровень, не знают, какая сумка правильная для спины.

2) Средний уровень выявлен у 2 обучающихся, что составляет 8%. Они показали неполные и отрывочные знания.

В 1 вопросе, обучающиеся, показавшие средний уровень, частично выбрали верно рекомендации, которые помогут избежать аллергии, указав из наугад.

В 2 вопросе, обучающиеся, показавшие средний уровень, не знают, что есть натуральная бытовая химия для уборки.

В 3 вопросе, обучающиеся, показавшие средний уровень, чтобы избежать аллергии, знают, что надо ограничить контакт с аллергеном.

В 4 вопросе, обучающиеся, показавшие средний уровень, не знают, что перчатки и респиратор во время уборки необходимы для предотвращения попадания аллергенов в организм.

В 5 вопросе, обучающиеся, показавшие средний уровень, указали все верные меры предосторожности при болезни сестры.

В 6 вопросе, обучающиеся, показавшие средний уровень, не указали, что для предотвращения ангины нужно вести активный образ жизни.

В 7 вопросе, обучающиеся, показавшие средний уровень, частично смогли придумать рекомендации для друзей, чтобы избежать простуды.

В 8 вопросе, обучающиеся, показавшие средний уровень, не указали, что для предотвращения заболеваний ушей необходимо избегать сквозняков.

В 9 вопросе, обучающиеся, показавшие средний уровень, не смогли сделать выбор между различными местами для сидения.

В 10 вопросе, обучающиеся, показавшие средний уровень, указали у них есть специальное кресло для работы за компьютером.

В 11 вопросе, обучающиеся, показавшие средний уровень, не знают, как кровать и матрас влияют на осанку.

В 12 вопросе, обучающиеся, показавшие средний уровень, не знают, какая сумка правильная для спины.

3) Высокий уровень показали 8 обучающихся, что составляет 32%. Они продемонстрировали знания об основных профилактических мерах против хронических заболеваний. Также они показали ответственное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих. Осознают причинно-следственные связи между здоровьем и образом жизни.

Обучающиеся, показавшие, высокий уровень, выбрали все правильные варианты ответов.

Сформулируем обобщающий вывод:

обучающийся, показавший низкий уровень осведомленности:

- не различает острую и хроническую болезнь;
- не называет реальные причины хронических заболеваний;

- искажает причины хронических заболеваний;
- показывает низкую личную осознанность.

Это демонстрирует, что:

- обучающийся не понимает природу хронического заболевания;
- опирается на случайные представления о болезни;
- не может выделить объективные медицинские и биологические причины заболевания.

Таким образом, обучающийся, показавший средний уровень осведомленности:

- осознает, что хроническая болезнь – это надолго;
- указывает возможные причины хронических заболеваний.

Это демонстрирует, что:

- обучающийся отличает хронические заболевания от временных, знает некоторые причины;
- начал формировать причинно-следственные связи;
- пока не может объяснить причинно-следственные связи точно и научно.

Таким образом, обучающийся, показавший высокий уровень осведомленности:

- понимает, что хроническая болезнь – это надолго, а также понимает ее смысл;
- указывает возможные причины хронических заболеваний, в том числе поведение и генетику.

Это демонстрирует, что:

- обучающийся отличает хронические заболевания от временных, знает причины и механизм развития болезни;
- формирует причинно-следственные связи между поведением и болезнью;
- владеет терминологией, хоть и на детском уровне;

– мотивационно ориентирован на ЗОЖ и профилактику.

Общие результаты констатирующего эксперимента представим на рисунке 5.

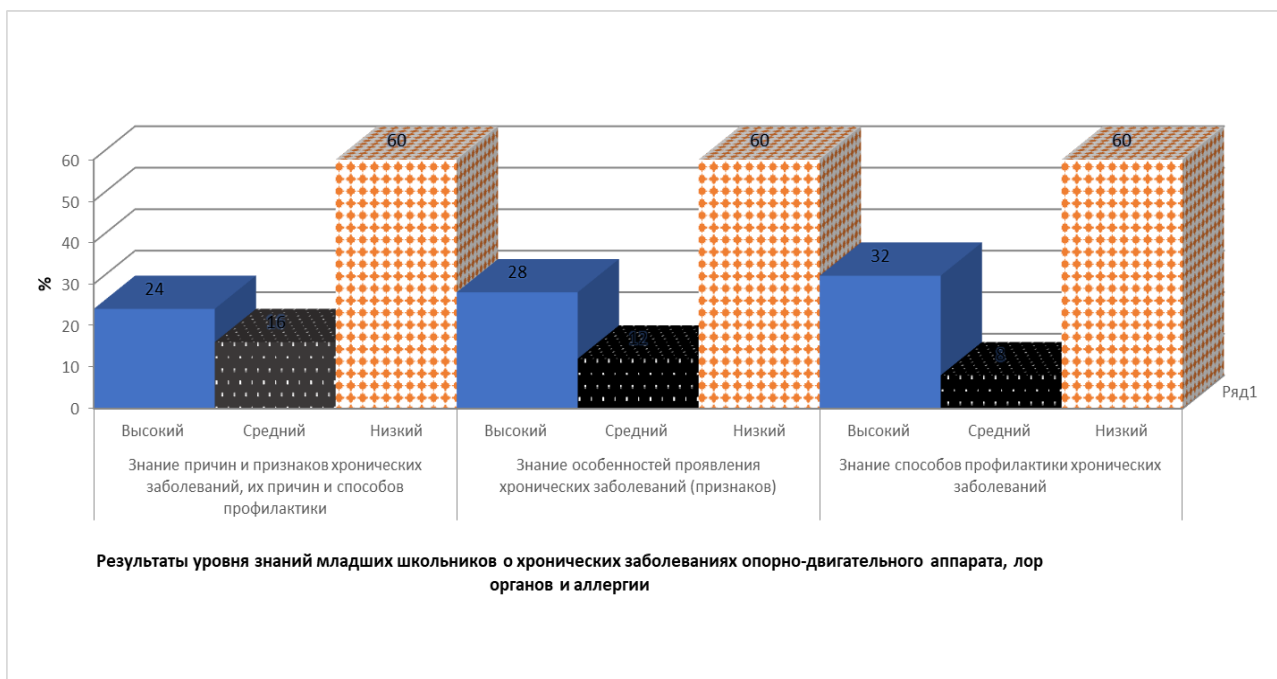


Рисунок 5. Результаты констатирующего эксперимента у учеников 3 «Б» класса на выявление уровней знаний о хронических заболеваниях

Общий уровень знаний младших школьников, участвующих в эксперименте, представим в таблице 10.

Таблица 10 – Уровни сформированности знаний обучающихся о хронических заболеваниях

Общие знания	Общий уровень знаний о хронических заболеваниях					
	Низкий (балл)		Средний (балл)		Высокий (балл)	
	Человек	%	Человек	%	Человек	%
знания о хронических заболеваниях	15	60	3	12	7	28

Результаты представим на рисунке 6.

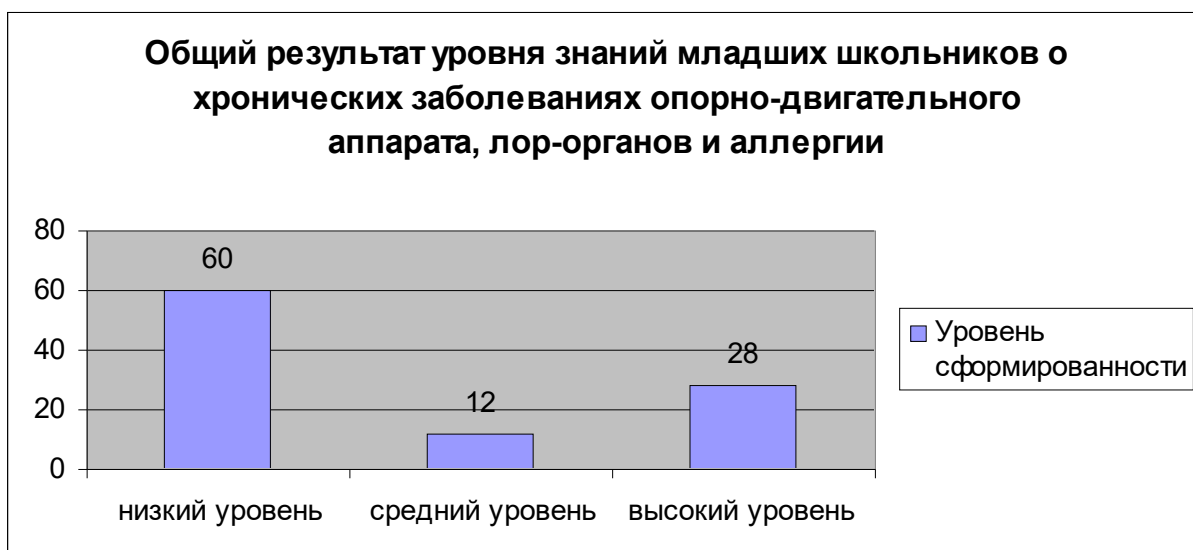


Рисунок 6. Актуальный уровень знаний школьников 9 лет о хронических заболеваниях

В целом, результаты тестирования показывают, что есть обучающиеся (28%) на высоком уровне знаний о хронических заболеваниях. Однако значительная часть обучающихся (60%) показывает низкий уровень знаний, что предполагает необходимость обратить внимание на обучение в данной области. Только 12% обучающихся достигли среднего уровня знаний.

В результате констатирующего эксперимента были выявлены следующие проблемы:

1) недостаточный уровень базовой медицинской грамотности.

Как показал констатирующий эксперимент, большинство учеников 3 «Б» класса не имеют четких и полных знаний о причинах хронических заболеваний, их признаках и способах профилактики.

А именно:

- не знают, что причинами хронических заболеваний может быть наследственность, образ жизни, экология и не до конца долеченные болезни;
- не связывают хроническое заболевание с образом жизни;
- часто руководствуются бытовыми мифами.

2) слабое осознание личной ответственности за собственное здоровье.

Преобладание низкого уровня свидетельствует о недостатке понимания роли собственного поведения в профилактике заболеваний. Многие обучающиеся показали пробелы в понимании ключевых факторов сохранения здоровья.

Эти факторы следующие: правильное питание; профилактика заболеваний; наследственность и семейный риск; экология; режим дня; личная гигиена.

Таким образом, обозначенные проблемы указывают на недостаточную сформированность целостного понимания здоровья и профилактики хронических заболеваний у обучающихся, которые участвовали в эксперименте. Обозначенные проблемы обусловили необходимость разработки Программы педагогической профилактики хронических заболеваний младших школьников.

2.3 Программа педагогической профилактики хронических заболеваний младших школьников

Пояснительная записка.

Сохранение и укрепление здоровья младших школьников является одной из приоритетных задач современного образования. Младший школьный возраст является благоприятным периодом для формирования основ ценностного отношения к здоровью. Младшие школьники уже способны устанавливать причинно-следственные связи, анализировать поведение и делать выводы о влиянии образа жизни на состояние организма.

В условиях увеличения учебной нагрузки и снижения двигательной активности у детей возрастает риск формирования хронических заболеваний, в том числе заболеваний ЛОР-органов, нарушений опорно-двигательного аппарата и аллергических реакций.

Разработанная программа направлена на формирование у учащихся 3 класса представлений о здоровье человека и освоение практических навыков профилактики хронических заболеваний.

Цель программы: формирование у младших школьников основ культуры здоровья и навыков профилактики хронических заболеваний (ЛОР-органов, опорно-двигательного аппарата и аллергических состояний) в процессе изучения учебного предмета «Окружающий мир».

Задачи программы:

Образовательные:

- сформировать представления о строении и функционировании организма человека;
- познакомить учащихся с факторами, влияющими на здоровье;
- дать знания о причинах и профилактике заболеваний ЛОР-органов, ОДА и аллергии.

Развивающие:

- развивать умения анализировать состояние своего здоровья;
- формировать навыки самоконтроля (пульс, самочувствие);
- развивать познавательный интерес к вопросам здоровья.

Воспитательные:

- формировать ценностное отношение к здоровью;
- воспитывать ответственное поведение в отношении собственного организма;
- формировать устойчивую мотивацию к ведению здорового образа жизни.

Нормативно-методическая основа программы

Программа разработана в соответствии с требованиями ФГОС начального общего образования и реализуется согласно поурочному планированию федеральной программы в рамках учебного предмета «Окружающий мир» для 3 класса [38].

Содержание программы дополняет базовый учебный материал профилактической направленностью.

Принципы реализации программы

- 1) системности: последовательное формирование знаний и навыков;

- 2) доступности: учет возрастных особенностей учащихся;
- 3) наглядности: использование практических и визуальных методов;
- 4) практической направленности: формирование умений, применимых в жизни;
- 5) здоровьесберегающей направленности: приоритет профилактики заболеваний.

Критерии знаний младших школьников о хронических заболеваниях для разработки программы:

Критерии уровня знания о профилактике хронических заболеваний представлены в таблице 11.

Таблица 11 – Критерии знаний младших школьников о хронических заболеваниях

№	Критерии
1	Знание причин хронических заболеваний
2	Знание особенностей проявления хронических заболеваний (признаков)
3	Знание способов профилактики хронических заболеваний

Формы и методы работы

В процессе реализации программы используются беседа, объяснение, практические работы, игровые методы, проблемные ситуации, интерактивные задания и упражнения (LearningApps), STEAM задание [19] .

Характеристика содержания программы

Программа представляет собой систему из 8 последовательных уроков, реализуемых в рамках предмета «Окружающий мир».

Особое внимание уделяется педагогической профилактике заболеваний ЛОР-органов, нарушений опорно-двигательного аппарата, аллергических состояний: в рамках программы используются, кроме программного материала, практико-ориентированные задания (включая интерактивные упражнения на платформе LearningApps), специальные упражнения, игры, видеосюжеты, др.

Тематическое планирование

Программа включает 8 уроков:

Урок №1 (урок № 34 поурочного планирования федеральной программы в рамках учебного предмета «Окружающий мир»):

Тема: Общее представление о строении организма человека.
Температура тела, частота пульса как показатели здоровья человека.

Тип урока: открытие нового знания.

Цель:

1) создать условия для формирования у обучающихся представления о строении организма человека через выполнение заданий на определение и соотнесение органов (сердце, легкие, мозг, печень) и их функций;

2) познакомить с показателями здоровья (температурой тела и частотой пульса) через обсуждение и ответы на вопросы; организовать практическую деятельность по измерению пульса в покое и после физической нагрузки с записью результатов в таблицу и их сравнением с нормой;

3) сформировать умение анализировать полученные данные и делать выводы о состоянии организма;

4) закрепить знания о профилактике ЛОР-заболеваний через выполнение тестового задания на платформе [testedu \(https://testedu.ru/test/okruzhayushhij-mir/3-klass/umej-preduprezhdat-bolezni.html\)](https://testedu.ru/test/okruzhayushhij-mir/3-klass/umej-preduprezhdat-bolezni.html).

Урок №2 (урок № 36 поурочного планирования федеральной программы в рамках учебного предмета «Окружающий мир»):

Тема: Опорно-двигательная система и ее роль в жизни человека.

Тип урока: открытие нового знания.

Цель:

1) создать условия для формирования у обучающихся представления о строении и функциях опорно-двигательной системы через выполнение заданий на определение и соотнесение костей, мышц и их функций;

2) организовать деятельность по наблюдению и анализу движений

собственного тела с выявлением работы костей, мышц и суставов;

3) обеспечить усвоение нового материала с использованием наглядных материалов и видео на платформе LearningApps (<https://learningapps.org/display?v=phoik29ec20>);

4) закрепить знания через ответы на вопросы и выполнение интерактивного упражнения на платформе LearningApps (<https://learningapps.org/display?v=ptea9enra20>);

5) сформировать умение применять полученные знания в повседневной жизни и соблюдать правила профилактики заболеваний опорно-двигательной системы.

Урок №3 (урок № 37 поурочного планирования федеральной программы в рамках учебного предмета «Окружающий мир»):

Тема: Пищеварительная система и ее роль в жизни человека.

Тип урока: открытие нового знания.

Цель:

1) создать условия для формирования у обучающихся представления о строении и функциях пищеварительной системы через выполнение заданий на определение и соотнесение органов пищеварения и их функций;

2) организовать деятельность по анализу продуктов питания с выделением полезных и вредных для здоровья;

3) обеспечить усвоение нового материала с использованием наглядных схем и обсуждения работы органов пищеварения и их роли для организма;

4) закрепить знания через ответы на вопросы и выполнение тестового задания на платформе testedu (<https://testedu.ru/test/okruzhayushhij-mir/3-klass/kak-pravilno-pitatsya.html>);

5) сформировать умение применять полученные знания в повседневной жизни;

6) обосновывать выбор полезных продуктов и соблюдать правила правильного питания для профилактики заболеваний ЛОР-органов и опорно-двигательной системы.

Урок №4 (урок № 38 поурочного планирования федеральной программы в рамках учебного предмета «Окружающий мир»):

Тема: Дыхательная система и ее роль в жизни человека.

Тип урока: открытие нового знания.

Цель:

1) создать условия для формирования у обучающихся представления о строении и функциях дыхательной системы человека (нос, трахея, легкие, диафрагма) через выполнение заданий на соотнесение органов и их функций;

2) организовать практическую деятельность по выполнению дыхательных упражнений с наблюдением за собственным дыханием и корректировкой действий;

3) обеспечить усвоение нового материала с использованием видео дыхательной гимнастики по А.Н. Стрельниковой (<https://www.youtube.com/watch?v=QqiqVRyLKLQ>) и инструкций по выполнению упражнений;

4) закрепить знания через выполнение теста «Дыхание» на платформе OnlineTestPad (<https://onlinetestpad.com/ru/test/858229-chelovek-i-mir-dykhanie-3-klass?ysclid=mnbo0mmffx554317416>),

5) сформировать умение обобщать полученные знания, выводить правила здорового дыхания и применять их в повседневной жизни для профилактики заболеваний и поддержания здоровья.

Урок № 5 (урок № 39 поурочного планирования федеральной программы в рамках учебного предмета «Окружающий мир»):

Тема: Кровеносная и нервная система и их роль в жизни человека.

Тип урока: открытие нового знания.

Цель:

1) создать условия для формирования у обучающихся представления о строении и функциях кровеносной и нервной систем человека – индикатора функционального состояния организма человека, их взаимосвязи и роли в укреплении иммунитета и профилактики хронических заболеваний;

2) закрепить знания через выполнение теста «Дыхание и кровообращение» <https://testedu.ru/test/okruzhayushhij-mir/3-klass/dyixanie-i-krovoobrashhenie.html?ysclid=mnbo0b7389837909239> и викторины-теста «Строение организма человека» https://edu-time.ru/test/testy-po-okruzayushhemu-miru/3-klass/my-i-nase-zdorove_test-na-temu-stroenie-organizma-celoveka?ysclid=mnbohmbpff326802299

3) создать условия для осознания значимости здоровья и формирования навыков профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата через выполнение практического исследования STEAM (плантаграмма – изображение отпечатка стопы, которое используют для оценки ее формы и состояния).

Урок №6 (урок № 40 поурочного планирования федеральной программы в рамках учебного предмета «Окружающий мир»):

Тема: Профилактика заболеваний. Роль закаливания для здоровья растущего организма.

Тип урока: открытие нового знания.

Цель:

1) создать условия для формирования у обучающихся представления о роли закаливания в укреплении иммунитета и соблюдении правил личной гигиены для педагогической профилактики ЛОР-заболеваний и аллергии через разнообразные виды занятий: фронтальные беседы и обсуждения картинок и иллюстраций, работу в парах для обмена опытом и обсуждения привычек, постановку проблемных вопросов для выявления пробелов в знаниях, групповую работу и исследование информации с использованием карточек, создание памяток, мини-исследования и практические упражнения;

2) закрепить знания через выполнение викторины-теста «Умей предупреждать болезнь» на ресурсе: <https://kupidonia.ru/viktoriny/viktorina-po-okruzhajuschemu-miru-umej-preduprezhdad-bolezn?ysclid=mnbopu5bk9803894028>.

Урок №7 (урок № 41 поурочного планирования федеральной

программы в рамках учебного предмета «Окружающий мир»):

Тема: Роль двигательной активности: утренней гимнастики и динамических пауз.

Тип урока: урок формирования практических умений и навыков.

Цель:

1) создать условия для формирования у обучающихся устойчивых знаний и навыков здорового образа жизни и регулярной физической активности через разнообразные виды занятий: выполнение утренней гимнастики и динамических пауз для развития мышц, позвоночника и суставов; обсуждение в парах и группах правил правильной осанки и распределения времени на активность и отдых;

2) закрепить знания через выполнение интерактивных заданий на LearningApps <https://learningapps.org/display?v=p7oqnos9c20>.

Урок №8 (урок № 42 поурочного планирования федеральной программы в рамках учебного предмета «Окружающий мир»):

Тема: Урок - повторение по теме «Человек-часть природы. Строение тела человека».

Тип урока: урок обобщения и систематизации знаний.

Цель:

1) создать условия для формирования у обучающихся устойчивых навыков двигательной активности и здорового образа жизни через комплекс практических и цифровых заданий: выполнение утренней гимнастики и динамических пауз для укрепления мышц, позвоночника и суставов; наблюдение за осанкой и использованием мебели, сопоставление ее высоты с ростом; обсуждение в парах и группах правил осанки, контроля веса и организации режима дня;

2) закрепить знания через выполнение интерактивного задания LearningApps <https://learningapps.org/display?v=ppfexse7520> ; <https://learningapps.org/display?v=pmp67q91n20>.

Каждый урок включает, кроме программного материала, практико-

ориентированные задания (включая интерактивные упражнения на платформе LearningApps и на других обучающих платформах), специальные упражнения, игры, видеосюжеты, др. направленные на формирование у учащихся навыков сохранения своего физического здоровья.

Ожидаемые результаты

В результате реализации программы обучающиеся:

Знают:

- основы строения организма человека;
- факторы, влияющие на здоровье правильное питание, профилактика заболеваний, наследственность, режим дня, личная гигиена, экология;

- меры профилактики ЛОР-заболеваний, нарушений ОДА и аллергии (закаляться, соблюдать гигиену, следить за осанкой, носить удобную обувь, укреплять иммунитет, избегать контакта с аллергенами);

Умеют:

- контролировать свое самочувствие;
- выполнять простые профилактические упражнения (промывание носа и горла, дыхательная гимнастика, физическая активность, прогулки на свежем воздухе;

- соблюдать правила личной гигиены и здорового образа жизни (мыть руки, проветривать помещение, физическая активность, режим дня).

Таким образом, разработанная программа обеспечивает системное, последовательное и интерактивное обучение младших школьников и формирование у них культуры здоровья.

Выводы по главе 2

В заключении эмпирического исследования можно сформулировать следующие выводы:

В эмпирическом исследовании приняли участие учащиеся 3 «Б» класса в количестве 25 человек.

Описана диагностическая программа исследования, в которой определены критерии и методики исследования уровня сформированности знаний младших школьников о хронических заболеваниях.

Критерии исследования уровня сформированности знаний младших школьников о хронических заболеваниях:

- 1) Знание причин хронических заболеваний.
- 2) Знание особенностей проявления хронических заболеваний (признаков).
- 3) Знание способов профилактики хронических заболеваний.

Определены методики исследования уровня сформированности знаний младших школьников о хронических заболеваниях:

– Методика 1. Тест-вопросник «Будьте здоровы!», направленная на изучение уровня знаний о причинах хронических заболеваний, автор Смирнов Н.К.;

– Методика 2. «Если хочешь быть здоровым!», направленная на изучение уровня знаний об особенностях проявления хронических заболеваний (их признаков), автор Смирнов Н.К.;

– Методика 3. «Мое здоровье в моих руках!», направленная на изучение уровня знаний младших школьников о способах профилактики хронических заболеваний, автор Смирнов Н.К.

Реализован констатирующий эксперимент, в результате которого был сформулирован вывод, что есть обучающиеся (28%) на высоком уровне знаний о хронических заболеваниях. Однако значительная часть обучающихся (60%) показывает низкий уровень знаний, что предполагает необходимость обратить внимание на обучение в данной области. Только 12% обучающихся достигли среднего уровня знаний.

В связи с этим нами была разработана Программа педагогической профилактики хронических заболеваний у младших школьников

Ожидается, что разработанная программа будет способствовать расширению знаний, общей осведомленности младших школьников о

хронических заболеваниях, достижению планируемых результатов ФГОС НОО в области здоровья, социальной компетентности и учебной активности.

Ожидается, что разработанная программа поможет формировать навыки безопасного поведения, укрепит мотивацию к здоровому образу жизни и будет способствовать развитию ответственности за сохранение своего физического здоровья. Доступная подача материала, использование игровых и практико-ориентированных форм работы обеспечат возрастную адекватность и эффективность усвоения знаний.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В заключении работы можно сформулировать следующие выводы:

В первой главе настоящего исследования освещаются теоретические основы педагогической профилактики хронических заболеваний младших школьников.

В ходе анализа научной литературы выявлено, что педагогическая профилактика представляет собой систему образовательных и воспитательных мероприятий, которые нацелены на формирование у обучающихся культуры здорового образа жизни и ценности здоровья, ответственного отношения к состоянию собственного здоровья, а также поведенческих паттернов и установок, направленных на снижение факторов риска развития хронических заболеваний.

Обозначено, что педагогическая профилактика хронических заболеваний как социально-педагогическая проблема обусловлена комплексным влиянием образовательной, социальной, культурной и семейной среды. Проблема требует решения в рамках системного, междисциплинарного подхода, направленного на формирование культуры здоровья, ценностного отношения к здоровью и предупреждение факторов риска на ранних этапах развития личности.

Изучены возрастные особенности младших школьников, принципы и педагогические условия, которые будут способствовать расширению у младших школьников знаний о хронических заболеваниях в рамках комплексного подхода, сочетающего доступность содержания, наглядность, эмоционально-воспитательную направленность и практическую ориентированность обучения.

Рассмотрены способы педагогической профилактики хронических заболеваний младших школьников, которые будут способствовать созданию эмоционально безопасной среды, основанной на взаимном уважении и доверии.

Во второй главе проведено эмпирическое исследование уровня

осведомленности младших школьников о хронических заболеваниях, в котором приняли участие учащиеся 3 «Б» класса в количестве 25 человек.

Описана диагностическая программа исследования, в которой определены критерии и методики исследования уровня сформированности знаний младших школьников о хронических заболеваниях.

Критерии исследования уровня сформированности знаний младших школьников о хронических заболеваниях:

1) Знание причин и признаков хронических заболеваний, способов профилактики.

2) Знание особенностей проявления хронических заболеваний (признаков).

3) Знание способов профилактики хронических заболеваний.

Определены методики исследования уровня сформированности знаний младших школьников о хронических заболеваниях:

– Методика 1. Тест-вопросник «Будьте здоровы!», направленная на изучение уровня знаний о причинах хронических заболеваний, автор Смирнов Н.К.;

– Методика 2. «Если хочешь быть здоровым!», направленная на изучение уровня знаний об особенностях проявления хронических заболеваний (их признаков), автор Смирнов Н.К.;

– Методика 3. «Мое здоровье в моих руках!», направленная на изучение уровня знаний младших школьников о способах профилактики хронических заболеваний, автор Смирнов Н.К.

Реализован констатирующий эксперимент, в результате которого был сформулирован вывод, что есть обучающиеся (28%) на высоком уровне знаний о хронических заболеваниях. Однако значительная часть обучающихся (60%) показывает низкий уровень знаний, что предполагает необходимость обратить внимание на обучение в данной области. Только 12% обучающихся достигли среднего уровня знаний.

В результате констатирующего эксперимента были выявлены

следующие проблемы:

1) недостаточный уровень базовой медицинской грамотности.

Как показал констатирующий эксперимент, большинство учеников 3 «Б» класса не имеют четких и полных знаний о причинах хронических заболеваний, их признаках и способах профилактики.

А именно:

- не знают, что причинами хронических заболеваний может быть наследственность, образ жизни, экология и не до конца долеченные болезни;
- не связывают хроническое заболевание с образом жизни;
- часто руководствуются бытовыми мифами.

2) слабое осознание личной ответственности за собственное здоровье.

Преобладание низкого уровня свидетельствует о недостатке понимания роли собственного поведения в профилактике заболеваний. Многие обучающиеся показали пробелы в понимании ключевых факторов сохранения здоровья.

Эти факторы следующие: правильное питание; профилактика заболеваний; наследственность и семейный риск; экология; режим дня; личная гигиена.

Обозначенные проблемы обусловили необходимость разработки Программы педагогической профилактики хронических заболеваний младших школьников.

Цель программы состоит в формировании у младших школьников основ культуры здоровья и навыков профилактики хронических заболеваний (ЛОР-органов, опорно-двигательного аппарата и аллергических состояний) в процессе изучения учебного предмета «Окружающий мир».

Программа представляет собой систему из 8 последовательных уроков, реализуемых в рамках предмета «Окружающий мир».

Особое внимание уделяется профилактике таких хронических заболеваний, как заболеваний ЛОР-органов, нарушений опорно-двигательного аппарата, аллергических состояний.

Ожидается, что разработанная программа поможет формировать навыки безопасного поведения, укрепит мотивацию к здоровому образу жизни и будет способствовать развитию ответственности за свое самочувствие. Доступная подача материала, использование игровых и практико-ориентированных форм работы обеспечивают возрастную адекватность и эффективность усвоения знаний.

БИБЛИОГРАФИЯ

1. Актуальные проблемы психологии образования : монография / под редакцией Н. Н. Васягиной, Е. А. Казаевой. — Екатеринбург : УрГПУ, 2015. — 304 с. — ISBN 978-5-7186-0723-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/159026> (дата обращения: 20.03.2026).
2. Алмазова, И. Г. Игровая и досуговая педагогика : учебное пособие / И. Г. Алмазова, Г. А. Корякина, С. Н. Числова. — Елец : ЕГУ им. И.А. Бунина, 2024. — 90 с. — ISBN 978-5-00151-452-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/462473> (дата обращения: 21.03.2026).
3. Артыкбаев М. Методические принципы работы педагога по здоровьесбережению учащихся в образовательных учреждениях // Lingvospektr. — 2024. — URL: <https://lingvospektr.uz/index.php/lngsp/article/view/258> (дата обращения: 25.03.2026).
4. Баль Л.В., Барканова С. В. Здоровьесберегающая педагогика / Л.В. Баль, С. В. Барканова. — М.: Владос, 2020. — 190с.
5. Баранова Н. А. Здоровьесберегающие технологии и эффективность их использования в начальной школе // Образование и воспитание. — 2023. — № 5 (46). — С. 19–21. — URL: <https://moluch.ru/th/4/archive/259/8729> (дата обращения: 27.03.2026).
6. Васильева О. Ю., Борисенков В. П., Левицкий М. Л. (и др.) Ценностные основы развития российского образования: теория и практика: монография. — М.: МАКС Пресс, 2023. — 542 с. — DOI: 10.29003/m3622.978-5-317-07081-6. — URL: <https://doi.org/10.29003/m3622.978-5-317-07081-6> (дата обращения: 24.03.2026).
7. Верховых, И.В. Проблемы организации проектной деятельности в начальной школе в соответствии с требованиями ФГОС / И. В. Верховых, Н. П. Шитякова // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. — 2018. — № 6. — С. 53-67. — ISSN 1997-9886. — Текст :

электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/journal/issue/312742> (дата обращения: 26.03.2026).

8. Вершинина Н. А., Привалов К. А. Культура здоровья младших школьников: к постановке проблемы исследования // Пространство педагогических исследований. – 2025. – Т. 2, № 3. – С. 34–54. – DOI: 10.23859/3034-1760.2025.20.68.003. — URL: <https://ppi-journal.ru/publikatsii/arkhiv/prostranstvo-pedagogicheskikh-issledovaniy-t-2-3/kultura-zdorovya-mladshikh-shkolnikov-k-postanovke-problemy-issledovaniya/> (дата обращения: 24.03.2026).

9. Винницкий Ю. А. Учимся – играя, или старый добрый LearningApps [Электронный ресурс] / Ю. А. Винницкий. — Сообщество учителей Intel Education Galaxy. — URL: <https://edugalaxy.intel.ru/index.php?automodule=blog&blogid=6885&showentry=5530> (дата обращения: 21.03.2026).

10. Виттенбек, В. К. Адаптация детей дошкольного и младшего школьного возраста к образовательным организациям : учебное пособие / В. К. Виттенбек, А. С. Москвина, А. Л. Третьяков. — Москва : ГУП, 2024. — 241 с. — ISBN 978-5-7017-3476-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/511985> (дата обращения: 26.03.2026).

11. Гончар Н. О., Авдеева М. В., Щеглова Л. В. Приоритетные направления совершенствования нормативной правовой базы в сфере охраны здоровья детей и подростков: профилактика кардиометаболических заболеваний // Профилактическая медицина. – 2025. – Т. 28, № 8. – С. 27–33. — DOI: 10.17116/profmed20252808127. — URL: <https://www.mediasphera.ru/issues/profilakticheskaya-meditsina/2025/8/1230549482025081027> (дата обращения: 24.03.2026).

12. Гордиенко, Е. В. Возрастная психология. Курс лекций : учебное пособие для СПО / Е. В. Гордиенко. — Санкт-Петербург : Лань, 2025. — 416 с. — ISBN 978-5-507-51927-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-

библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/460706> (дата обращения: 26.03.2026).

13. Земляченко, Л.В. Цифровая обучающая экосистема начальной школы: сущность и специфика / Л. В. Земляченко // Научно-методический электронный журнал «Концепт». — 2023. — № 7. — С. 142-153. — ISSN 2304-120X. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/journal/issue/334865> (дата обращения: 29.03.2026).

14. Игровые технологии на уроках русского языка в начальной школе / Е. А. Бондарь, Т. П. Плахтий // Новые горизонты русистики. — 2024. — № 3 (25). — С. 29-34. — ISSN 2522-1787. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/journal/issue/366275> (дата обращения: 26.03.2026).

15. Использование интерактивных технологий в процессе формирования знаний об окружающей среде у младших школьников / Е. В. Диденко, Л. А. Деминская // Вестник студенческого научного общества ГОУ ВПО «Донецкий национальный университет». — 2023. — № 15-3. — С. 40-44. — ISSN 2522-4824. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/journal/issue/334058> (дата обращения: 26.03.2026).

16. Какабаева О. С., Графова В. А., Аманмаммедова С. А. Фундаментально-прикладной характер ранней профилактики неинфекционных заболеваний // Universum: медицина и фармакология : электрон. научн. журн. — 2024. — № 12 (117). — URL: <https://7universum.com/ru/med/archive/item/18786> (дата обращения: 24.03.2026).

17. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. 1-4 классы // В.И. Ковалько. — М.: «ВАКО», 2014. — 296 с.

18. Кулагина, И. Ю. Психология детей младшего школьного возраста : учебник и практикум для среднего профессионального

образования / И. Ю. Кулагина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 291 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-03657-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514439> (дата обращения: 29.03.2026).

19. Ломовцева, Н. В. Технологии электронного обучения: лабораторный практикум : учебное пособие / Н. В. Ломовцева, С. Ю. Ярина. — Екатеринбург : РГППУ, 2022. — 76 с. — ISBN 978-5-91256-573-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/352505> (дата обращения: 28.03.2026).

20. Макушкина Ю.И. Здоровьесберегающие технологии во время учебного процесса в рамках ФГОС второго поколения // Вестник дошкольного образования. — 2023. — № 1 (219), ч. 5. — URL: <https://files.s-ba.ru/publ/vestnik-do/2023/219-5.pdf> (дата обращения: 24.03.2026).

21. Марокова, М. В. Психология детей младшего школьного возраста : учебное пособие / М. В. Марокова. — Волгоград : ВГАФК, 2014. — 156 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/158012> (дата обращения: 26.03.2026).

22. Меликов Д.А., Состояние и проблемы формирования здоровьесберегающей среды в организации среднего профессионального образования // Ученые записки университета Лесгафта. — 2025. — №8 (246). — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sostoyanie-i-problemy-formirovaniya-zdoroviesberegayuschey-sredy-v-organizatsii-srednego-professionalnogo-obrazovaniya> (дата обращения: 24.03.2026).

23. Морозов, М. А. Здоровый человек и его окружение. Здоровьесберегающие технологии : учебное пособие для СПО / М. А. Морозов. — 6-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2025. — 372 с. — ISBN 978-5-507-50596-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/448652> (дата обращения: 22.03.2026).

24. Организация обучения и воспитания в начальной школе:

содержание и технологии : учебное пособие / составители Г. Н. Мусс [и др.]. — Оренбург : ОГПУ, 2020. — 138 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/143521> (дата обращения: 18.03.2026).

25. Орехова Т. Ф. Теоретические основы формирования здорового образа жизни субъектов педагогического процесса в системе современного общего образования: монография. — 4-е изд., стер. — М.: ФЛИНТА, 2021. — 354 с. — URL: <https://znanium.ru/catalog/product/1843855> (дата обращения: 24.03.2026).

26. Панкова Е.С. Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни: учебное пособие (материалы для спецкурса) / [Электронный ресурс]. — Электрон. дан. / Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева. — Красноярск, 2017.

27. Педагогические условия использования здоровьесберегающих технологий в начальной школе / А. В. Засидко, Е. И. Приходченко // Вестник студенческого научного общества ГОУ ВПО «Донецкий национальный университет». — 2023. — № 15-3. — С. 54-57. — ISSN 2522-4824. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/journal/issue/33405> (дата обращения: 27.03.2026).

28. Пенин Г. Н., Назарова Н. М. Специальная педагогика: учебник: в 3 т. Т. 1. История специальной педагогики / под ред. Н. М. Назаровой. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: ИНФРА-М, 2023. — 357 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). — DOI: 10.12737/1078993. — URL: <https://znanium.ru/catalog/product/1914004> (дата обращения: 24.03.2026).

29. Профессионально-личностное развитие будущего учителя в условиях цифровизации образования : монография / Е. Н. Герасимова, В. Н. Карташова, В. Н. Мезинов, А. Н. Пронина. — Елец : ЕГУ им. И.А. Бунина, 2023. — 166 с. — ISBN 978-5-00151-346-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/393239> (дата обращения: 28.03.2026).

30. Психология детей младшего школьного возраста : учебник и практикум для вузов / под общей редакцией А. С. Обухова. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 424 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00595-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536026> (дата обращения: 29.03.2026).

31. Психолого-педагогические аспекты воспитания в непрерывном образовательном процессе : монография / под редакцией С. А. Травиной. — Тверь : ТвГУ, 2024. — 174 с. — ISBN 978-5-7609-1947-2. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/508595> (дата обращения: 25.03.2026).

32. Раджабова, З.Б. Особенности интеллектуального развития в младшем школьном возрасте / З. Б. Раджабова, // Вестник Таджикского национального университета. Серия Гуманитарных Наук — 2020. — № 10. — С. 261-263. — ISSN 2074-1847. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/journal/issue/345731> (дата обращения: 26.03.2026).

33. Сенкевич, Л. В. Психология экзистенциальных кризисов : монография / Л. В. Сенкевич ; под научной и общей редакцией Д. А. Донцова. — Москва : ФЛИНТА, 2023. — 372 с. — ISBN 978-5-9765-5423-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/402050> (дата обращения: 26.03.2026).

34. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие технологии. – М.:АРКТИ, 2003. – 244 с. URL: <https://search.rsl.ru/ru/record /01002416055?ysclid=mnff9x25wl937143496>

35. Стяжкина Л.В. Педагогические условия воспитания сознательного отношения к здоровому образу жизни // Современная начальная школа. – 2023. – № 10 (53). URL: <https://files.s-ba.ru/publ/primary-school/2023/53.pdf>.

36. Устюжина, А. Ю. Рефлексивная деятельность в учебном процессе: теория и практика : монография / А. Ю. Устюжина. — Чита :

ЗабГУ, 2022. — 226 с. — ISBN 978-5-9293-3176-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/438323> (дата обращения: 26.03.2026).

37. Факторы образа жизни в риске развития хронических неинфекционных заболеваний у лиц молодого возраста (мета-анализ данных литературы) / Г. Г. Онищенко, Т. В. Жукова [и др.] // Анализ риска здоровью. — 2024. — № 4. — С. 187-202. — ISSN 2308-1155. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/journal/issue/367913> (дата обращения: 23.03.2026).

38. Федеральная рабочая программа начального общего образования по учебному предмету «Окружающий мир» (для 1-4 классов образовательных организаций). Москва, 2025. – 3 класс.

39. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (ФГОС НОО) [Электронный ресурс]: утверждён приказом Министерства просвещения РФ от 31.05.2021 № 286. – Режим доступа: <https://publication.pravo.gov.ru/Document/View/000120210705002> (дата обращения: 27.03.2026).

40. Физическое развитие и состояние здоровья детей и подростков в школьном онтогенезе : (лонгитудинальное исследование) / [Кучма В. Р., Сухарева Л. М., Рапопорт И. К. и др.] ; под редакцией В. Р. Кучмы, И. К. Рапопорт ; Всероссийское общество развития школьной и университетской медицины и здоровья. – Москва : Научная книга, 2021 – Библиогр.: с. 273-286 (130 назв.).

41. Формирование основ здорового образа жизни у детей младшего школьного возраста / С. М. Воробьева, О. В. Бурман [и др.] // Эпомен: медицинские науки. — 2025. — № 21. — С. 133-141. — ISSN 1683-0404. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/journal/issue/372004> (дата обращения: 12.09.2025).

42. Чедов К. В. Кластерное взаимодействие социальных институтов в региональном образовательном пространстве по формированию культуры

здоровья обучающихся: монография / под науч. ред. В. А. Фёдорова. — Пермь: ПГНИУ, 2021. — 280 с. — URL: <https://znanium.ru/catalog/document?id=447973> (дата обращения: 24.03.2026).

43. Шупаев, А. В. Проектирование дополнительных общеобразовательных программ : учебно-методическое пособие / А. В. Шупаев. — 2-е изд., стер. — Москва : ФЛИНТА, 2022. — 97 с. — ISBN 978-5-9765-5155-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/266438> (дата обращения: 12.09.2025).

44. Юргайте, Е.А. Характеристика возрастных особенностей младших школьников / Е. А. Юргайте // Вестник Донецкого национального университета. Серия Б: Гуманитарные науки. — 2021. — № 4. — С. 153-160. — ISSN 2524-0285. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/journal/issue/342560> (дата обращения: 26.03.2026).

45. STEM-технологии как комплексный инструмент в решении задач развития инженерного мышления детей дошкольного и младшего школьного возраста / Е. И. Сухова, Е. I. Sukhova, Д. М. Семичев, D. M. Semichev // Учёные записки Забайкальского государственного университета. — 2022. — № 2. — С. 131-138. — ISSN 2658-7114. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/journal/issue/337721> (дата обращения: 29.03.2026). —

46. Centers for Disease Control and Prevention. Managing Chronic Health Conditions in Schools. CDC Healthy Schools. Atlanta, GA, Division of Adolescent and School Health, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, 2019. URL: https://archive.cdc.gov/www_cdc_gov/healthyschools/shs/chronic_disease_management.htm (дата обращения: 27.03.2026).

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Методика 1. Тест-вопросник «Будьте здоровы!» на изучение уровня знаний о причинах хронических заболеваний

Методика 1. Вопросник «Будьте здоровы!» (Н.К. Смирнов, 2005) предназначен для оценки уровня знаний обучающихся о причинах хронических заболеваний. Вопросник содержит ряд задач, требующих от участников выбора правильного ответа или ответов на предложенные вопросы.

Цель: выявление оценки уровня знаний обучающихся о причинах хронических заболеваний.

Оцениваемые универсальные учебные действия: регулятивные действия планирования и контроля.

Возраст: ступень начального обучения (8-11 лет).

Форма и ситуация оценивания: групповая форма.

Групповое диагностическое исследование для определения различий в планировании у младших школьников строится следующим образом.

Учащимся необходимо ответить на вопросы анкеты.

Обработка результатов

Ученик дает 1-4 правильных ответов. (0-4).

Ученик дает 5-8 правильных ответов. (5-8).

Ученик дает 9-12 правильных ответов. (9-12)

Вопрос 1 нацеливает участников на определение времени года, когда наблюдаются обострения аллергических заболеваний, предлагая выбрать из четырех сезонов: зима, весна, лето или осень.

Вопрос 2 требует от детей выбора изображений продуктов питания, которые могут вызвать аллергические реакции, что позволяет оценить их понимание потенциальных аллергенов.

Вопрос 3 исследует их понимание механизмов аллергических реакций на свежие цветы, предлагая несколько вариантов ответов, таких как заболевания (ангина, грипп) и аллергия на цветение.

Вопрос 4 направлен на выявление различных форм проявления аллергии, предлагая выбор между симптомами, такими как зуд, шелушение, чихание и другие.

Вопрос 5 исследует причины заболеваний уха, горла и носа, предлагая варианты, связанные с заболеваниями носоглотки, переохлаждением, травмами и снижением иммунитета.

Вопрос 6 предполагает выбор из причин ухудшения слуха, таких как длительное использование гаджетов, повышенный шум и осложнения после простуды.

Вопрос 7 рассматривает меры предосторожности, применяемые взрослыми для защиты детей от простудных заболеваний в зимний период.

Вопрос 8 поднимает тему ограничения употребления мороженого и его воздействия на здоровье.

Вопрос 9 касается внимания взрослых к выбору правильной обуви для предотвращения заболеваний и поддержания комфортных условий при физической активности.

Вопрос 10 исследует позу детей при выполнении домашнего задания и потенциальные последствия для осанки.

Вопрос 11 фокусируется на выборе подходящей сумки для походов, где упоминается важность удобства и избежания нарушений осанки.

Вопрос 12 предлагает участникам выбрать изображения, представляющие рекомендации для родителей по предотвращению болей в спине.

АНКЕТА ДЛЯ ДЕТЕЙ:

Выбери правильный ответ или ответы:

1. В какое время года обостряются аллергические заболевания? Выбери правильный

ответ.

1. Зима; 2. Весна; 3. Лето; 4. Осень.

2. Какие продукты питания могут вызвать аллергические реакции? Выбери несколько рисунков.



3. Если понюхать букет свежих полевых цветов, иногда хочется чихнуть, а потом нос долго чешется и даже краснеет. Как ты думаешь, почему такое бывает?

- потому что заболел ангиной,
- потому что заболел гриппом,
- потому что аллергия на цветение,
- потому что заложенность носа,
- потому что закружилась голова.

4. В каком виде аллергия может проявиться? Выбери варианты ответов.

- Зуд,
- Шелушение,
- Чихание,
- Потливость,
- Покраснение,
- Повышение температуры,
- Слезотечение,
- Заложенность носа.

5. Что может вызвать заболевания уха, горла, носа?

- заболевание носоглотки,
- заболевание кожного покрова,
- переохлаждение,
- травмы,
- ангину,
- снижение иммунитета.

6. Что может стать причиной того, что человек станет хуже слышать? Выбери варианты ответов.

- длительное использование гаджетов,
- повышенный шум в помещении,
- частое использование наушников,
- недолеченная простуда,
- повышенная температура,
- осложнения после гриппа и др.

7. Зачем зимой взрослые завязывают детям шарф не впереди узлом, а задом наперед. И еще иногда закрывают этим шарфом нижнюю часть лица?

- чтобы не заболеть ангиной,
- чтобы не заболеть насморком,
- чтобы не появилась аллергия,
- чтобы не заболела голова.

8. Почему нельзя съесть больше одной порции мороженого за 1 раз, потому что?

- заболит живот,
- заболит горло,
- заболит спина,
- заболит голова.

9. К обуви все относятся очень внимательно. Для занятий спортом одевают специальные спортивные кроссовки. Для ходьбы по улице летом босоножки, и следят за высотой каблука. Покупая обувь следят за размером, чтобы обувь обнимала ножку. Зимой выбирают обувь, чтобы не потела нога. Как ты думаешь зачем взрослые люди уделяют столько внимания обуви?

- чтобы было удобно ходить и бегать,
- чтобы было красиво,
- чтобы избежать заболевания живота,
- чтобы избежать плоскостопия.



10. Почему деля домашнее задание нужно сидеть на стуле и за письменным столом?

- потому что может нарушиться осанка,
- потому что заболит живот,
- может появиться плоскостопие,
- потому что заболит горло.



11. Как ты думаешь зачем люди, идущие в поход берут не сумку одевая ее через одно плечо, а рюкзак который одевается на два плеча?

- потому что удобно и комфортно,
- потому что так легко,
- потому что модно и красиво,
- чтобы избежать нарушение осанки.



12. Выбери картинки про маму и папу, чтобы у них не болела спина?



ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Методика 2 «Если хочешь быть здоровым!» на изучение уровня знаний об особенностях проявления хронических заболеваний (их признаках)

Методика 2 «Если хочешь быть здоровым!» (Н.К. Смирнов, 2005) предназначена для оценки уровня знаний учащихся о признаках и особенностях проявления хронических заболеваний. В данном тесте участникам предлагается выбрать правильные ответы на поставленные вопросы, касающиеся симптоматики различных заболеваний.

Цель: выявление оценки уровня знаний обучающихся, касающихся симптоматики различных заболеваний.

Оцениваемые универсальные учебные действия: регулятивные действия планирования и контроля.

Возраст: ступень начального обучения (8-11 лет).

Форма и ситуация оценивания: групповая форма.

Групповое диагностическое исследование для определения различий в планировании у младших школьников строится следующим образом.

Учащимся необходимо ответить на вопросы анкеты.

Обработка результатов

Ученик дает 1-4 правильных ответов. (0-4).

Ученик дает 5-8 правильных ответов. (5-8).

Ученик дает 9-12 правильных ответов. (9-12)

Вопросы и варианты ответов

1. Вопрос о признаках аллергии, на которые часто жалуются взрослые, предлагает выбрать из следующих вариантов: сыпь, тошнота, зуд, слезотечение, покраснение глаз и зубная боль.

2. Следующий вопрос касается последствий употребления сладких блюд у аллергиков, среди которых могут быть чихание, покраснение глаз, зуд и шелушение.

3. Третий вопрос предлагает определить причины внезапных симптомов, таких как насморк и чихание у друга после игры с животным, с вариантами ответов: аллергия, заболевание уха, горла, носа, или грипп.

4. Четвертый вопрос исследует возможные симптомы аллергии на цветение, если не принять лекарство; среди симптомов фигурируют зуд, чихание, слезотечение, покраснение и зуд в глазах.

5. Вопрос о признаках заболевания уха требует от участников выбора симптомов, таких как «стреляет» в ухе, повышенная температура и отек.

6. Шестой вопрос касается определения симптомов ангины, где учащиеся должны выбрать такие признаки, как боль при глотании, красное горло и повышенная температура.

7. Вопрос о признаках осложнения насморка (гайморита) перечисляет возможные симптомы, включая головную боль в области лица, температуру и неприятный запах.

8. Участники должны определить возможные симптомы при выходе на улицу с мокрой головой, среди которых: повышенная температура, слабость и першение в горле.

9. Девятый вопрос связан с определением следов здоровой стопы на мокром полу.

10. Десятый вопрос предоставляет возможность назвать дополнительные признаки нарушения осанки, такие как наклон головы вперед и боли в спине.

11. Одиннадцатый вопрос подразумевает выбор термина для обозначения нарушения осанки, если у человека наблюдается несоответствие уровня плеч и лопаток.

12. Заключительный вопрос касается последствий ношения неправильно подобранной обуви, что может приводить к нарушениям стопы, искривлению пальцев и

плоскостопию.

Концептуальное содержание

Цель данного теста заключается в оценке уровня знаний детей о здоровье и симптомах заболеваний, которые могут проявляться в их повседневной жизни. Учащиеся должны осознать важность осведомленности о признаках хронических заболеваний и аллергий, а также ознакомиться с правильными профилактическими мерами для поддержания здоровья. Применение подобной методики способствует формированию у детей грамотного отношения к медицинским вопросам и предоставляет возможность осознания их здоровья и здоровья окружающих их людей.

В качестве инструмента диагностики тест помогает выявить уровень информированности учащихся о симптомах различных заболеваний и их признаках, а также дает основу для дальнейшего обучения и коррекции знаний в этой области.

АНКЕТА ДЛЯ ДЕТЕЙ

В тесте нужный ответ необходимо выбрать правильные ответы.

1. Есть такое заболевание аллергия. Скажи, на какие признаки аллергии часто жалуются взрослые?



1. Сыпь,



2. тошнота,



3.зуд,



4 слезотечивость



5 покраснение глаз



6 зубная боль

1. Сыпь, 2. тошнота, 3.зуд,

4.слезотечивость, 5.покраснение глаз, 6.зубная боль.

2. После употребления сладкого блюда (напитка) у аллергика могут появиться:

- простуда,
- чихание,
- ангина,
- покраснения глаз,
- шелушение,
- зуд.

3. Если у твоего друга после игры с кошкой (собакой) потекли из носа сопли, он внезапно начал чихать, покраснели глаза, но твой друг не простыл. То как ты думаешь, признаками чего могут быть такие внезапные проявления? Выбери правильный ответ.

- заболевания уха, горла, носа,
- аллергии,
- заразился от кошки насморком,
- заболевания горла,
- заболевания гриппом.

4. Если у тебя например аллергия на цветение и ты пришел на луг поиграть с

друзьями и забыл принять лекарство от аллергии, то какие симптомы могут быть:

- зуд и жжение в носу,
- постоянное чихание,
- слезотечение,
- покраснение и зуд глаз,
- першение в горле, сухой кашель,
- повышение температуры,
- затрудненное дыхание.

5. По каким признакам ты сам можешь определить, что у тебя заболевание уха?

- першение в горле,
- кашель,
- жажда,
- ты захромал,
- повышение температуры,
- отек уха,
- боли при жевании.

6. Что ты должен почувствовать, чтобы сказать маме «Мама у меня ангина»?

- боль при глотании,
- заложенный нос,
- кашель,
- красное горло,
- повышенная температура,
- насморк,
- зуд.

7. Какие признаки того, что у тебя возникло осложнение насморка (гайморит)?

- сильный насморк,
- температура,
- головная боль в области лица, бровей,
- покраснение,
- неприятный запах изо рта и носа.

8. Если ты зимой пойдешь с мокрой головой в школу, то у тебя какие могут быть симптомы:

- слабость,
- потеря аппетита,
- нарушение сна,
- повышение температуры,
- першение в горле,
- заболит голова.

9. Если пройти по мокрому вымытому полу, то можно увидеть разные следы.

Выбери правильный след?



10. Изогнутая спина - это признак нарушения осанки. А какие еще признаки нарушения осанки ты можешь назвать?

- наклон головы вперед,
- согнутые колени,
- затрудненное дыхание,
- плоская спина,
- малоподвижность,
- занятие спортом,
- боли в спине.

11. Если посмотреть на человека спереди или сзади, то можно увидеть, что у кого-то спина ровная, и плечи и лопатки находятся на одном уровне, а у кого-то - на разной высоте. Как называется нарушение осанки у человека?

- сколиоз,
- плоскостопие,
- вывих,
- перелом.



12. Почему нельзя носить обувь большого и маленького размера и что из-за этого может быть в будущем?

- нарушение стопы ног,
- будут потеть ноги,
- искривление пальцев ног,

- плоскостопие,
- частое падение,
- нарушение осанки

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Методика 3. «Мое здоровье в моих руках!» на изучение уровня знаний младших школьников о способах профилактики хронических заболеваний

Методика тестирования на тему профилактики здоровья, разработанная Н.К. Смирновым в 2005 году, направлена на оценку уровня знаний учащихся о способах предотвращения аллергических реакций и поддержания здоровья. В данном тесте школьники отвечают на серию вопросов, выбирая правильные варианты ответов, которые касаются практических рекомендаций по избеганию аллергий и различных заболеваний.

Цель: выявление оценки уровня знаний обучающихся, касающихся практических рекомендаций по избеганию аллергий и различных заболеваний.

Оцениваемые универсальные учебные действия: регулятивные действия планирования и контроля.

Возраст: ступень начального обучения (8-11 лет).

Форма и ситуация оценивания: групповая форма.

Групповое диагностическое исследование для определения различий в планировании у младших школьников строится следующим образом.

Учащимся необходимо ответить на вопросы анкеты.

Обработка результатов

Ученик дает 1-4 правильных ответов. (0-4).

Ученик дает 5-8 правильных ответов. (5-8).

Ученик дает 9-12 правильных ответов. (9-12)

Вопросы и варианты ответов

1. В первом вопросе школьники должны указать, какие рекомендации помогут избежать аллергии, среди предложенных вариантов:

- не контактировать с аллергенами,
- чаще делать влажную уборку,
- чаще стирать вещи,
- бывать на свежем воздухе,
- промывать нос солевым раствором,
- употреблять жирную рыбу и натуральные специи,
- принимать витамины.

2. Второй вопрос касается предосторожностей при уборке, чтобы избежать аллергии на бытовую химию. Здесь ученикам предлагается выбрать между:

- выбросом моющих средств,
- нанять кого-то для уборки,

- использованием натуральных средств,
 - ношением резинок перчаток.
3. Третий вопрос отражает проблему аллергии у друга, который не может контактировать с животными. Рекомендуемые меры включают:
- убрать животных из дома,
 - избегать контакта с ними,
 - проводить ежедневную влажную уборку,
 - использовать препараты от аллергии,
 - носить защитную маску,
 - трогать животных в перчатках.
4. Четвёртый вопрос направлен на понимание причин использования перчаток и респираторов при уборке. Учащиеся должны выбрать правильный ответ о том, что это делается для:
- предотвращения аллергии.
5. Пятый вопрос касается мер предосторожности при болезни сестры, где ответы включают:
- убрать больного в отдельную комнату,
 - соблюдать влажную уборку,
 - проветривать помещение,
 - не пить из одной кружки,
 - использовать отдельную посуду.
6. Шестой вопрос направлен на личные меры предосторожности для предотвращения ангин, среди которых:
- соблюдение гигиенических норм,
 - избегание контакта с больными,
 - активный образ жизни,
 - прогулки на свежем воздухе,
 - правильное питание,
 - избегание сквозняков.
7. В седьмом вопросе участники должны придумать пять рекомендаций для друзей, чтобы избежать простуды, включая:
- правильное питание,
 - здоровый образ жизни,
 - соблюдение гигиенических норм,
 - соответствующая одежда,
 - регулярные прогулки на свежем воздухе.
8. Восьмой вопрос касается рекомендаций по защите ушей в разные времена года. Учащиеся выбирают действия, такие как:
- пить витамины,
 - одеваться по сезону,
 - избегать сквозняков.
9. Девятый вопрос на тему удобства во время просмотра телевизора предлагает выбор между различными местами для сидения.
10. В десятом вопросе участники должны указать, есть ли у них специальное кресло для работы за компьютером.
11. Одиннадцатый вопрос обсуждает, на какой кровати лучше спать, чтобы избежать проблем с осанкой, предлагая варианты матрасов.
12. Последний вопрос касается способа транспортировки школьных принадлежностей, с несколькими вариантами сумок.

АНКЕТА ДЛЯ ДЕТЕЙ

В тесте нужный ответ необходимо выбрать правильные ответы.

1. Взрослые часто пьют лекарства от аллергии: Чтобы не чесался нос. Не текли

слезы и сопли. Не краснела кожа. Чтобы есть что угодно. Но ведь можно обойтись и без лекарств. Какие ты можешь дать рекомендации, чтобы не было аллергии?

- не контактируйте с аллергенами,
- делайте влажную уборку почаще,
- стирайте свои вещи почаще,
- бывайте чаще на свежем воздухе,
- промывайте свой нос солевым раствором,
- добавьте в свой рацион жирную рыбу и натуральные специи,
- пить витамины.

2. Если ты знаешь, что от бытовой химии для уборки дома может чесаться кожа и зудить, то что надо сделать, чтобы избежать аллергии?

1. выбросить все моющие средства, 2. не делать уборку самому,
- 3.использовать натуральные средства, 4. использовать резиновые перчатки.



1. выбросить все моющие средства,



2. не делать уборку самому,



3.использовать натуральные средства,



4. использовать резиновые перчатки.

3. Твой друг очень любит кошек и собак. Но ему трогать животных ему к сожалению нельзя. Он начинает чесаться. Что можно делать с другом вместе, чтобы помочь ему избежать аллергии?

- убрать животных из дома,
- избегать животных,
- ежедневная влажная уборка,
- применение препарата от аллергии,
- надевать защитную маску,
- трогать животного в перчатке.

4. Пол часто моют со средствами для мытья пола, от этого и грязь легче собирается, и пыли меньше. Но зачем люди при этом одевают перчатки, а иногда даже и респираторы?

- чтобы избежать аллергии,
- чтобы руки не испачкать,
- чтобы не намочить руки,
- чтобы руки потом не мыть.

5. Представь, что у тебя заболела сестренка. Какие меры ты будешь принимать,

чтобы от нее не заразиться?

- убрать больную в свою комнату,
- соблюдение влажной уборки,
- проветривание квартиры,
- пить с одной кружки,
- использовать отдельную посуду.

6. Что ты сам делаешь, чтобы самому не болеть ангиной?

- соблюдение культурно-гигиенических навыков,
- избегать больного,
- малоподвижный образ жизни,
- гулять на свежем воздухе,
- правильное питание,
- избегать сквозняков.

7. Придумай для своих друзей 5 рекомендаций, чтобы они никогда не простывали?

- правильное питание,
- здоровый образ жизни,
- соблюдение культурно-гигиенических навыков,
- одеваться легко,
- прогулки на свежем воздухе.

8. Что надо делать зимой, а что летом, чтобы у тебя не заболели уши?

- пить витамины,
- одеваться по сезону,
- очень тепло одеваться,
- избегать сквозняков,
- правильно питаться,
- заниматься физкультурой.

9. Где ты обычно сидишь во время просмотра телевизора?

- лежу на диване,
- в кресле,
- на полу,
- на табурете.

10. Есть ли у тебя специальное кресло для работы за компьютером?

- да,
- нет.

11. На какой кровати лучше спать, чтобы избежать нарушения осанки? Выбери правильный рисунок.



1. с ортопедическим матрацем,



2. с мягким матрацем,



3. с жестким матрацем.



4. на матраце-сетке.

1. с ортопедическим матрацем, 2. с мягким матрацем,
3. с жестким матрацем. 4. на матраце-сетке.
12. Свои школьные принадлежности ты носишь?
-в портфеле,
-ранце,
-сумке,-пакете.

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева»

(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Факультет начальных классов

Кафедра теории и методики начального образования

Направление подготовки

44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы

Начальное образование

Технологическая карта по окружающему миру

Выполнила: Огородникова Анастасия Евгеньевна

Студентка 4 курса, группа

Учитель Оценка/Подпись _____

Методист Оценка/Подпись _____

Красноярск, 2026

Технологическая карта урока (34)

ФИО учителя: Огородникова Анастасия Евгеньевна.

Класс: 3.

УМК: Школа России.

Предмет: окружающий мир.

Тема: Общее представление о строении организма человека. Температура тела, частота пульса как показатели здоровья человека.

Тип урока: открытие нового знания.

Цель:

1) создать условия для формирования у учащихся представления о строении организма человека через выполнение заданий на определение и соотнесение органов (сердце, легкие, мозг, печень) и их функций;

2) познакомить с показателями здоровья (температурой тела и частотой пульса) через обсуждение и ответы на вопросы; организовать практическую деятельность по измерению пульса в покое и после физической нагрузки с записью результатов в таблицу и их сравнением с нормой;

3) сформировать умение анализировать полученные данные и делать выводы о состоянии организма;

4) закрепить знания о профилактике ЛОР-заболеваний через выполнение тестового задания на платформе [testedu \(https://testedu.ru/test/okruzhayushhij-mir/3-klass/umej-preduprezhdai-bolezn.html\)](https://testedu.ru/test/okruzhayushhij-mir/3-klass/umej-preduprezhdai-bolezn.html).

Место и роль урока в изучаемой теме: урок открытия нового знания.

Планируемые результаты

Предметные знания, предметные действия	УУД			
	регулятивные	познавательные	коммуникативные	личностные
Знать основные органы человека (сердце, легкие, мозг, печень), их функции	Формулировать цель деятельности, планируют действия по изучению нового материала	Анализировать информацию о строении организма, соотносят органы и их функции	Участвовать в обсуждении, задают вопросы, слушают мнение одноклассников	Проявлять интерес к своему организму и здоровью
Знать, что температура тела и пульс являются показателями здоровья	Контролировать правильность выполнения измерений пульса и температуры	Сравнивать полученные результаты с нормой, делают выводы	Обмениваться результатами измерений, объяснять свои действия	Осознавать значимость здорового образа жизни

Уметь измерять пульс и температуру тела	Корректировать свои действия при возникновении затруднений	Делать выводы на основе наблюдений и измерений	Работать в парах при измерениях, обсуждают результаты	Формировать ответственное отношение к собственному здоровью
Знать основные способы профилактики ЛОР-органов	Планировать выполнение упражнения на https://testedu.ru/test/okruzhayushhij-mir/3-klass/um-ej-preduprezhdai-bolezni.html?ysclid=mnbnjibzmy390419771 , корректируют ошибки	Находить соответствия между профилактическими действиями и органами, выделяют важное	Обмениваться идеями, обсуждают правильность выполнения задания	Осознавать значимость профилактических действий для сохранения здоровья
Связывать изученное о строении организма и показателях здоровья с повседневной жизнью	Оценивать эффективность своих действий, делают выводы о правильности своих действий	Применять знания для объяснения причин изменения показателей здоровья	Совместно обсуждать способы заботы о здоровье	Формировать ценностное отношение к здоровью и бережное отношение к себе

Ход урока

	Название этапа урока	Задача, которая должна быть решена (в рамках достижения планируемых результатов урока)	Формы организации деятельности учащихся	Действия учителя по организации деятельности учащихся	Действия учащихся (предметные, УУД)	Результат взаимодействия (продукт, УУД)	Диагностика достижения планируемых результатов урока

1	Мотивация к учебной деятельности	Создать интерес к теме, настроить на исследовательскую деятельность	Фронтальная беседа	Показывает изображение организма человека, задает вопросы: «Что помогает человеку быть здоровым?», «Какие показатели здоровья вы знаете?»	Предметные: отвечают на вопросы о здоровье, приводят примеры из жизни. Примеры ответов: «Я знаю, что температура тела показывает 36,6 градусов, если мы здоровы», «Пульс ускоряется, когда бегаем». УУД: личностные – проявляют интерес к теме; коммуникативные – участвуют в обсуждении, слушают других; регулятивные – включаются в учебную деятельность.	Продукт: устные ответы, эмоциональный отклик. УУД: регулятивные – настрой на работу; личностные – интерес к теме; коммуникативные – умение слушать и выражать мнение	Наблюдение за активностью, качество ответов, вовлеченность
2	Актуализация знаний и пробное действие	Проверить базовые знания о строении тела человека и показателях здоровья	Фронтальная, индивидуальная	Задает вопросы: «Где сердце, легкие?», «Что такое пульс?»	Предметные: называют органы человека, описывают их функции, показывают на схемах. Примеры ответов: «Сердце качает кровь», «Легкие нужны для дыхания», «Мозг управляет телом». УУД: познавательные – восстановление знаний, анализ информации; регулятивные – контроль правильности своих ответов.	Продукт: ответы. УУД: познавательные – восстановление знаний, анализ информации; регулятивные – контроль своих ответов	Фронтальный опрос, визуальные ответы на схемах
3	Выявление места и причины затруднения	Определить, какие знания требуют уточнения или расширения	Индивидуальная, работа в парах	Предлагает измерить пульс друг другу, определить температуру тела, обсуждает результаты	Предметные: измеряют пульс и температуру, фиксируют результаты. Примеры действий/ответов: «У меня пульс 80 ударов в минуту», «Температура	Продукт: таблица измерений. УУД: познавательные – анализ и сравнение данных; регулятивные – корректировка	Проверка результатов измерений, устный анализ затруднений

					нормальная – 36,6 °С». УУД: познавательные – анализ и сопоставление данных; регулятивные – корректировка действий, выявление пробелов в знаниях.	действий	
4	Построение проекта выхода из затруднения (целеполагание)	Определить цель урока: изучить строение организма и показатели здоровья	Фронтальная, коллективная	Формулирует цели урока совместно с учащимися	Предметные: предлагают идеи целей урока, согласовывают их с учителем. Примеры ответов: «Я хочу научиться правильно измерять пульс», «Хочу узнать, какая температура считается нормой». УУД: регулятивные – планирование действий; коммуникативные – обсуждение и согласование целей.	Продукт: сформулированная цель урока. УУД: регулятивные – планирование действий; коммуникативные – обсуждение и согласование целей	Усвоение целей, активное участие в обсуждении
5	Открытие нового знания (реализация проекта)	Познакомить с основными показателями здоровья человека: температура тела, пульс	Фронтальная, демонстрационная	Объясняет, как измерять температуру и пульс, показывает способы записи данных	Предметные: слушают объяснения, делают записи, задают вопросы. Примеры ответов: «Теперь я знаю, что пульс можно измерять на запястье», «Температура повышается при болезни». УУД: познавательные – усвоение новой информации; регулятивные – контроль своих действий; личностные – интерес к здоровью.	Продукт: записи измерений, наблюдения. УУД: познавательные – получение и осмысление новой информации; регулятивные – контроль выполнения действий; личностные – интерес к здоровью	Контроль правильности измерений и записей
6	Первичное закрепление с проговариванием	Закрепить знания о строении организма и показателях здоровья, подвести к пониманию их	Фронтальная, индивидуальная	Задаёт вопросы по строению органов, предлагает кратко проговорить алгоритм	Предметные: отвечают на вопросы по органам и показателям здоровья, проговаривают алгоритм	Продукт: устные ответы, сформулированные вывод о роли	Устные ответы, проверка понимания значения показателей здоровья

		значения для определения состояния здоровья		<p>измерения пульса и температуры. Подводит учащихся к выводу: «Пульс и температура помогают понять, здоров ли человек или начинает заболеть»</p>	<p>измерения пульса и температуры, делают вывод о значении показателей здоровья. Примеры ответов: «Если температура повышена — значит, человек заболел», «По пульсу можно понять состояние организма». УУД: познавательные – установление причинно-следственных связей; регулятивные – контроль своей работы</p>	<p>показателей здоровья. УУД: познавательные – установление связей; регулятивные – контроль</p>	
7	Самостоятельная работа с самопроверкой	<p>Закрепить знания через упражнение на https://testedu.ru/test/okruzhayushhij-mir/3-klass/umej-preduprezhdad-bolezni.html?ysclid=mnbnjibzmy390419771</p>	Индивидуальная	<p>Организует выполнение упражнения – теста про профилактику ЛОР-органов «Умей предупреждать болезни» на ресурсе https://testedu.ru/test/okruzhayushhij-mir/3-klass/umej-preduprezhdad-bolezni.html?ysclid=mnbnjibzmy390419771 Подводит к пониманию: «Мы научились определять признаки возможной болезни (изменение пульса, повышение температуры). А теперь важно узнать, как предотвратить заболевания и сохранить здоровье».</p>	<p>Предметные: выполняют тест на ресурсе https://testedu.ru/test/okruzhayushhij-mir/3-klass/umej-preduprezhdad-bolezni.html?ysclid=mnbnjibzmy390419771, применяют знания о профилактике заболеваний. Примеры ответов: «Чтобы реже простужаться — нужно закаляться», «Важно одеваться по погоде», «Нужно беречь уши, горло и нос». УУД: познавательные – анализ и выбор правильных действий; регулятивные – самоконтроль; коммуникативные – обсуждение результатов</p>	<p>Продукт: результаты упражнения https://testedu.ru/test/okruzhayushhij-mir/3-klass/umej-preduprezhdad-bolezni.html?ysclid=mnbnjibzmy390419771 УУД: познавательные – сопоставление, анализ; регулятивные – самоконтроль; коммуникативные – обмен опытом при обсуждении результатов</p>	<p>Автопроверка на https://testedu.ru/test/okruzhayushhij-mir/3-klass/umej-preduprezhdad-bolezni.html?ysclid=mnbnjibzmy390419771, корректировка ошибок</p>

8	Включение нового знания в систему знаний	Связать изученный материал с реальной жизнью, сформировать навыки заботы о здоровье	Фронтальная, коллективная	Предлагает обсудить, как ежедневные действия влияют на здоровье	<p>Предметные: обсуждают, как повседневные действия влияют на здоровье, приводят примеры.</p> <p>Примеры ответов: «Если гулять на свежем воздухе, меньше болит горло», «Закаливание помогает держать температуру нормальной».</p> <p>«Тренировки помогают сердцу стать сильнее, урежают пульс».</p> <p>УУД: познавательные – обобщение знаний; коммуникативные – участие в коллективном обсуждении; личностные – осознание ценности здоровья.</p>	<p>Продукт: выводы о влиянии действий на здоровье. УУД: познавательные – обобщение знаний; коммуникативные – обсуждение; личностные – осознание ценности здоровья</p>	Обсуждение, наблюдение за аргументами учащихся
9	Рефлексия учебной деятельности	Оценить собственное понимание темы и уровень освоения материала	Фронтальная, индивидуальная	Задаёт вопросы: «Что нового узнали?», «Что было сложным?»	<p>Предметные: оценивают, что нового узнали, формулируют выводы.</p> <p>Примеры ответов: «Я научился измерять пульс, температуру тела», «Буду тренироваться, закаляться, чтобы не болеть, буду сам проверять свое самочувствие».</p> <p>УУД: личностные – самооценка; регулятивные – оценка своей работы; коммуникативные – обсуждение впечатлений.</p>	<p>Продукт: устные рефлексивные ответы. УУД: личностные – самооценка; регулятивные – оценка своей работы; коммуникативные – обсуждение впечатлений</p>	Устные ответы, эмоциональная оценка урока

Приложение:

Ссылка на тест-упражнение «Умей предупреждать болезни»: <https://testedu.ru/test/okruzhayushhij-mir/3-klass/umej-preduprezhdad-bolezni.html?ysclid=mnbnjibzmy390419771>

Умей предупреждать болезни

Проверка знаний по теме "Умей предупреждать болезни".

ИЗО	Вопрос № 1 Что нужно сделать, чтобы реже простужаться? <input type="radio"/> много есть <input type="radio"/> много спать <input checked="" type="radio"/> закаляться <input type="radio"/> тепло одеваться
Информатика	
История	
Итальянский язык	
Краеведение	Вопрос № 2 Кто является возбудителем инфекционных болезней? <input type="radio"/> животные <input type="radio"/> заболевшие люди <input checked="" type="radio"/> бактерии и вирусы <input type="radio"/> ядовитые растения
Литература	
Математика	
Музыка	
Немецкий язык	Вопрос № 3 Почему надо чаще мыть руки? <input checked="" type="radio"/> чтобы не заболеть <input type="radio"/> чтобы сохранить кожу <input type="radio"/> чтобы руки были красивыми <input type="radio"/> чтобы не расстраивать родителей
ОБЖ	
Обществознание	
Окружающий мир	

Вопрос № 4
Что такое аллергия?
 инфекционное заболевание
 чувствительность к некоторым веществам
 простудное заболевание
 травма

Как закаляться с помощью воздуха?
 делать зарядку при открытой форточке
 глубоко дышать
 спать зимой с открытым окном
 всё время гулять

Вопрос № 6
Какое животное стало символом закаливания?
 слон
 белый медведь
 морж
 пингвин

Вопрос № 7
Чего не нужно делать при закаливании солнцем?
 надевать головной убор, когда сидишь на солнце
 пользоваться защитным кремом
 чередовать время пребывания на солнце и в тени
 находиться на солнце по несколько часов

Вопрос № 8

Что может стать причиной инфекционных болезней?

- грязные руки
- вещи больного
- испорченная пища
- простуда

Вопрос № 9

С помощью чего можно закаляться?

- с помощью лекарств
- с помощью воздуха
- с помощью воды
- с помощью солнца

Проверить результат

**Вы набрали
9.0 баллов из 9.0 возможных
Тест пройден на 100%**

ПРИЛОЖЕНИЕ 5

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева»

(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Факультет начальных классов

Кафедра теории и методики начального образования

Направление подготовки
44.03.01 Педагогическое образование
Направленность (профиль) образовательной программы
Начальное образование

Технологическая карта по окружающему миру

Выполнила: Огородникова Анастасия Евгеньевна

Студентка 4 курса, группа

Учитель Оценка/Подпись _____

Методист Оценка/Подпись _____

Красноярск, 2026

Технологическая карта урока (№36)

ФИО учителя: Огородникова Анастасия Евгеньевна.

Класс: 3.

УМК: Школа России.

Предмет: окружающий мир.

Тема: Опорно-двигательная система и ее роль в жизни человека.

Тип урока: открытие нового знания.

Цель:

- 1) создать условия для формирования у учащихся представления о строении и функциях опорно-двигательной системы через выполнение заданий на определение и соотнесение костей, мышц и их функций;
- 2) организовать деятельность по наблюдению и анализу движений собственного тела с выявлением работы костей,

мышц и суставов;

3) обеспечить усвоение нового материала с использованием наглядных материалов и видео на платформе LearningApps (<https://learningapps.org/display?v=phoik29ec20>);

4) закрепить знания через ответы на вопросы и выполнение интерактивного упражнения на платформе LearningApps (<https://learningapps.org/display?v=ptea9enra20>);

5) сформировать умение применять полученные знания в повседневной жизни и соблюдать правила профилактики заболеваний опорно-двигательной системы.

Место и роль урока в изучаемой теме: урок открытия нового знания.

Планируемые результаты

Предметные знания, предметные действия	УУД			
	регулятивные	познавательные	коммуникативные	личностные
Знать основные кости, суставы и мышцы человека, их функции	Планировать выполнение учебных действий, контролируют свои ответы	Восстанавливать знания о костях и мышцах, сравнивают информацию	Обмениваться идеями, обсуждают ответы с одноклассниками	Проявлять интерес к строению собственного организма
Понимать роль опорно-двигательной системы в жизни человека	Корректировать свои действия при затруднении	Анализировать функции костей, суставов и мышц, делают выводы	Объяснять свои мысли, слушают мнение других	Осознать значимость здоровья опорно-двигательной системы
Уметь проводить профилактические действия для сохранения здоровья костей и мышц	Оценивать правильность своих действий	Находить соответствия между профилактическими действиями и проблемами	Делиться опытом, обсуждают правильность выполнения заданий	Формировать ответственное отношение к своему здоровью
Связывать строение опорно-двигательной системы с движением и повседневной активностью	Планировать и оценивать выполнение действий в упражнениях	Обобщать знания о движении и профилактике, делают выводы	Совместно обсуждать способы поддержания здоровья	Осознать важность активного и здорового образа жизни
Применять знания на практике при выполнении упражнений LearningApps	Самоконтроль при выполнении заданий	Применять знания для анализа заданий, сопоставляют действия и результаты	Обсуждать выполнение заданий, помогают друг другу	Формировать ценностное отношение к профилактике заболеваний

Ход урока

	Название этапа урока	Задача, которая должна быть решена (в рамках достижения планируемых результатов урока)	Формы организации деятельности учащихся	Действия учителя по организации деятельности учащихся	Действия учащихся (предметные, УУД)	Результат взаимодействия (продукт, УУД)	Диагностика достижения планируемых результатов урока
1	Мотивация к учебной деятельности	Заинтересовать учащихся темой опорно-двигательной системы	Фронтальная беседа	Показывает изображения скелета и мышц, задает вопросы: «Зачем человеку кости и мышцы?», «Что помогает нам двигаться?»	Предметные: отвечают на вопросы о движении и скелете, делятся наблюдениями из жизни. Примеры ответов: «Я люблю бегать, потому что мои кости и мышцы помогают мне двигаться», «Мышцы делают нас сильными». УУД: личностные – проявляют интерес к теме; коммуникативные – участвуют в обсуждении; регулятивные – включаются в учебную деятельность.	Продукт: устные ответы. УУД: личностные – интерес к здоровью; коммуникативные – умение выражать мысли; регулятивные – настрой на урок	Наблюдение за активностью, вовлеченность учащихся
2	Актуализация знаний и пробное действие	Проверить базовые знания о костях, мышцах и их функциях	Фронтальная, индивидуальная	Задает вопросы: «Какие кости вы знаете?», «Какие мышцы участвуют в движении?»	Предметные: называют основные кости и мышцы, описывают их функции. Примеры ответов: «Руки состоят из плечевой и локтевой кости», «Мышцы двигают наши	Продукт: устные ответы, схемы. УУД: познавательные – восстановление знаний, анализ информации	Фронтальный опрос, визуальная проверка ответов

					ноги и руки». УУД: познавательные – восстановление знаний, анализ информации; регулятивные – контроль правильности ответов.		
3	Выявление места и причины затруднения	Определить, что учащиеся знают недостаточно или не уверены в строении скелета и роли мышц	Индивидуальная, работа в парах	Предлагает показать движения и определить, какие кости и мышцы участвуют	Предметные: демонстрируют движения, определяют, какие кости и мышцы участвуют. Примеры ответов: «Когда я поднимаю руку, работают мышцы плеча и предплечья», «Колени сгибаются благодаря суставам». УУД: познавательные – анализ и выявление пробелов в знаниях; регулятивные – корректировка действий.	Продукт: демонстрация движений, устные объяснения. УУД: познавательные – выявление пробелов, анализ; регулятивные – корректировка действий	Наблюдение, устный анализ
4	Построение проекта выхода из затруднения (целеполагание)	Определить цель урока: узнать строение и функции опорно-двигательной системы, познакомиться с профилактикой заболеваний	Фронтальная, коллективная	Формулирует цели совместно с учащимися	Предметные: формулируют цели урока совместно с учителем. Примеры ответов: «Я хочу узнать, как правильно заботиться о костях и мышцах», «Хочу понять, как двигаться без вреда для здоровья». УУД: регулятивные – планирование действий; коммуникативные – обсуждение и согласование целей.	Продукт: сформулированная цель урока. УУД: регулятивные – планирование действий; коммуникативные – обсуждение и согласование целей	Усвоение целей, активное участие в формулировании
5	Открытие нового знания (реализация проекта)	Познакомить с костями, мышцами, суставами и их ролью, показать значимость профилактики	Фронтальная, демонстрационная	Объясняет строение опорно-двигательной системы, показывает видео по ссылке https://learningapps.org/	Предметные: слушают объяснения учителя, делают записи, задают вопросы, смотрят видео. Примеры ответов:	Продукт: конспект/записи, понимание роли костей и мышц. УУД:	Проверка записей, устный опрос, наблюдение

				display?v=phoik29ec20	«Теперь я знаю, что кости защищают органы», «Мышцы помогают нам бегать, прыгать и играть». УУД: познавательные – усвоение новой информации; регулятивные – контроль выполнения действий; личностные – интерес к здоровью.	познавательные – получение и осмысление информации; регулятивные – контроль действий; личностные – интерес к здоровью	
6	Первичное закрепление с проговариванием	Закрепить знания о строении и функциях опорно-двигательной системы, подвести к пониманию необходимости ее сохранения	Фронтальная, индивидуальная	Задает вопросы по костям, мышцам и суставам. Подводит учащихся к выводу с помощью проблемных вопросов: «Что произойдет, если неправильно сидеть или носить тяжести?» «Почему важно беречь кости и мышцы?» Организует обсуждение влияния неправильных привычек на опорно-двигательную систему	Предметные: отвечают на вопросы, устанавливают связь между строением, функциями и возможными нарушениями. Примеры ответов: «Если сидеть неправильно — портится осанка» «Если не двигаться — мышцы становятся слабыми» «Можно получить травму, если не соблюдать правила» УУД: познавательные – установление причинно-следственных связей; регулятивные – контроль и коррекция ответов	Продукт: устные выводы о необходимости бережного отношения к ОДА УУД: познавательные – закрепление информации; регулятивные – контроль	Устные ответы, проверка понимания
7	Самостоятельная работа с самопроверкой	Закрепить понимание связи между работой опорно-двигательной системы и правилами ее сохранения через упражнение LearningApps	Индивидуальная	Организует выполнение упражнения «Профилактика заболеваний опорно-двигательного аппарата» - тест по ссылке	Предметные: выполняют тест по профилактике заболеваний ОДА, применяя полученные знания о строении и функциях Примеры ответов: «Сколиоз возникает при	Продукт: результаты упражнения на LearningApps. УУД: познавательные – сопоставление и анализ;	Автопроверка на LearningApps, корректировка ошибок

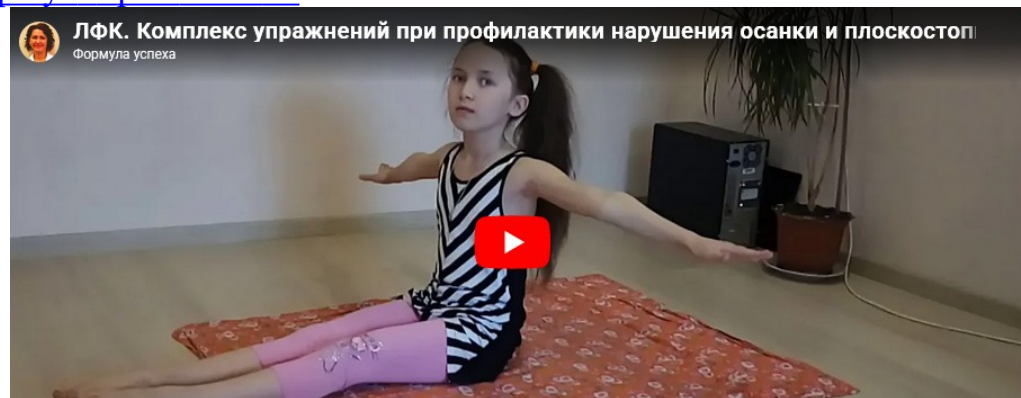
				https://learningapps.org/display?v=ptea9enra20 Формулирует задание: «Выполните тест, чтобы проверить, как знания о работе костей и мышц помогают понять правила их сохранения и профилактики заболеваний»	неправильной осанке» «Физические упражнения укрепляют мышцы» УУД: познавательные – применение знаний в новой ситуации; регулятивные – самоконтроль и самопроверка	регулятивные – самоконтроль; коммуникативные – обсуждение при необходимости	
8	Включение нового знания в систему знаний	Связать изученное с повседневной жизнью, привычками и здоровьем	Фронтальная, коллективная	Предлагает обсудить, как повседневные действия влияют на здоровье костей и мышц	Предметные: обсуждают влияние повседневных действий на здоровье костей и мышц. Примеры ответов: «Если часто сидеть неправильно, спина болит», «Спорт укрепляет мышцы и кости». УУД: познавательные – обобщение знаний; коммуникативные – коллективное обсуждение; личностные – осознание ценности здоровья.	Продукт: выводы и рекомендации. УУД: познавательные – обобщение знаний; коммуникативные – обсуждение; личностные – осознание значимости профилактики	Наблюдение за аргументами, качество обсуждения
9	Рефлексия учебной деятельности	Оценить понимание темы и уровень усвоения знаний	Фронтальная, индивидуальная	Задает вопросы: «Что нового узнали?», «Что важно помнить?»	Предметные: оценивают, что нового узнали, формулируют выводы. Примеры ответов: «Я понял, как заботиться о костях и мышцах», «Буду делать зарядку, чтобы быть здоровым», «Теперь знаю, что осанка важна для позвоночника». УУД: личностные – самооценка; регулятивные – оценка своей работы;	Продукт: устные рефлексивные ответы. УУД: личностные – самооценка; регулятивные – оценка своей работы; коммуникативные – обмен впечатлениями	Устные ответы, эмоциональная оценка урока


Приложение

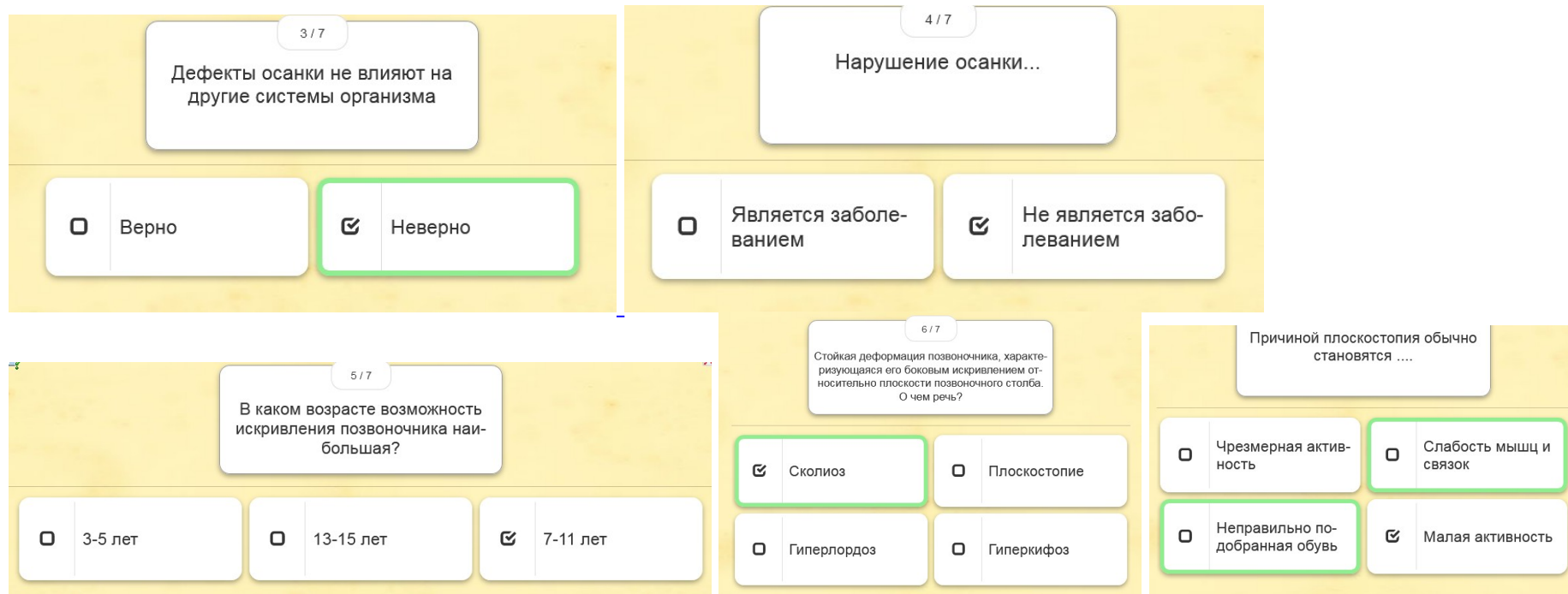
Ссылка на упражнение:

<https://learningapps.org/display?v=phoik29ec20>

<https://learningapps.org/display?v=ptea9enra20>



<p>1 / 7</p> <p>Гиперкифоз- патология, при которой наблюдается слишком сильный изгиб позвоночника назад. Верно ли это определение?</p>	<p>2 / 7</p>  <p>какое заболевания ОДА изображено?</p>			
<input checked="" type="checkbox"/> Верно	<input type="checkbox"/> Неверно	<input type="checkbox"/> сколиоз	<input checked="" type="checkbox"/> гиперлордозы	<input type="checkbox"/> гиперкифозы



ПРИЛОЖЕНИЕ 6
МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева»

(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Факультет начальных классов

Кафедра теории и методики начального образования

Направление подготовки

44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы

Начальное образование

Технологическая карта по окружающему миру

Выполнила: Огородникова Анастасия Евгеньевна

Студентка 4 курса, группа

Учитель Оценка/Подпись _____

Методист Оценка/Подпись _____

Красноярск, 2026

Технологическая карта урока (№37)

ФИО учителя: Огородникова Анастасия Евгеньевна.

Класс: 3.

УМК: Школа России.

Предмет: окружающий мир.

Тема: Пищеварительная система и ее роль в жизни человека.

Тип урока: открытие нового знания.

Цель:

- 1) создать условия для формирования у учащихся представления о строении и функциях пищеварительной системы через выполнение заданий на определение и соотнесение органов пищеварения и их функций;
- 2) организовать деятельность по анализу продуктов питания с выделением полезных и вредных для здоровья;
- 3) обеспечить усвоение нового материала с использованием наглядных схем и обсуждения работы органов пищеварения и их роли для организма;
- 4) закрепить знания через ответы на вопросы и выполнение тестового задания на платформе testedu (<https://testedu.ru/test/okruzhayushhij-mir/3-klass/kak-pravilno-pitatsya.html>);
- 5) сформировать умение применять полученные знания в повседневной жизни;
- 6) обосновывать выбор полезных продуктов и соблюдать правила правильного питания для профилактики заболеваний ЛОР-органов и опорно-двигательной системы.

Место и роль урока в изучаемой теме: урок открытия нового знания.

Планируемые результаты

Предметные знания, предметные действия	УУД			
	регулятивные	познавательные	коммуникативные	личностные
Знать органы пищеварительной системы и их функции	Планировать свои действия при выполнении заданий, контролируют правильность измерений и выполнения упражнений	Усваивать новые знания о строении и функциях органов пищеварения; сравнивают разные органы и их функции	Обсуждать строение органов с одноклассниками, задают вопросы	Проявлять интерес к организму и его здоровью; осознают значимость знаний для себя
Понимать связь между питанием и укреплением иммунитета, здоровьем ЛОР-органов и ОДА	Корректировать свои действия при выявлении ошибок в упражнениях	Анализировать влияние различных продуктов на организм; делают выводы о полезности и вреде	Обсуждать результаты упражнений https://testedu.ru/test/okruzhayushhij-mir/3-klass/kak-pravilno-pitatsya.html?ysclid=mnbnt6n0xe620987338 ; аргументировать свой выбор	Формировать ценностное отношение к здоровому питанию и заботе о здоровье
Уметь выполнять практическое задание –тест https://testedu.ru/test/okruzhayushhij-mir/3-klass/kak-pravilno-pitatsya.html?ysclid=mnbnt6n0xe620987338	Планировать последовательность действий при выполнении задания, контролируют результат	Сопоставлять продукты с их пользой; выделяют главное; обобщают информацию	Обсуждать свои действия с партнерами, обмениваются результатами	Развивать ответственность за свое здоровье; формировать привычку к здоровому образу жизни

«Правильное питание»				
Обобщать полученные знания и делать выводы о значении пищеварительной системы	Планировать рефлексивные действия, оценивают свои достижения	Обобщать информацию; делают выводы о значении органов и правильного питания	Обмениваться выводами и рекомендациями с другими	Осознать значимость знаний для здоровья; развивают навыки самооценки и саморегуляции

Ход урока

	Название этапа урока	Задача, которая должна быть решена (в рамках достижения планируемых результатов урока)	Формы организации деятельности учащихся	Действия учителя по организации деятельности учащихся	Действия учащихся (предметные, УУД)	Результат взаимодействия (продукт, УУД)	Диагностика достижения планируемых результатов урока
1	Мотивация к учебной деятельности	Заинтересовать учащихся темой пищеварительной системы и здоровым питанием	Фронтальная беседа	Показывает картинки органов пищеварения, задает вопросы: «Что вы знаете о том, как пища усваивается?», «Какая еда полезна для здоровья?»	Предметные: отвечают на вопросы, делятся наблюдениями. Примеры ответов: «Фрукты и овощи полезны», «Газированные напитки вредны». УУД: личностные – интерес к теме; коммуникативные – обсуждают в классе; регулятивные – включаются в учебную деятельность.	Продукт: устные ответы. УУД: личностные – мотивация к здоровью; коммуникативные – умение выражать мысли	Заинтересовать учащихся темой пищеварительной системы и здоровым питанием
2	Актуализация знаний и пробное действие	Проверить, что учащиеся знают о пище, ее пользе и вреде	Фронтальная, индивидуальная	Задает вопросы: «Какая пища помогает нам быть здоровыми?», «Что вредно для желудка и зубов?»	Предметные: называют продукты и их свойства. Примеры: «Молоко – полезно», «Сладости и газировка вредны». УУД: познавательные – восстановление знаний; регулятивные – контроль правильности ответов.	Продукт: устные ответы. УУД: познавательные – активизация знаний	Проверить, что учащиеся знают о пище, её пользе и вреде
3	Выявление места и	Определить пробелы в	Индивидуальная	Предлагает обсудить:	Предметные: обсуждают,	Продукт:	Определить пробелы в

	причины затруднения	знаниях о пище и работе пищеварительной системы	я, работа в парах	«Почему одни продукты полезны, а другие – нет?»	анализируют продукты. Примеры: «Много сладкого может болеть живот», «Белок помогает расти». УУД: познавательные – анализ и выявление пробелов; регулятивные – корректировка действий.	обсуждение, устные объяснения. УУД: познавательные – выявление причин, регулятивные – корректировка действий	знаниях о пище и работе пищеварительной системы
4	Построение проекта выхода из затруднения (целеполагание)	Определить цель урока: понять строение пищеварительной системы и правила полезного питания	Фронтальная, коллективная	Формулирует цели совместно с учащимися	Предметные: предлагают свои идеи целей, согласовывают с учителем. Примеры: «Хочу узнать, как работает желудок», «Хочу узнать, что нужно есть, чтобы быть здоровым». УУД: регулятивные – планирование действий; коммуникативные – обсуждение.	Продукт: сформулированная цель урока. УУД: регулятивные – планирование; коммуникативные – согласование целей	Определить цель урока: понять строение пищеварительной системы и правила полезного питания
5	Открытие нового знания (реализация проекта)	Показать, как процесс пищеварения обеспечивает организм питательными веществами и как это влияет на здоровье человека	Фронтальная, демонстрационная	Объясняет строение и функции органов пищеварения, показывает схемы. Подчеркивает, что пища переваривается и превращается в питательные вещества (витамины, минералы), необходимые для роста и здоровья организма	Предметные: слушают, делают записи, отвечают на вопросы. Примеры: «Пища переваривается в желудке», «Витамины нужны для здоровья», «Кальций укрепляет кости». УУД: познавательные – усвоение информации; регулятивные – контроль; личностные – интерес к здоровью	Продукт: понимание процесса пищеварения и роли питательных веществ УУД: познавательные – осмысление информации; регулятивные – контроль; личностные – интерес к здоровью	Устный опрос, проверка понимания
6	Первичное закрепление с проговариванием	Закрепить знания о пищеварении и подвести к пониманию влияния	Фронтальная, индивидуальная	Задаёт вопросы: «Что происходит с пищей в организме?», «Какие	Предметные: устанавливают связь между пищеварением и	Продукт: осознание связи «питание –	Устные ответы, участие в обсуждении

		питания на здоровье		вещества получает организм?», «Почему важно правильно питаться?», «Как питание влияет на кости, мышцы и здоровье горла?» Организует обсуждение причинно-следственных связей	здоровьем. Примеры: «Пища превращается в полезные вещества», «Кальций нужен для костей», «Витамины защищают организм». УУД: познавательные – установление причинно-следственных связей; регулятивные – контроль	здоровье» УУД: познавательные – закрепление знаний; регулятивные – контроль	
7	Самостоятельная работа с самопроверкой	Закрепить понимание связи между питанием, пищеварением и здоровьем организма. Закрепить знания через тест на https://testedu.ru/test/okruzhayushhij-mir/3-klass/kak-pravilno-pitatsya.html?ysclid=mnbnt6n0xe620987338 по профилактике ЛОР-органов и ОДА через питание	Индивидуальная	Организует выполнение упражнения –теста «Как правильно питаться» по ссылке https://testedu.ru/test/okruzhayushhij-mir/3-klass/kak-pravilno-pitatsya.html?ysclid=mnbnt6n0xe620987338 Дает установку: «Выполните тест, чтобы проверить, как знания о пищеварении помогают понять правила правильного питания и сохранения здоровья»	Предметные: выполняют тест, применяют знания. Примеры: «Нужно есть разнообразную пищу», «Полезные вещества укрепляют организм». УУД: познавательные – применение знаний; регулятивные – самоконтроль	Продукт: результаты теста на https://testedu.ru/test/okruzhayushhij-mir/3-klass/kak-pravilno-pitatsya.html?ysclid=mnbnt6n0xe620987338 . УУД: познавательные – анализ; регулятивные – самоконтроль; коммуникативные – обмен опытом	Самопроверка, анализ ошибок
8	Включение нового знания в систему знаний	Связать изученное с повседневной жизнью, привычками и здоровьем	Фронтальная, коллективная	Обсуждает, как ежедневное питание влияет на здоровье пищеварительной и ЛОР-систем и ОДА	Предметные: обсуждают личные привычки, делают выводы. Примеры: «Если есть много сладкого, горло болеет», «Белок и витамины помогают не болеть». УУД: познавательные – обобщение знаний; коммуникативные –	Продукт: выводы и рекомендации по питанию. УУД: познавательные – обобщение; коммуникативные – обсуждение; личностные – формирование ценностей	Связать изученное с повседневной жизнью, привычками и здоровьем

					коллективное обсуждение; личные – осознание значимости правильного питания.		
9	Рефлексия учебной деятельности	Оценить понимание темы и уровень усвоения знаний	Фронтальная, индивидуальная	Задаёт вопросы: «Что нового узнали?», «Что важно помнить?»	<p>Предметные: делятся впечатлениями, формулируют основные выводы.</p> <p>Примеры: «Я понял, какие продукты полезны для горла», «Буду есть больше овощей и пить витамины»</p> <p>УУД: личные – самооценка; регулятивные – оценка своей работы; коммуникативные – обмен впечатлениями.</p>	<p>Продукт: устные рефлексивные ответы. УУД: личные – самооценка; регулятивные – оценка своей работы; коммуникативные – обмен впечатлениями</p>	Оценить понимание темы и уровень усвоения знаний

Приложение

Ссылка на тест-упражнение «Как правильно питаться»:

<https://testedu.ru/test/okruzhayushhij-mir/3-klass/kak-pravilno-pitatsya.html?ysclid=mnbnt6n0xe620987338>

Как правильно питаться

Проверка знаний по теме "Как правильно питаться".

Вопрос № 1

Какую пищу нужно есть, чтобы организм получал все необходимые ему питательные вещества?

- вкусную
- сладкую
- несладкую
- разнообразную
- растительную

Вопрос № 2

Почему булочек и сладостей надо есть меньше?

- в них много белков, поэтому ты будешь расти слишком быстро
- в них много углеводов, которые являются источником энергии, поэтому ты будешь слишком непоседлив
- в них много углеводов, которые организм превращает в жир и запасает под кожей, поэтому ты потолстеешь

Вопрос № 3

Почему не надо есть много жареного, копчёного, солёного, острого?

- в такой пище много углеводов
- такая пища может быть вредной
- в такой пище нет витаминов

Вопрос № 4

Почему пища не должна быть очень горячей?

- чтобы жидкость не испарилась в желудке
- чтобы не обжечь ротовую полость и пищевод
- чтобы не возбуждать чрезмерный аппетит

Почему нужно стараться есть в одно и то же время?

- чтобы строго выполнять намеченный режим дня
- чтобы успевать сделать уроки
- чтобы организм привык к определённому режиму

Вопрос № 6

Почему утром перед школой надо обязательно завтракать?

- чтобы потом меньше есть за обедом
- чтобы хорошо себя чувствовать на уроках
- чтобы потренировать с утра мышцы рта

Вопрос № 7

Когда нужно ужинать?

- не меньше, чем за 2 часа до сна
- не меньше, чем за час до сна
- не меньше, чем за 3 часа до сна
- не меньше, чем за 4 часа до сна

Проверить результат

ПРИЛОЖЕНИЕ 7
МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева»
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Факультет начальных классов
Кафедра теории и методики начального образования
Направление подготовки

44.03.01 Педагогическое образование
Направленность (профиль) образовательной программы
Начальное образование

Технологическая карта по окружающему миру

Выполнила: Огородникова Анастасия Евгеньевна

Студентка 4 курса, группа

Учитель Оценка/Подпись _____

Методист Оценка/Подпись _____

Красноярск, 2026

Технологическая карта урока (№38)

ФИО учителя: Огородникова Анастасия Евгеньевна.

Класс: 3.

УМК: Школа России.

Предмет: окружающий мир.

Тема: Дыхательная система и ее роль в жизни человека.

Тип урока: открытие нового знания.

Цель:

- 1) создать условия для формирования у учащихся представления о строении и функциях дыхательной системы человека (нос, трахея, легкие, диафрагма) через выполнение заданий на соотнесение органов и их функций;
- 2) организовать практическую деятельность по выполнению дыхательных упражнений с наблюдением за

собственным дыханием и корректировкой действий;

3) обеспечить усвоение нового материала с использованием видео дыхательной гимнастики (<https://www.youtube.com/watch?v=QqiqVRyLKLQ>) и инструкций по выполнению упражнений;

4) закрепить знания через выполнение теста «Дыхание» на платформе OnlineTestPad (<https://onlinetestpad.com/ru/test/858229-chelovek-i-mir-dyhanie-3-klass?ysclid=mnbo0mmffx554317416>),

5) сформировать умение обобщать полученные знания, выводить правила здорового дыхания и применять их в повседневной жизни для профилактики заболеваний и поддержания здоровья.

Место и роль урока в изучаемой теме: урок открытия нового знания.

Планируемые результаты

Предметные знания, предметные действия	УУД			
	регулятивные	познавательные	коммуникативные	личностные
Знать органы дыхательной системы человека (нос, трахея, легкие, диафрагма) и их функции	Планировать последовательность действий при выполнении учебных заданий; контролируют выполнение упражнений	Усваивать новые знания о строении и функциях органов дыхательной системы; соотносят органы и их функции	Обсуждать строение органов с одноклассниками, задавать вопросы, совместно анализировать информацию	Проявлять интерес к изучаемой теме; осознавать значимость знаний для здоровья
Понимать роль дыхания и дыхательной гимнастики для здоровья ЛОР-органов	Контролировать правильность выполнения дыхательных упражнений; корректируют свои действия	Анализировать влияние дыхательной гимнастики на организм, делают выводы о пользе упражнений	Совместно обсуждать видео и оценивать результаты теста, аргументировать выбор	Формировать ценностное отношение к заботе о здоровье и профилактике заболеваний

<p>Уметь выполнять дыхательные упражнения и тест «Дыхание»</p>	<p>Планировать и контролировать последовательность действий при выполнении упражнений; оценивать правильность выполнения</p>	<p>Сопоставлять инструкции с практическим выполнением; делать выводы о правильности дыхания</p>	<p>Обсуждать свои действия и результаты с партнерами, помогать друг другу</p>	<p>Развивать ответственность за свое здоровье; формировать привычку к регулярным упражнениям</p>
<p>Обобщать знания о дыхательной системе и выводить правила здорового дыхания</p>	<p>Оценивать результаты своей работы, корректируют свои действия</p>	<p>Обобщать информацию о дыхательной системе и пользе дыхательной гимнастики, делать выводы</p>	<p>Обмениваться своими выводами с другими; совместно формулировать рекомендации</p>	<p>Осознавать значимость знаний для здоровья; развивать навыки самооценки и саморегуляции</p>

Ход урока

	Название этапа урока	Задача, которая должна быть решена (в рамках достижения планируемых результатов урока)	Формы организации деятельности учащихся	Действия учителя по организации деятельности учащихся	Действия учащихся (предметные, УУД)	Результат взаимодействия (продукт, УУД)	Диагностика достижения планируемых результатов урока
1	Мотивация к учебной деятельности	Заинтересовать учащихся темой дыхательной системы и здорового дыхания	Фронтальная беседа, показ схем дыхательных органов	Демонстрирует схемы дыхательной системы, задает вопросы: «Зачем нам дышать?», «Как дыхание влияет на здоровье?»	Предметные: отвечают на вопросы о дыхании. Примеры: «Дышать нужно, чтобы жить», «Глубокое дыхание помогает быть здоровым». УУД: личностные – интерес к теме; коммуникативные – участвуют в обсуждении; регулятивные – включаются в учебную деятельность.	Продукт: устные ответы. УУД: личностные – проявление интереса; коммуникативные – участие в обсуждении	Наблюдение за активностью, вовлечённость

2	Актуализация знаний и пробное действие	Проверить, что учащиеся знают о дыхании, легких и их функциях	Фронтальная, индивидуальная	Задает вопросы: «Какие органы участвуют в дыхании?», «Что происходит при глубоком дыхании?»	Предметные: называют органы и их функции. Примеры: «Легкие нужны для дыхания», «При глубоком вдохе воздух поступает в легкие». УУД: познавательные – восстановление знаний; регулятивные – контроль правильности ответов.	Продукт: устные ответы. УУД: познавательные – активизация знаний	Фронтальный опрос, проверка усвоения знаний
3	Выявление места и причины затруднения	Определить пробелы в знаниях о дыхательной системе и дыхательной гимнастике	Индивидуальная, работа в парах	Предлагает обсудить: «Почему правильное дыхание полезно для ЛОР-органов?»	Предметные: обсуждают, анализируют дыхательные привычки. Примеры: «Я не делаю дыхательные упражнения, и иногда болит горло», «Поверхностное дыхание не полезно». УУД: познавательные – выявление пробелов; регулятивные – корректировка действий.	Продукт: устные объяснения. УУД: познавательные – выявление причин; регулятивные – корректировка действий	Наблюдение за обсуждением, выявление затруднений
4	Построение проекта выхода из затруднения (целеполагание)	Сформулировать цель урока: изучить строение дыхательной системы и пользу дыхательной гимнастики	Фронтальная, коллективная	Совместно формулирует цели урока с учениками	Предметные: формулируют цели урока. Примеры: «Хочу узнать, как работает лёгкая дыхательная гимнастика», «Хочу научиться правильно дышать для здоровья горла». УУД: регулятивные – планирование действий; коммуникативные – согласование целей.	Продукт: сформулированная цель урока. УУД: регулятивные – планирование; коммуникативные – согласование целей	Усвоение целей, активное участие

5	Открытие нового знания (реализация проекта)	Показать, как работает дыхательная система и как правильное дыхание влияет на состояние организма. Познакомить с органами дыхательной системы, их функциями; показать связь дыхательной гимнастики с профилактикой ЛОР-заболеваний	Фронтальная, демонстрационная	Объясняет строение дыхательной системы. Подчеркивает, что при дыхании организм получает кислород, необходимый для работы органов. Объясняет, что от глубины и правильности дыхания зависит здоровье человека. Показывает видео с дыхательной гимнастикой по А.Н. Стрельниковой по ссылке https://www.youtube.com/watch?v=QqiqVRyLKLQ проводит дыхательные упражнения	Предметные: слушают объяснения, делают записи, смотрят видео, выполняют дыхательные упражнения. Примеры: «Легкие насыщают кровь кислородом», «Кислород нужен для жизни», «Неправильное дыхание может быть вредным». «Нос фильтрует воздух», «Диафрагма помогает глубоко дышать», «Дыхательная гимнастика укрепляет горло» УУД: познавательные – усвоение новой информации; регулятивные – контроль действий; личностные – интерес к здоровью.	Продукт: конспект/записи, выполнение дыхательных упражнений. УУД: познавательные – осмысление; регулятивные – контроль; личностные – интерес к здоровью	Проверка конспектов, наблюдение за выполнением упражнений
6	Первичное закрепление с проговариванием	Закрепить знания о дыхании и подвести к пониманию необходимости правильного дыхания	Фронтальная	Задаёт вопросы: «Что происходит при поверхностном дыхании?», «Почему важно дышать глубоко?», «Как неправильное дыхание влияет на организм и горло?» Подводит к выводу о необходимости дыхательных упражнений	Предметные: устанавливают причинно-следственные связи. Примеры: «Если дышать поверхностно — организм получает меньше кислорода», «Можно чаще дышать глубоко», «Глубокое дыхание полезно». УУД: познавательные – установление связей; регулятивные – контроль	Продукт: Осознание связи «дыхание – здоровье» УУД: познавательные – закрепление; регулятивные – контроль	Устные ответы, проверка понимания
7	Самостоятельная работа с самопроверкой	Закрепить понимание связи между дыханием, дыхательными упражнениями и здоровьем	Индивидуальная	Организует выполнение дыхательных упражнений и теста по	Предметные: выполняют дыхательные упражнения, выполняют тест «Дыхание»,	Продукт: правильно выполненные дыхательные	Наблюдение за выполнением упражнений и теста «Дыхание»,

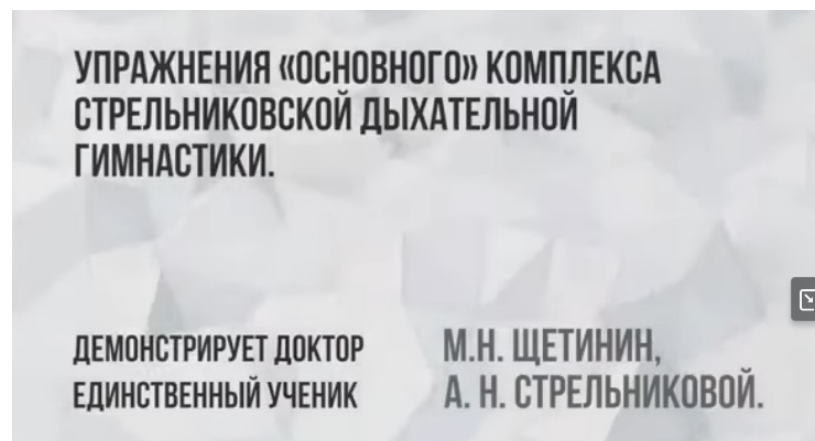
		Закрепить знания через практическое выполнение дыхательных упражнений и теста по ссылке: https://onlinetestpad.com/ru/test/858229-chelovek-i-mir-dykhanie-3-klass?ysclid=mnbo0mmffx554317416		ссылке: https://onlinetestpad.com/ru/test/858229-chelovek-i-mir-dykhanie-3-klass?ysclid=mnbo0mmffx554317416 контролирует правильность выполнения Дает установку: «Выполните задания, чтобы проверить, как знания о дыхании помогают понять пользу дыхательной гимнастики для здоровья»	самопроверяют себя. Примеры: «Дыхание обеспечивает дыхательная система», «В носу воздух согревается, увлажняется и очищается», «При физической нагрузке дыхание учащается» «Глубокое дыхание улучшает состояние», «Нос очищает воздух». УУД: регулятивные – самоконтроль; познавательные – анализ выполнения; коммуникативные – обсуждают технику с одноклассниками.	упражнения и тест «Дыхание». УУД: познавательные – анализ; регулятивные – самоконтроль; коммуникативные – обмен опытом	корректировка ошибок
8	Включение нового знания в систему знаний	Связать изученное с повседневной жизнью и привычками	Фронтальная, коллективная	Обсуждает влияние дыхательных упражнений на здоровье, напоминает о профилактике ЛОР-заболеваний	Предметные: обсуждают личные привычки, делают выводы. Примеры: «Я буду делать дыхательные упражнения каждый день», «Глубокое дыхание помогает меньше болеть». УУД: познавательные – обобщение знаний; коммуникативные – обсуждение; личностные – осознание значимости правильного дыхания.	Продукт: выводы и рекомендации по дыханию. УУД: познавательные – обобщение; коммуникативные – обсуждение; личностные – формирование ценностей	Наблюдение за аргументами, качество обсуждения
9	Рефлексия учебной деятельности	Оценить понимание темы и уровень усвоения знаний	Фронтальная, индивидуальная	Задает вопросы: «Что нового узнали?», «Что важно помнить?»	Предметные: делятся впечатлениями, формулируют основные выводы. Примеры: «Я понял, как дыхательная гимнастика помогает горлу», «Буду правильно дышать	Продукт: устные рефлексивные ответы. УУД: личностные – самооценка; регулятивные – оценка своей работы;	Оценить понимание темы и уровень усвоения знаний

					каждый день». УУД: личные – самооценка; регулятивные – оценка своей работы; коммуникативные – обмен впечатлениями.	коммуникативные – обмен впечатлениями	
--	--	--	--	--	---	---------------------------------------	--

Приложение

Ссылка на видео дыхательной гимнастики: <https://www.youtube.com/watch?v=QqiqVRyLKLQ>

Ссылка на тест «Дыхание» <https://onlinetestpad.com/ru/test/858229-chelovek-i-mir-dykhaniye-3-klass?ysclid=mnbo0mmffx554317416>



Человек и мир. "Дыхание" 3 класс



Тест разработан по теме "Дыхание" для учащихся 3 класса. Цель теста-закрепление изученного материала. С помощью данного теста,можно проконтролировать усвоение материала при самостоятельной подготовке домашнего задания.

Инструкция к тесту

Если ты изучил внимательно тему "Дыхание" пройди тест.Внимательно читай вопросы,а так же ответы.Не торопись,у тебя все получится ,я в тебя верю!!!

 Количество вопросов в тесте: 7

1

1.Какая система в организме человека помогает вдыхать и выдыхать воздух?

Нервная система

Кровеносная система

Дыхательная система

✓ Правильный ответ на вопрос

2

Что происходит в лёгких при вдохе и выдохе?

только расширяются

только сжимаются

при вдохе лёгкие собирают из воздуха кислород, а при выдохе отдают углекислый газ

✓ Правильный ответ на вопрос

3

Количество дыхательных движений при физической нагрузке:

уменьшается

увеличивается

не изменяется

✓ Правильный ответ на вопрос

4

Определи последовательность работы органов дыхания при вдохе.

Носовая полость , гортань , трахея , бронхи , лёгкие.

Мозг , гортань , трахея , бронхи , лёгкие.

Носовая полость , гортань , сердце , бронхи , лёгкие.

✓ Правильный ответ на вопрос

5

Что мы выдыхаем из лёгких?

азот;

углекислый газ;

кислород;

✓ Правильный ответ на вопрос

6

Чтобы человек в помещении дышал чистым воздухом, нужно

систематически делать влажную уборку

опрыскивать помещение освежителем воздуха

чаще проветривать помещение

не открывать форточек

✓ Правильный ответ на вопрос

7

Что происходит с воздухом в носовой полости

согревается, увлажняется, очищается от пыли и микроорганизмов

согревается

очищается

увлажняется

✓ Правильный ответ на вопрос

ПРИЛОЖЕНИЕ 8
МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева»
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Факультет начальных классов

Кафедра теории и методики начального образования

Направление подготовки

44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы

Начальное образование

Технологическая карта по окружающему миру

Выполнила: Огородникова Анастасия Евгеньевна

Студентка 4 курса, группа

Учитель Оценка/Подпись _____

Методист Оценка/Подпись _____

Красноярск, 2026

Технологическая карта урока (№39)

ФИО учителя: Огородникова Анастасия Евгеньевна

Класс: 3.

УМК: Школа России.

Предмет: окружающий мир.

Тема: Кровеносная и нервная система и их роль в жизни человека.

Тип урока: открытие нового знания.

Цель:

1) создать условия для формирования у учащихся представления о строении и функциях кровеносной и нервной систем человека – индикатора функционального состояния организма человека, их взаимосвязи и роли в укреплении иммунитета и профилактики хронических заболеваний;

2) закрепить знания через выполнение теста «Дыхание и кровообращение» <https://testedu.ru/test/okruzhayushhij-mir/3-klass/dyxanie-i-krovoobrashhenie.html?ysclid=mnbo0b7389837909239> и викторины-теста «Строение организма человека» https://edu-time.ru/test/testy-po-okruzayushhemu-miru/3-klass/my-i-nase-zdorove_test-na-temu-stroenie-organizma-celoveka?ysclid=mnbohmbpff326802299

3) создать условия для осознания значимости здоровья и формирования навыков профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата через выполнение практического исследования STEAM (плантаграмма – изображение отпечатка стопы, которое используют для оценки ее формы и состояния).

Место и роль урока в изучаемой теме: урок открытия нового знания.

Планируемые результаты

Предметные знания, предметные действия	УУД			
	регулятивные	познавательные	коммуникативные	личностные
Знать строение и функции кровеносной и нервной систем; понимают их роль в организме человека; знают значение опорно-двигательного аппарата и основы профилактики его нарушений (плоскостопия).	Принимать и сохранять учебную задачу; определяют цель деятельности	Осуществлять поиск и выделение информации; анализировать объекты	Участвовать в диалоге; слушать и понимают других	Проявлять интерес к изучению организма человека; осознавать ценность здоровья
Объяснять взаимосвязь систем организма;	Планировать последовательность	Сравнивать, обобщать;	Работать в паре и	Формировать

устанавливать причинно-следственные связи; выполнять исследование (плантаграмма); делать выводы; применять знания при выполнении заданий	действий; контролировать процесс и результат; выполняться самопроверку	устанавливать причинно-следственные связи; выполнять логические действия	группе	ответственное отношение к здоровью; соблюдать правила профилактики; развивать самооценку
--	--	--	--------	--

Ход урока

	Название этапа урока	Задача, которая должна быть решена (в рамках достижения планируемых результатов урока)	Формы организации деятельности учащихся	Действия учителя по организации деятельности учащихся	Действия учащихся (предметные, УУД)	Результат взаимодействия (продукт, УУД)	Диагностика достижения планируемых результатов урока
1	Мотивация к учебной деятельности	Создать познавательный интерес, включить в деятельность	Фронтальная, беседа	Предлагает проблемный вопрос: «Почему сердце начинает биться быстрее при беге и как мозг управляет телом?» Показывает короткое видео	Предметные: высказывают предположения о работе организма. Примеры ответов: «Сердце быстрее работает при беге», «Мозг управляет телом». УУД: познавательные — выдвижение гипотез; коммуникативные — участие в диалоге; личностные — интерес к теме; регулятивные — принятие задачи.	Продукт: устные предположения о работе организма, сформулированные гипотезы. УУД: познавательные — выдвижение гипотез; коммуникативные — участие в диалоге; личностные — интерес к теме; регулятивные — принятие учебной задачи.	Устные ответы, включенность
2	Актуализация знаний и пробное	Вспомнить знания об организме человека	Фронтальная + работа в парах	Задаёт вопросы: «Какие системы	Предметные: называют системы органов,	Продукт: список известных систем	Результаты выполнения задания

	действие			<p>органов вы знаете?» Предлагает Тест «Дыхание и кровообращение» по ссылке https://testedu.ru/test/ok_ruzhayushhij-mir/3-klass/dyixanie-i-krovoobrashhenie.html?ysclid=mnbo0b7389837909239</p>	<p>соотносят органы и системы, решают тест. Примеры ответов: «Сердце — кровеносная система», «Кости помогают двигаться», «Сердце заставляет кровь двигаться по сосудам», «Сердце и кровеносные сосуды образуют кровеносную систему». УУД: познавательные — извлечение знаний, классификация; коммуникативные — работа в паре; личностные — осознание значимости знаний; регулятивные — выполнение действия.</p>	<p>органов, краткие пояснения по функциям. УУД: познавательные — извлечение и классификация информации; коммуникативные — работа в паре; личностные — осознание значимости знаний; регулятивные — выполнение учебного действия.</p>	
3	Выявление места и причины затруднения	Осознать нехватку знаний	Фронтальная	<p>Спрашивает: «Как связаны движение, сердце и мозг?» Подводит к затруднению</p>	<p>Предметные: осознают недостаток знаний о связи систем. Примеры ответов: «Мы не знаем, как системы связаны», «Не понимаем, как мозг влияет на движение». УУД: познавательные — анализ; коммуникативные — формулирование проблемы; личностные — принятие затруднения; регулятивные — фиксация затруднения.</p>	<p>Продукт: сформулированная учебная проблема (что непонятно, где затруднение). УУД: познавательные — анализ ситуации; коммуникативные — формулирование проблемы; личностные — принятие затруднения; регулятивные — фиксация проблемы.</p>	Ответы учащихся
4	Построение проекта выхода из затруднения	Определить цель урока	Фронтальная	<p>Помогает сформулировать цель: «Узнать, как работают</p>	<p>Предметные: формулируют цель урока. Примеры ответов:</p>	<p>Продукт: сформулированная цель урока и план</p>	Формулировки учащихся

	(целеполагание)			кровеносная и нервная системы и как сохранить здоровье»	«Узнать, как работают системы», «Понять их связь». УУД: познавательные — постановка проблемы; коммуникативные — выражение мысли; личностные — принятие цели; регулятивные — целеполагание.	действий для её достижения. УУД: познавательные — постановка проблемы; коммуникативные — выражение мысли; личностные — принятие цели; регулятивные — целеполагание.	
5	Открытие нового знания (реализация проекта)	Изучить функции систем	Групповая работа (мини-исследование)	Делит класс на группы: 1 — кровеносная система; 2 — нервная система; 3 — связь с движением. Дает карточки	Предметные: объясняют функции систем, устанавливают взаимосвязь. Примеры ответов: «Сердце перекачивает кровь», «Нервы передают сигналы», «Мозг управляет движением». УУД: познавательные — анализ, обобщение; коммуникативные — работа в группе; личностные — познавательный интерес; регулятивные — планирование.	Продукт: устное объяснение функций кровеносной и нервной систем, взаимосвязь между ними. УУД: познавательные — анализ, обобщение, причинно-следственные связи; коммуникативные — работа в группе; личностные — познавательный интерес; регулятивные — планирование действий.	Защита результатов
6	Первичное закрепление с проговариванием	Закрепить знания о работе нервной и кровеносной систем и подвести к пониманию их роли в	Фронтальная	Организует обсуждение: «Как нервная и кровеносная системы помогают	Предметные: объясняют взаимосвязь систем и движения. Примеры ответов: «Мозг	Продукт: устные выводы о связи «системы - движение -	Устные ответы, участие в обсуждении

		обеспечении движения		нам двигаться?», «От чего зависит правильное движение человека?», «Что будет, если есть нарушения в опорно-двигательной системе, например в стопе?» Подводит учащихся к выводу о связи систем с движением и состоянием опоры тела	дает сигнал — мышцы двигаются», «Кровь приносит кислород». «Если стопа нарушена - трудно двигаться». УУД: познавательные — применение знаний; коммуникативные — связная речь; личностные — осознание значимости; регулятивные — контроль.	опорно-двигательная система» УУД: познавательные — применение знаний; коммуникативные — построение связной речи; личностные — осознание значимости знаний; регулятивные — контроль правильности ответа.	
7	Самостоятельная работа с самопроверкой	Закрепить понимание связи между работой систем организма и движением	Индивидуальная	Предлагает задание: заполнить схему «Система — функция — значение». Дает установку: «Заполните схему, чтобы понять, как работа систем обеспечивает движение и здоровье организма»	Предметные: применяют знания при выполнении задания. Примеры ответов: «Сердце обеспечивает движение крови», «Нервная система управляет телом». УУД: познавательные — самостоятельное решение; коммуникативные — минимально; личностные — ответственность; регулятивные — самоконтроль.	Продукт: заполненная схема УУД: познавательные — самостоятельное применение знаний; коммуникативные — минимальные; личностные — ответственность; регулятивные — самоконтроль, самопроверка.	Проверка по эталону
8	Включение нового знания в систему знаний	Показать значение опорно-двигательной системы (стопы) для движения и здоровья организма Применить знания на практике (STEAM, исследование)	Групповая работа	Предлагает исследование «Здоровые стопы» (плантаграмма). STEAM-проект «Здоровые стопы» (плантаграмма): объясняет, как сделать	Предметные: проводят исследование стопы, делают выводы. Примеры ответов: «Если стопа неправильная — нагрузка распределяется неправильно», «Это влияет на движение»,	Продукт: результаты исследования стопы (плантаграмма), выводы о состоянии опорно-двигательного	Анализ работы, выводы

				<p>отпечаток стопы (краска/вода). Объясняет: «Мы проверим, как состояние стопы влияет на движение, а значит — на работу всего организма». Связывает с ранее изученным: «Движение обеспечивается работой нервной и кровеносной систем, но выполняется с помощью опорно-двигательной системы» Связывает с опорно-двигательной системой и кровообращением</p>	<p>«Важно следить за здоровьем стопы». УУД: познавательные — исследование, анализ; коммуникативные — обсуждение; личностные — ценность здоровья; регулятивные — планирование.</p>	<p>аппарата, рекомендации по профилактике. УУД: познавательные — исследование, анализ; коммуникативные — обсуждение; личностные — ценность здоровья; регулятивные — планирование действий.</p>	
8	Продолжение	Цифровое закрепление	Индивидуальная/парная	<p>Предлагает викторину-тест «Строение организма человека» по ссылке https://edu-time.ru/test/testy-po-okruzayushhemu-miru/3-klasse/my-i-nase-zdorove_test-na-temu-stroenie-organizma-celoveka?ysclid=mnbohmbpff326802299</p>	<p>Предметные: решают викторину-тест Примеры ответов: «ОДА состоит из скелета и мышц», «Кровь разносит пит. вещества», «Главный орган нервной системы – мозг», «Орган - это часть организма, который выполняет какую-то работу». УУД: познавательные — логические действия; коммуникативные — работа в паре; личностные — интерес; регулятивные — контроль.</p>	<p>Продукт: правильно выполненное цифровое задание. УУД: познавательные — логические действия; коммуникативные — работа в паре; личностные — интерес к цифровым заданиям; регулятивные — контроль результата.</p>	Результат выполнения
9	Рефлексия учебной	Оценить достижения	Фронтальная	Предлагает завершить	Предметные: осознают	Продукт: устное	Самооценка

	деятельности			<p>фразы: «Я узнал...», «Мне было трудно...», «Теперь я могу...»</p>	<p>полученные знания. Примеры ответов: «Я узнал, как работает сердце», «Теперь знаю, как сохранить здоровье». УУД: познавательные — обобщение; коммуникативные — выражение мнения; личностные — самооценка; регулятивные — оценка результатов.</p>	<p>или письменное выражение понимания нового материала, самооценка. УУД: познавательные — обобщение знаний; коммуникативные — выражение мнения; личностные — самооценка; регулятивные — оценка результатов.</p>	
--	--------------	--	--	--	--	---	--

Приложение

Ссылка на упражнение:

1) тест «Дыхание и кровообращение» <https://testedu.ru/test/okruzhayushhij-mir/3-klass/dyixanie-i-krovoobrashhenie.html?ysclid=mnbo0b7389837909239>

2) викторина-тест «Строение организма человека» https://edu-time.ru/test/testy-po-okruzayushhemu-miru/3-klass/my-i-nase-zdorove_test-na-temu-stroenie-organizma-celoveka?ysclid=mnbohmbpff326802299

Вопрос № 1

Какая система органов обеспечивает организм кислородом?

- пищеварительная
- выделительная
- дыхательная
- опорно-двигательная

Вопрос № 2

Какой орган состоит из множества маленьких пузырьков?

- трахея
- лёгкие
- бронхи
- носовая полость

Вопрос № 3

Как называется система органов, которую образуют сердце и кровеносные сосуды?

- кровеносная
- дыхательная
- пищеварительная
- опорно-двигательная

1)

distractiv. MetroOpinion

Какой орган заставляет кровь течь по сосудам?

- трахея
- сердце
- бронхи
- печень

Вопрос № 5

Какую роль играет в организме кровь?

- разносит по организму питательные вещества и кислород, а уносит из организма углекислый газ
- удаляет остатки пищи
- уносит от органов кислород и разносит по организму питательные вещества и углекислый газ
- передаёт сигналы от мозга к нервам

Вопрос № 6

Какой орган не относится к дыхательной системе?

- лёгкие
- трахея
- бронхи
- ротовая полость

Вопрос № 10

Что представляют собой лёгкие?

- множество маленьких пузырьков
- трубки
- мускулистые мешки

Проверить результат

2)

Тест на тему «Строение организма человека»

9 вопросов

12 макс. баллов

Новичок

Тест на тему «Строение организма человека»

9 вопросов

12 макс. баллов

Новичок

Вопрос №1: Исключите лишнее:

- сердце
- шея
- живот
- ноги

Вопрос №2: Что относится к внешнему строению человека?

- конечности
- живот
- печень
- желудок

Căştigați bani răspunzând la întrebări simple. Vă plătim în numerar. Simplu distractiv. MetroOpinion

сердце?

- ярко-алого
- тёмного
- голубого
- чёрного

Вопрос № 8

Какие названия относятся к кровеносным сосудам?

- трахея
- вены
- артерии
- суставы

Вопрос № 9

Что представляют собой трахея и бронхи?

- множество маленьких пузырьков
- трубки
- мускулистые мешки

<p>Тест на тему «Строение организма человека»</p> <p>9 вопросов 12 макс. баллов Новичок</p>	<p>Тест на тему «Строение организма человека»</p> <p>9 вопросов 12 макс. баллов Новичок</p>
<p>Вопрос №3: Что относится к внутреннему строению человека?</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> лёгкие</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> кишечник</p> <p><input type="checkbox"/> грудь</p> <p><input type="checkbox"/> спина</p>	<p>Вопрос №4: Что такое часть организма, которая имеет определенное строение и выполняет определенную работу?</p> <p><input checked="" type="radio"/> орган</p> <p><input type="radio"/> центр</p> <p><input type="radio"/> система</p>
<p>Тест на тему «Строение организма человека»</p> <p>9 вопросов 12 макс. баллов Новичок</p>	<p>Тест на тему «Строение организма человека»</p> <p>9 вопросов 12 макс. баллов Новичок</p>
<p>Вопрос №5: Выберите основной орган нервной системы:</p> <p><input checked="" type="radio"/> головной мозг</p> <p><input type="radio"/> спинной мозг</p> <p><input type="radio"/> сердце</p> <p><input type="radio"/> душа</p>	<p>Вопрос №6: Какой мышечный орган расположен в левой части грудной клетки?</p> <p><input checked="" type="radio"/> сердце</p> <p><input type="radio"/> печень</p> <p><input type="radio"/> желудок</p> <p><input type="radio"/> легкие</p>
<p>Тест на тему «Строение организма человека»</p> <p>9 вопросов 12 макс. баллов Новичок</p>	<p>Тест на тему «Строение организма человека»</p> <p>9 вопросов 12 макс. баллов Новичок</p>
<p>Вопрос №7: Что вырабатывает печень?</p> <p><input checked="" type="radio"/> желчь</p> <p><input type="radio"/> желудочный сок</p> <p><input type="radio"/> слюну</p>	<p>Вопрос №8: Что разносит по всему организму питательные вещества?</p> <p><input checked="" type="radio"/> кровь</p> <p><input type="radio"/> желчь</p> <p><input type="radio"/> желудочный сок</p>

Тест на тему «Строение организма человека»

9 вопросов

12 макс. баллов

Новичок

Вопрос №9: Определите из чего состоит опорно-двигательная система:

из скелета

из мышц

из бронх

их нервов

Тест на тему «Строение организма человека»

9 вопросов

12 макс. баллов

Новичок

Ваш результат: 1 место

ПРИЛОЖЕНИЕ 9
МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева»
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Факультет начальных классов

Кафедра теории и методики начального образования

Направление подготовки

44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы

Начальное образование

Технологическая карта по окружающему миру

Выполнила: Огородникова Анастасия Евгеньевна

Студентка 4 курса, группа

Учитель Оценка/Подпись _____

Методист Оценка/Подпись _____

Красноярск, 2026

Технологическая карта урока (№40)

ФИО учителя: Огородникова Анастасия Евгеньевна.

Класс: 3.

УМК: Школа России.

Предмет: окружающий мир.

Тема: Профилактика заболеваний. Роль закаливания для здоровья растущего организма.

Тип урока: открытие нового знания.

Цель:

1) создать условия для формирования у учащихся представления о роли закаливания в укреплении иммунитета и соблюдении правил личной гигиены для педагогической профилактики ЛОР-заболеваний и аллергии через разнообразные виды занятий: фронтальные беседы и обсуждения картинок и иллюстраций, работу в парах для обмена опытом и обсуждения привычек, постановку проблемных вопросов для выявления пробелов в знаниях, групповую работу и исследование информации с использованием карточек, создание памяток, мини-исследования и практические упражнения;

2) закрепить знания через выполнение викторины-теста «Умей предупреждать болезнь»
<https://kupidonia.ru/viktoriny/viktorina-po-okruzhajuschemu-miru-umej-preduprezhdat-bolezn?ysclid=mnbopu5bk9803894028>.

Место и роль урока в изучаемой теме: урок открытия нового знания.

Планируемые результаты

Предметные знания, предметные действия	УУД			
	регулятивные	познавательные	коммуникативные	личностные
Знать, что такое закаливание и его роль для здоровья; Понимать меры профилактики ЛОР-заболеваний (температура, режим, чистая вода, спрей, оксолиновая мазь, одежда); Понимать меры профилактики аллергии (ограничение контакта с животными, влажная уборка, проветривание, исключение аллергенных продуктов);	Определять цель и задачи урока; планировать свои действия; контролировать выполнение задания; оценивать результат своих действий	Извлекать и систематизировать информацию о профилактике заболеваний; анализировать причины болезней; делать выводы; классифицировать меры по категориям (ЛОР,	Участвовать в диалоге и обсуждении; высказывать свое мнение; совместно формулировать рекомендации	Проявлять интерес к здоровому образу жизни; осознавать ценность закаливания и профилактики; формировать ответственное отношение к своему здоровью

Знать важность соблюдения режима дня и здоровых привычек.		аллергия, закаливание)		
Применять знания о профилактике на практике; Выполнять викторину-тест; Объяснять причинно-следственные связи: «Что помогает не заболеть?»; Делать выводы и рекомендации по профилактике.	Планировать последовательность действий при выполнении заданий; корректировать свои действия при необходимости; самостоятельно оценивать результат	Применять знания в практических заданиях; анализировать и обобщать информацию; классифицировать меры профилактики; делать логические выводы	Работать в паре и группе	Формировать ценностное отношение к здоровью; понимать необходимость профилактических мер; развивать учебную мотивацию; осознавать личную ответственность за здоровье

Ход урока

	Название этапа урока	Задача, которая должна быть решена (в рамках достижения планируемых результатов урока)	Формы организации деятельности учащихся	Действия учителя по организации деятельности учащихся	Действия учащихся (предметные, УУД)	Результат взаимодействия (продукт, УУД)	Диагностика достижения планируемых результатов урока
1	Мотивация к учебной деятельности	Вызвать интерес к теме здоровья и профилактики заболеваний	Фронтальная беседа, обсуждение картинок/иллюстраций о детях на прогулке, закаливании	Показывает картинки, задает наводящие вопросы: «Почему дети здоровы?», «Что помогает не болеть?»	Предметные: высказывают предположения о здоровом образе жизни. Примеры: «Надо гулять на улице», «Закаляться водой». УУД: познавательные — выдвижение гипотез; коммуникативные — участие в диалоге; личностные — интерес к теме; регулятивные — принятие учебной задачи	Продукт: устные ответы, гипотезы о здоровье. УУД: познавательные — выдвижение гипотез; коммуникативные — участие в диалоге	Наблюдение за активностью, полнотой и развернутостью ответов
2	Актуализация знаний и пробное	Проверить знания о факторах, влияющих на	Работа в парах, обсуждение	Напоминает о предыдущих темах:	Предметные: называют привычки, которые	Продукт: таблица или устный список	Проверка полноты списка привычек,

	действие	здоровье	привычек и действий для здоровья	режим дня, прогулки, вода	укрепляют здоровье. Примеры: «Умываться утром и вечером», «Пить чистую воду». УУД: познавательные — извлечение информации; коммуникативные — обсуждение в парах; личностные — осознание значимости привычек; регулятивные — выполнение задания	привычек. УУД: познавательные — извлечение и систематизация информации	обсуждение в парах
3	Выявление места и причины затруднения	Подвести учащихся к пониманию причин возникновения заболеваний	Фронтальная беседа, постановка проблемных вопросов	Задаёт вопросы: «Почему люди болевают простудой?», «Почему возникает насморк?», «Почему бывает аллергия?» Подводит к осознанию недостатка знаний о причинах заболеваний	Предметные: высказывают предположения о причинах заболеваний. Примеры: «Можно замерзнуть», «Попадают микробы», «Аллергия бывает на пыль или животных». УУД: познавательные — анализ; коммуникативные — формулирование ответов; личностные — осознание проблемы; регулятивные — фиксация затруднения	Продукт: сформулированные причины заболеваний (предположения). УУД: познавательные — анализ; регулятивные — формулирование затруднения	Устные ответы, участие в обсуждении
4	Построение проекта выхода из затруднения (целеполагание)	Определить цель урока и пути её достижения	Обсуждение в группах, формулирование целей	Помогает сформулировать цель: «Сегодня мы узнаем, как правильно закаляться и предотвращать болезни»	Предметные: формулируют цель урока и план действий. Примеры: «Узнать, как закаляться зимой», «Научиться профилактике аллергии». УУД: познавательные — постановка цели; коммуникативные — обсуждение; личностные — принятие цели; регулятивные —	Продукт: сформулированная цель урока, план работы группы. УУД: регулятивные — планирование действий	Проверка правильности формулировки цели, соответствие задачам

					планирование		
5	Открытие нового знания (реализация проекта)	Показать, как возникают заболевания и от чего зависит здоровье человека, подвести к необходимости профилактики	Групповая работа	Объясняет, что в организм могут попадать микробы, что холод и неправильный уход ослабляют организм, что аллергия — это реакция на определенные вещества (пыль, шерсть, пыльца). Подводит к выводу: чтобы не болеть, необходимо соблюдать правила профилактики	Предметные: объясняют причины заболеваний. Примеры: «Микробы вызывают болезнь», «Если замерзнуть — можно заболеть», «Аллергия возникает из-за пыли или животных». УУД: познавательные — анализ и установление причинно-следственных связей; коммуникативные — работа в группе; регулятивные — планирование; личностные — формирование ценности здоровья	Продукт: понимание причин заболеваний и факторов здоровья. УУД: познавательные — анализ, обобщение; коммуникативные — обсуждение; регулятивные — планирование	Проверка ответов, обсуждение
6	Первичное закрепление с проговариванием	Закрепить понимание связи между причинами заболеваний и способами их предотвращения	Фронтальная работа	Задает вопросы: «Почему важно закаляться?», «Как проветривание помогает не болеть?», «Почему нужно соблюдать чистоту?» Подводит к выводу о роли профилактики	Предметные: устанавливают связь между причинами заболеваний и профилактикой. Примеры: «Закаливание укрепляет организм», «Проветривание уменьшает количество микробов», «Чистота помогает не болеть». УУД: познавательные — установление причинно-следственных связей; коммуникативные — выражение мысли; регулятивные — контроль	Продукт: устные выводы о значении профилактики. УУД: познавательные — применение; коммуникативные — выражение мысли; регулятивные — самоконтроль	Оценка полноты ответов, корректировка ошибок
7	Самостоятельная работа с самопроверкой	Закрепить понимание связи между причинами заболеваний и мерами профилактики	Индивидуальная работа с https://kupidonia.ru/viktoriny/vik	Организует выполнение викторины. Дает установку:	Предметные: выполняют викторину про профилактику. Примеры: «Закаливание	Продукт: выполненная викторина. УУД:	Проверка правильности выполнения задания, обсуждение ошибок

		Закрепить навыки профилактики, включая цифровое задание	torina-pokruzhajuschemu-miru-umej-preduprezhdat-bolezn?ysclid=mnbopu5bk9803894028	«Выполните задание, чтобы проверить, как знания о причинах заболеваний помогают выбрать правильные меры профилактики»	–вода и воздух», «Аллергия – это чувствительность к некоторым веществам». УУД: познавательные — систематизация, классификация; коммуникативные — обсуждение при затруднении; личностные — самостоятельность; регулятивные — самопроверка	познавательные — классификация, логика; регулятивные — самоконтроль; личностные — ответственность	
8	Включение нового знания в систему знаний	Обобщить знания о профилактике, связать с повседневной жизнью	Работа в парах и группах, создание памяток для дома	Организует работу по созданию памяток «Как не болеть зимой и летом»	Предметные: составляют памятки с рекомендациями. Примеры: «Пить чистую воду, делать влажную уборку, закаляться», «Использовать спреи, оксолиновую мазь, теплую одежду, избегать сквозняков». УУД: познавательные — обобщение; коммуникативные — совместное составление; личностные — ценность здоровья; регулятивные — планирование действий	Продукт: памятки по профилактике ЛОР, аллергии, закаливания для дома. УУД: познавательные — обобщение; коммуникативные — совместная работа; регулятивные — планирование	Оценка памяток, обсуждение полноты и правильности рекомендаций
9	Рефлексия учебной деятельности	Осознание полученных знаний, самооценка	Фронтальная беседа, устные ответы, отметка «Что я узнал нового?»	Задаёт вопросы: «Что нового вы узнали о профилактике?», «Что будете применять дома?»	Предметные: формулируют, что нового узнали, как будут применять. Примеры: «Я буду закаляться», «Буду проветривать комнату и ограничивать контакт с кошкой». УУД: познавательные —	Продукт: устные или письменные ответы, план действий дома. УУД: познавательные — обобщение; коммуникативные — выражение мысли;	Оценка полноты и осознанности ответов, корректировка ошибок, обсуждение домашних действий

					обобщение; коммуникативные — выражение мнения; личные — самооценка; регулятивные — оценка результатов	личные — самооценка; регулятивные — оценка результатов	
--	--	--	--	--	--	--	--

Приложение

Ссылка: викторина-тест «Умей предупреждать болезнь» <https://kupidonia.ru/viktoriny/viktorina-po-okruzhajuschemu-miru-umej-preduprezhdaj-bolezn?ysclid=mnbopu5bk9803894028>

Тест онлайн

Наш

Выбрав правильный на ваш взгляд вариант ответа, жмите на кнопку «Прислать ответ», ищите под вопросами ссылку «Посмотреть правильные ответы»

1. С помощью чего не проводится закаливание?

- Вода
- Воздух
- Еда

2. Что нужно делать для закаливания?

- Чаще играть на свежем воздухе
- Не выходить из дома
- Тепло одеваться

3. С чего лучше всего начинать закаливание водой?

- С ледяного озера
- С прохладного душа
- С холодного сока

4. Что лучше делать с кожей после водных процедур?

- Растирать кожу сухим полотенцем
- Мазать кремом
- Дать ей высохнуть без полотенца

5. При какой температуре воды можно купаться в чистом водоеме?

- +20
- 0
- 10

6. Какое важное условие нахождения на солнце?

- Находиться на солнце можно только с 13 до 16 часов дня
- Находиться на солнце можно только под зонтом
- Находиться на солнце можно в головном уборе

7. Сколько можно загорать в первый день?

- Не больше 5 минут
- Около часа
- Не больше трёх часов

8. Из-за чего возникают инфекционные болезни?

- Из-за аллергии
- Из-за долго нахождения на солнце
- Из-за заражения человека болезнетворными бактериями или вирусами

9. Как передаются возбудители гриппа и ангины?

- С капельками слюны
- С грязных рук
- Через вещи больного

10. Что такое аллергия?

- Особая чувствительность к некоторым веществам
- Повышенная температура и кашель
- Врожденное заболевание

ПРОВЕРИТЬ

[посмотреть правильные ответы](#)

[рестарт](#)

Результаты

100%

Отлично

Правильно: 10

Неправильно: 0

ПРИЛОЖЕНИЕ 10
МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева»
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Факультет начальных классов

Кафедра теории и методики начального образования

Направление подготовки

44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы

Начальное образование

Технологическая карта по окружающему миру

Выполнила: Огородникова Анастасия Евгеньевна

Студентка 4 курса, группа

Учитель Оценка/Подпись _____

Методист Оценка/Подпись _____

Красноярск, 2026

Технологическая карта урока (№41)

ФИО учителя: Огородникова Анастасия Евгеньевна.

Класс: 3.

УМК: Школа России.

Предмет: окружающий мир.

Тема: Роль двигательной активности: утренней гимнастики и динамических пауз.

Тип урока: урок формирования практических умений и навыков.

Цель:

1) создать условия для формирования у учащихся устойчивых знаний и навыков здорового образа жизни и регулярной физической активности через разнообразные виды занятий: выполнение утренней гимнастики и динамических пауз для развития мышц, позвоночника и суставов; обсуждение в парах и группах правил правильной осанки и распределения времени на активность и отдых; составление индивидуальных и коллективных памяток о пользе упражнений и организации режима дня;

2) закрепить знания через выполнение интерактивных заданий на LearningApps <https://learningapps.org/display?v=p7oqnos9c20>.

Место и роль урока в изучаемой теме: урок формирования практических умений и навыков.

Планируемые результаты

Предметные знания, предметные действия	УУД			
	регулятивные	познавательные	коммуникативные	личностные
Знать, что такое утренняя гимнастика и динамические паузы; Понимать влияние физических упражнений на опорно-двигательный аппарат (мышцы, позвоночник, суставы); Знать правила формирования правильной осанки и соответствия мебели росту; Понимать значимость контроля веса и правильного режима дня для здоровья.	Определять цели и задачи урока; планировать выполнение упражнений; оценивать свои действия и результаты; корректировать выполнение заданий при необходимости	Извлекать информацию о пользе двигательной активности, режим дня, правильной осанке; анализировать взаимосвязь упражнений и состояния организма; классифицировать виды упражнений	Участвовать в обсуждении правил упражнений и организации режима дня; совместно обсуждать распределение времени на гимнастику и динамические паузы	Осознать ценность регулярной физической активности; проявлять интерес к сохранению здоровья; формировать ответственное отношение к своему телу и привычкам
Уметь правильно выполнять упражнения утренней гимнастики и динамических пауз;	Планировать последовательность действий	Применять знания о физических упражнениях на	Работать в паре и группе, обсуждать технику	Формировать ценностное отношение к активному

<p>Уметь соблюдать правила осанки и контроля веса; Уметь включать гимнастику в режим дня; Уметь выполнять задания LearningApps по сопоставлению упражнений и их пользы; Уметь составлять план режима дня с учетом активности и отдыха.</p>	<p>при выполнении упражнений; контролировать правильность выполнения; корректировать ошибки самостоятельно</p>	<p>практике; анализировать и обобщать информацию о пользе каждого упражнения; классифицировать упражнения по назначению</p>	<p>выполнения и планирование активности; совместно создать памятки и схемы режима дня</p>	<p>образу жизни; развивать мотивацию к регулярным упражнениям; принимать ответственность за здоровье</p>
---	---	--	--	--

Ход урока

	Название этапа урока	Задача, которая должна быть решена (в рамках достижения планируемых результатов урока)	Формы организации деятельности учащихся	Действия учителя по организации деятельности учащихся	Действия учащихся (предметные, УУД)	Результат взаимодействия (продукт, УУД)	Диагностика достижения планируемых результатов урока
1	Мотивация к учебной деятельности	Пробудить интерес к теме двигательной активности, показать её значимость для здоровья	Фронтальная беседа, показ видео/картинок детей на утренней гимнастике	Задаёт вопросы: «Почему важно вставать и делать гимнастику?», «Как двигательная активность влияет на осанку и здоровье?»	Предметные: называют привычки для здоровья; Примеры: «Делать утреннюю гимнастику», «Двигаться в течение дня»; УУД: познавательные — выдвижение гипотез; коммуникативные — участие в обсуждении; личностные — интерес к теме; регулятивные — принятие учебной задачи	Продукт: устные ответы, идеи о пользе гимнастики; УУД: познавательные — выдвижение гипотез; коммуникативные — участие в диалоге	Наблюдение за активностью, полнотой ответов
2	Актуализация знаний и пробное действие	Проверить знания о двигательной активности, режиме дня и правильной осанке	Работа в парах, обсуждение опыта выполнения упражнений	Напоминает о предыдущих уроках, задаёт вопросы: «Какие упражнения вы делаете утром?»	Предметные: перечисляют привычки, связанные с движением; Примеры: «Делаю зарядку каждый день», «Стараюсь правильно сидеть за партой»; УУД: познавательные —	Продукт: устные ответы или мини-таблица привычек; УУД: познавательные — систематизация информации	Оценка полноты и корректности ответов

					извлечение информации; коммуникативные — обсуждение в паре; личностные — осознание значимости привычек; регулятивные — выполнение задания		
3	Выявление места и причины затруднения	Определить, что учащиеся не знают о правильном режиме, осанке, выборе мебели и контроле веса	Фронтальная беседа, постановка проблемных вопросов	Ставит вопросы: «Как правильно организовать свой день?», «Как проверить правильность осанки?»	Предметные: осознают пробелы в знаниях о двигательной активности; Примеры: «Не знаю, сколько времени нужно гулять», «Не знаю, как проверить мебель для спины»; УУД: познавательные — выявление затруднения; коммуникативные — формулирование вопроса; личностные — принятие затруднения; регулятивные — фиксация проблемы	Продукт: список проблемных вопросов; УУД: познавательные — анализ; регулятивные — формулирование затруднения	Наблюдение за точностью формулировки проблем, активность участия
4	Построение проекта выхода из затруднения (целеполагание)	Определить цель урока и план действий для формирования навыков двигательной активности	Обсуждение в группах, формулирование целей	Помогает сформулировать цель: «Сегодня мы научимся правильно выполнять упражнения и организовывать день»	Предметные: формулируют цель урока и план действий; Примеры: «Научиться делать гимнастику правильно», «Следить за осанкой»; УУД: познавательные — постановка цели; коммуникативные — обсуждение; личностные — принятие цели; регулятивные — планирование	Продукт: сформулированная цель, план действий; УУД: регулятивные — планирование	Проверка соответствия цели задачам урока
5	Открытие нового знания (реализация проекта)	Освоить навыки правильной утренней гимнастики, динамических пауз,	Демонстрация упражнений учителем,	Организует практические задания: выполнение утренней	Предметные: выполняют упражнения, наблюдают за осанкой, сравнивают	Продукт: выполненные упражнения,	Проверка правильности выполнения,

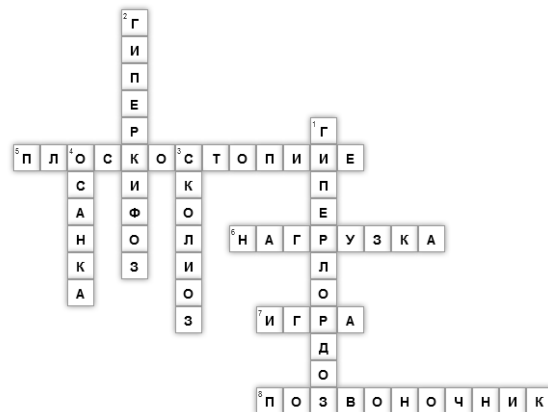
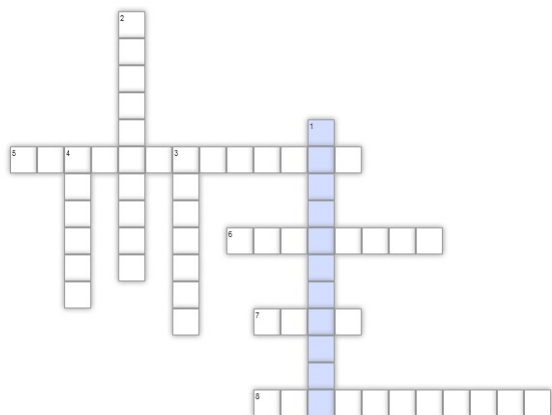
		формирования осанки и контроля веса	выполнение в парах/группах	гимнастики и динамических пауз. Создает условия для наблюдения за осанкой и соответствием мебели (например, дети сидят на разных стульях, проверяют удобство и положение спины). Направляет внимание на контроль веса и правильный режим дня через вопросы: «Что помогает сидеть прямо?», «Какие упражнения помогают удерживать правильную осанку?»	разные стулья и их влияние на спину, фиксируют ощущения; Примеры: «На высоком стуле легче держать спину прямо», «Если стул низкий, спина быстро устает»; УУД: познавательные — наблюдение, анализ; коммуникативные — обсуждение в группе; личностные — внимание к здоровью; регулятивные — контроль выполнения	устные объяснения, демонстрация правильной осанки; УУД: познавательные — анализ, объяснение; коммуникативные — совместное выполнение; регулятивные — контроль действий	наблюдение за техникой
6	Первичное закрепление с проговариванием	Закрепить навыки выполнения гимнастики и подвести к пониманию необходимости регулярной двигательной активности	Фронтальная практика, ответы на вопросы	Организует выполнение упражнений по памяти. Задает вопросы-переходы: «Почему недостаточно сделать зарядку один раз?», «Что происходит с организмом, если долго сидеть без движения?», «Почему важно чередовать движение и отдых в течение дня?» Подводит к выводу о необходимости регулярной двигательной активности	Предметные: проговаривают правила, показывают упражнения; Примеры: «Если долго сидеть — устает спина», «Движение нужно в течение дня», «Гимнастика должна быть регулярной». «Делаю разминку рук и ног, чтобы мышцы не уставали»; УУД: познавательные — применение знаний; коммуникативные — устное выражение; личностные — осознание пользы; регулятивные — контроль правильности выполнения	Продукт: устные выводы о значении регулярной двигательной активности. УУД: познавательные — применение знаний; регулятивные — контроль действий	Наблюдение за правильностью выполнения и пониманием пользы упражнений
7	Самостоятельная	Закрепить понимание	Индивидуально	Объясняет	Предметные: выполняют	Продукт:	Проверка

	работа с самопроверкой	влияния двигательной активности на здоровье Закрепить навыки и проверить себя через цифровое задание	я работа на LearningApps: «Кроссворд» по ссылке https://learningapps.org/display?v=p7oqnos9c20	инструкцию, контролирует выполнение. Дает установку: «Выполните задание, чтобы проверить, как упражнения и двигательная активность помогают сохранять здоровье в течение дня»	задание-кроссворд, сопоставляют упражнения и эффекты. Примеры: Искривление позвоночника - сколиоз УУД: познавательные — классификация и систематизация; регулятивные — самопроверка; личностные — ответственность	заполненное задание LearningApps; УУД: познавательные — классификация, логика; регулятивные — самоконтроль	правильности выполнения задания, обсуждение ошибок
8	Включение нового знания в систему знаний	Сформировать понимание роли режима дня как условия сохранения двигательной активности и здоровья	Работа в парах/группах: составление «правильного режима дня с гимнастикой»	Объясняет, что здоровье зависит не только от упражнений, но и от их регулярности. Подводит к выводу: чтобы сохранить осанку и здоровье, важно правильно организовать режим дня Предлагает составить режим дня с включением гимнастики и динамических пауз	Предметные: составляют режим дня, включают динамические паузы; Примеры: «8:00 — зарядка, 10:30 — динамическая пауза»; УУД: познавательные — систематизация информации; коммуникативные — совместное составление; личностные — ответственность за здоровье; регулятивные — планирование	Продукт: схемы режима дня с упражнениями и паузами. УУД: познавательные — систематизация; коммуникативные — совместная работа; регулятивные — планирование	Оценка полноты и практичности режима, обсуждение ошибок
9	Рефлексия учебной деятельности	Осознание полученных знаний и навыков, самооценка	Фронтальная беседа, устные ответы: «Что я научился делать?»	Задает вопросы о новых навыках, важности гимнастики и пауз	Предметные: формулируют, что нового узнали и будут применять; Примеры: «Буду делать зарядку каждый день», «Следить за осанкой»; УУД: познавательные — обобщение знаний; коммуникативные — выражение мнения; личностные — самооценка и	Продукт: устные или письменные ответы, план действий дома; УУД: познавательные — обобщение; коммуникативные — выражение мысли; личностные — самооценка;	Оценка полноты ответов, корректировка ошибок, формирование привычки применять навыки дома

					ответственность; регулятивные — оценка результатов	регулятивные — оценка результатов	
--	--	--	--	--	--	---	--

Приложение

Ссылка на упражнение: <https://learningapps.org/display?v=p7oqnos9c20>



ПРИЛОЖЕНИЕ 11
МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева»
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Факультет начальных классов

Кафедра теории и методики начального образования

Направление подготовки

44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы

Начальное образование

Технологическая карта по окружающему миру

Выполнила: Огородникова Анастасия Евгеньевна

Студентка 4 курса, группа

Учитель Оценка/Подпись _____

Методист Оценка/Подпись _____

Красноярск, 2026

Технологическая карта урока (№42)

ФИО учителя: Огородникова Анастасия Евгеньевна

Класс: 3.

УМК: Школа России.

Предмет: окружающий мир.

Тема: Резервный урок. Повторение по теме «Человек-часть природы. Строение тела человека».

Тип урока: урок обобщения и систематизации знаний.

Цель:

1) создать условия для формирования у учащихся устойчивых навыков двигательной активности и здорового образа жизни через комплекс практических и цифровых заданий: выполнение утренней гимнастики и динамических пауз для укрепления мышц, позвоночника и суставов; наблюдение за осанкой и использованием мебели, сопоставление её высоты с ростом; обсуждение в парах и группах правил осанки, контроля веса и организации режима дня; составление схем и памяток «Правильный режим дня с гимнастикой»;

2) закрепить знания через выполнение интерактивного задания LearningApps <https://learningapps.org/display?v=ppfexse7520> ; <https://learningapps.org/display?v=pmp67q91n20>.

Место и роль урока в изучаемой теме: урок обобщения и систематизации знаний.

Планируемые результаты

Предметные знания, предметные действия	УУД			
	регулятивные	познавательные	коммуникативные	личностные
<p>Знать основные органы человека (рот, нос, уши, кожа, мышцы);</p> <p>Понимать влияние физических упражнений и закаливания на здоровье;</p> <p>Знать меры профилактики ЛОР-заболеваний: гигиена полости рта и носа, проветривание, прогулки на свежем воздухе, обтирания, физическая активность;</p> <p>Осознать важность регулярных процедур для здоровья.</p>	<p>Планировать действия при повторении знаний; оценивать свои ответы; корректировать выполнение заданий; следить за правильностью выполнения процедур</p>	<p>Извлекать и систематизировать информацию о строении тела и профилактике ЛОР-заболеваний; анализировать последствия отсутствия профилактики; делать выводы о связи привычек и здоровья</p>	<p>Участвовать в обсуждении правил профилактики, делиться опытом; формулировать свои наблюдения и выводы</p>	<p>Осознать значимость регулярной профилактики и физической активности; проявлять ответственность за собственное здоровье</p>
<p>Уметь правильно выполнять упражнения для закаливания и физической активности;</p> <p>Уметь соблюдать гигиену полости рта и носа;</p> <p>Уметь планировать ежедневные профилактические процедуры;</p> <p>Уметь выполнять упражнения на LearningApps по сопоставлению органов и профилактических мер;</p> <p>Уметь составлять памятку «Моя профилактика здоровья».</p>	<p>Планировать последовательность действий при выполнении упражнений и процедур; корректировать ошибки самостоятельно</p>	<p>Применять знания о строении тела и профилактике на практике; анализировать информацию, делать выводы, классифицировать меры профилактики</p>	<p>Работать в паре или группе, обсуждать правильность выполнения упражнений, совместно составлять памятку</p>	<p>Формировать ценностное отношение к здоровью; развивать мотивацию к регулярной профилактике; принимать ответственность за собственное здоровье</p>

Ход урока

	Название этапа урока	Задача, которая должна быть решена (в рамках достижения планируемых результатов урока)	Формы организации деятельности учащихся	Действия учителя по организации деятельности учащихся	Действия учащихся (предметные, УУД)	Результат взаимодействия (продукт, УУД)	Диагностика достижения планируемых результатов урока
1	Мотивация к учебной деятельности	Пробудить интерес к теме повторения и показать значимость профилактики	Фронтальная беседа, демонстрация	Задаёт вопросы: «Что помогает оставаться здоровым?», «Какие	Предметные: называют привычки для здоровья; Примеры: «Чистить	Продукт: устные ответы, идеи о пользе	Пробудить интерес к теме повторения и показать значимость

		здоровья	картинок/видео о здоровье человека	привычки защищают от болезней?»	зубы», «Проветривать комнату», «Делать зарядку»; УУД: познавательные — выдвижение гипотез; коммуникативные — участие в диалоге; личностные — интерес к здоровью	профилактики; УУД: познавательные — выдвижение гипотез; коммуникативные — участие в обсуждении	профилактики здоровья
2	Актуализация знаний и пробное действие	Проверить знания о строении тела человека и профилактике ЛОР-заболеваний	Работа в парах, устное опросное обсуждение	Задает вопросы: «Какие органы участвуют в дыхании?», «Как заботиться о носе и ротовой полости?»	Предметные: называют органы и меры профилактики; Примеры: «Нос, рот, уши; проветривание, гигиена, прогулки»; УУД: познавательные — извлечение информации; коммуникативные — обсуждение в паре; личностные — осознание важности здоровья	Продукт: устные ответы, мини-схема органов; УУД: познавательные — систематизация информации	Проверить знания о строении тела человека и профилактике ЛОР-заболеваний
3	Выявление места и причины затруднения	Определить, что дети забыли или путают в мерах профилактики ЛОР-заболеваний и строения тела	Фронтальная беседа, постановка проблемных вопросов	Ставит вопросы: «Что вы уже знаете о профилактике?», «Что трудно запомнить?»	Предметные: формулируют затруднения; Примеры: «Не помню все меры профилактики», «Как правильно делать обтирание?»; УУД: познавательные — выявление пробелов; коммуникативные — формулирование вопросов; личностные — осознание пробела; регулятивные — фиксация проблемы	Продукт: список проблемных вопросов; УУД: познавательные — анализ	Определить, что дети забыли или путают в мерах профилактики ЛОР-заболеваний и строения тела
4	Построение проекта выхода из затруднения (целеполагание)	Определить цель урока: повторить строение тела человека и меры профилактики	Обсуждение в группах, формулирование целей	Помогает сформулировать цель: «Сегодня мы повторим строение	Предметные: формулируют цель урока; Примеры: «Повторить органы человека»,	Продукт: сформулированная цель; УУД:	Определить цель урока: повторить строение тела человека и меры профилактики

				тела и научимся мерам профилактики»	«Закрепить меры профилактики»; УУД: познавательные — постановка цели; коммуникативные — обсуждение; личностные — принятие цели; регулятивные — планирование	регулятивные — планирование	
5	Открытие нового знания (реализация проекта)	Повторить строение тела человека, актуализировать знания о профилактике ЛОР-заболеваний: гигиена полости рта и носа, закаливание, проветривание, прогулки, обтирания, физическая активность	Демонстрация схем, обсуждение мер профилактики, выполнение упражнений	Направляет внимание на ключевые органы, объясняет и напоминает правила профилактики, задает вопросы для самостоятельного анализа	Предметные: перечисляют органы и меры профилактики; Примеры: «Рот, нос, уши; чистить зубы, обтирать тело, гулять на свежем воздухе»; УУД: познавательные — систематизация и анализ информации; регулятивные — контроль выполнения; коммуникативные — обсуждение в группе; личностные — осознание ценности профилактики	Продукт: схемы органов человека, памятка по мерам профилактики; УУД: познавательные — систематизация; регулятивные — контроль действий	Повторить строение тела человека, актуализировать знания о профилактике ЛОР-заболеваний: гигиена полости рта и носа, закаливание, проветривание, прогулки, обтирания, физическая активность
6	Первичное закрепление с проговариванием	Закрепить знания о строении тела человека и мерах профилактики, подготовить к самостоятельной проверке	Фронтальная практика, обсуждение правильного выполнения процедур профилактики	Организует устное закрепление знаний. Подводит к необходимости проверить, насколько учащиеся могут самостоятельно применять знания: «Теперь посмотрим, насколько вы готовы сами применить правила профилактики»	Предметные: проговаривают правила, показывают действия; Примеры: «Проветривать утром и вечером помогает дышать свежим воздухом», «Чистить зубы два раза в день защищает от болезней»; УУД: познавательные — применение знаний; коммуникативные — устное выражение; регулятивные — контроль действий	Продукт: устные ответы и объяснение правил профилактики. УУД: познавательные — закрепление знаний	Наблюдение за правильностью ответов

7	Самостоятельная работа с самопроверкой	Проверить уровень усвоения знаний и умение применять их самостоятельно через цифровое упражнение	Индивидуальная работа на LearningApps: https://learningapps.org/display?v=ppfexse7520 https://learningapps.org/display?v=pmp67q91n20	Объясняет инструкцию, Переход: сообщает, что задание поможет выявить, какие знания уже усвоены, а какие требуют повторения: «Сейчас вы проверите себя и увидите, всё ли вы запомнили правильно» Контролирует выполнение	Предметные: выполняют задания, сопоставляют, выбирают варианты ответов. Примеры: «Картинка - закаливание», «К плоскостопию приводит ношение тесной обуви». УУД: познавательные — классификация и систематизация; регулятивные — самопроверка; личностные — ответственность	Продукт: заполненное задание LearningApps; УУД: познавательные — систематизация знаний; регулятивные — самоконтроль	Проверить знания через цифровое упражнение
8	Включение нового знания в систему знаний	Перенести знания о профилактике в жизненные ситуации, сформировать осознанное применение Связать знания о строении тела человека и профилактике с повседневной жизнью	Работа в парах/группах: составление памятки «Моя профилактика здоровья»	Организует составление памятки. Переход: подводит к выводу о практической значимости знаний: «Важно не только знать правила профилактики, но и применять их каждый день»	Предметные: составляют памятку, включают регулярные меры профилактики; Примеры: «Каждое утро зарядка, чистка зубов, проветривание»; УУД: познавательные — систематизация информации; коммуникативные — совместное составление памятки; личностные — ответственность за здоровье; регулятивные — планирование	Продукт: памятка по профилактике здоровья; УУД: познавательные — систематизация; коммуникативные — совместная работа; регулятивные — планирование	Оценка полноты и практичности памятки
9	Рефлексия учебной деятельности	Осознание повторенных знаний, самооценка и закрепление ценности профилактики	Фронтальная беседа, устные ответы: «Что нового повторили? Что будем применять?»	Задает вопросы о пользе профилактики, важности физической активности и гигиены	Предметные: формулируют выводы и планы применения; Примеры: «Буду гулять на свежем воздухе», «Чистить зубы каждый день»; УУД: познавательные — обобщение знаний;	Продукт: устные или письменные ответы, план действий дома; УУД: познавательные — обобщение; коммуникативные — выражение	Оценка ответов

					коммуникативные — выражение мнения; личностные — самооценка и ответственность; регулятивные — оценка результатов	мысли; личностные — самооценка; регулятивные — оценка результатов	
--	--	--	--	--	--	--	--

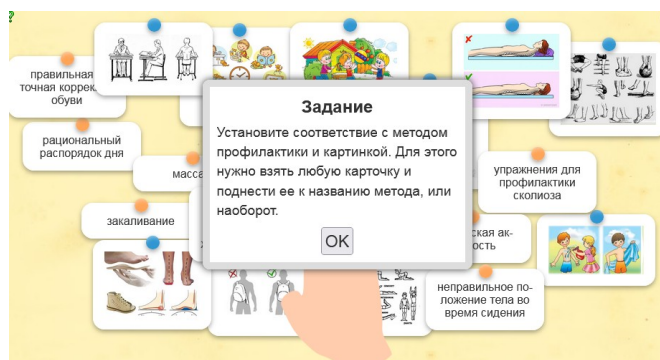
Приложение

Ссылки на упражнения:

1) <https://learningapps.org/display?v=ppfexse7520>

2) <https://learningapps.org/display?v=pmp67q91n20>

1)



сон на жесткой постели в положении лежа на животе или спине

равномерная нагрузка на позвоночник при ношении рюкзаков и др.

рациональный распорядок дня

массаж

физическая активность

закаливание

неправильное положение тела во время сидения

правильная и точная коррекция обуви

упражнения для профилактики сколиоза

упражнения для профилактики плоскостопия

Здорово, ты правильно установил(а) все соответствия!

OK

2)

Задание

Сегодня мы проведем интеллектуальную игру "Кто хочет стать миллионером?". Вы должны правильно ответить на ряд вопросов с несколькими вариантами ответов. Всего 6 вопросов с разным уровнем сложности, каждый вопрос стоит определенной суммы денег, которую вы можете заработать,

OK

К факторам своевременного заболевания относятся:

A Травмы

C Вибрацию

D Переохлаждение

К факторам, воздействие которых нужно своевременно прекратить для профилактики заболеваний мышечной системы, не относят:

A Вибрацию

B Травмы

C Переохлаждение

D Ультрафиолетовое излучение

К мероприятиям, предупреждающим возникновение и прогрессирование нарушений в работе мышечной системы, не относят:

A Физическую активность

B Контроль веса

C Отказ от вредных привычек

D Крепкий сон

При нехватке витамина D в ежедневный рацион необходимо добавлять:

A Молочные продукты

B Морковь

C Укроп

D Апельсины

Адекватная физическая нагрузка не подразумевает:

A Физическое переутомление

B Отдых

C Дозированную физическую нагрузку

D Смену формы деятельности за день

К развитию плоскостопия у детей приводит:

A Ношение обуви на плоской подошве

B Ношение тесной обуви

C Длительное стояние на ногах

D Перегрузка косо-суставного аппарата стопы