



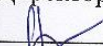
МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ЮУрГПУ»)


ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ


**Формирование навыков здорового и безопасной  
образа жизни младших школьников на уроках 1  
предмету «Окружающий мир»**

Выпускная квалификационная работа по направлению  
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)  
Направленность программы бакалавриата  
«Начальное образование. Дошкольное образование»  
Форма обучения заочная

Проверка на объем заимствований:  
61,65 % авторского текста

Работа рекомендована к защите  
«10» марта 2023 г.  
Директор института  
 Гнатышина Е.А.

Выполнил:  
студент группы ЗФ-609-072-6-11Орг  
Овсянникова Наталья Николаевна 

Научный руководитель:  
кандидат биологических наук  
Крайнева Светлана Васильевна 

Челябинск  
2023

## СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ НАВЫКОВ ЗДОРОВОГО И БЕЗОПАСНОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ.....	9
1.1 Здоровый и безопасный образ жизни: понятие, сущность и характеристика.....	9
1.2 Возрастные особенности формирования навыков здорового и безопасного образа жизни у детей младшего школьного возраста.....	20
1.3 Формы и методы формирования навыков здорового и безопасного образа жизни младших школьников на уроках «Окружающий мир».....	26
Выводы по 1 главе.....	32
ГЛАВА 2. ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ РАБОТА ПО ФОРМИРОВАНИЮ БЕЗОПАСНОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ НА УРОКАХ «ОКРУЖАЮЩИЙ МИР».....	34
2.1 Организация и общая характеристика исследовательской работы.....	34
2.2 Анализ результатов исследовательской работы.....	42
2.3 Банк методических разработок по формированию навыков здорового и безопасного образа жизни у младших школьниках на уроках «Окружающий мир».....	53
Выводы по 2 главе.....	60
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	62
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	64
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	77

## ВВЕДЕНИЕ

В текущем десятилетии образование претерпевает кардинальные изменения: в то время, как раньше главной обязанностью учителя считалась передача непосредственно знаний при репродуктивной деятельности, то сейчас на его плечи ложится множество других задач, связанных с формированием различных умений и навыков. Данные требования регламентируются в Федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования, утвержденном 6 октября 2009 года (в редакции от 11 декабря 2020 г.) (далее – ФГОС НОО). В настоящее время в соответствии со Стандартом в структуру основной образовательной программы начального образования (ООП НОО) входит «Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни».

Государственная политика и правовое регулирование отношений в сфере образования основываются на принципах приоритета жизни и здоровья человека. В то же время, пропаганда и обучение навыкам здорового образа жизни выступают в числе основных мероприятий по охране здоровья обучающихся.

Актуальность исследования. Проблема как сохранения, так и собственно формирования здоровья и навыков здорового, а также, что не менее важно, безопасного образа жизни среди детей и молодежи в реальности развития нашей страны более, чем значима и актуальна, поскольку она неотделима от проблемы безопасности и независимости.

По результатам опроса, проведенного среди родителей учеников 3 класса МКОУ «Школа № 16» с. Верхняя Кабанка было выявлено, что 97 % родителей считают, что изучение и формирование навыков здорового и безопасного образа жизни необходимо в начальной школе, всего лишь 1 родитель воздержался от ответа, а тех, кто считал иначе не было. На вопрос, считают ли они, что их ребёнок готов справиться с обстоятельствами в чрезвычайной ситуации ответили положительно только родители 3 младших школьников, что является всего лишь 10 %, а 87 % родителей дали противоположный ответ, и воздержался от ответа 1 родитель. Также был задан вопрос знает ли их ребёнок о Интернет-угрозах и

сформирована ли у него медиа-грамотность, по их мнению, ни один из родителей не ответил положительно, 90 % ответили вариантом ответа «нет» и только 3 родителей, то есть 10 % воздержались от ответа.

В течение последних десятилетий в России был замечен значительный спад показателей уровня здоровья школьников. По данным Статистического сборника здравоохранения в России за период с 2005 по 2018 заболеваемость детей и подростков от 0 до 14 лет выросла более, чем на 22 %. Данные ученых, занимающихся вопросами изучения этой проблемы (Е. Н. Дзятковская, Л. И. Колесникова, В. И. Ковалько и др.), говорят о том, что примерно в организмах 86 % учащихся 1 класса и 93 % старшеклассников обнаружены патологические изменения различного характера.

Также, по данным взятым из областного родительского собрания «Безопасность детей», которое проходило 14 октября на сайте Министерства образования и науки Курганской области в режиме онлайн, за девять месяцев 2021 года в Курганской области произошло 340 дорожно-транспортных происшествий с участием несовершеннолетних, 7 детей погибли и 365 были ранены. Сообщалась информация и по поводу дорожно-транспортных происшествий с участием несовершеннолетних пешеходов: на 2021 год было зарегистрировано 152 таких ДТП, в них 2 погибли и 137 получили ранения. Кроме того, на собрании поднимались такие вопросы, как наблюдение за изменением внешнего вида и поведения ребёнка, деструктивный или суицидальный контент в социальных сетях, травля ребёнка в социальных сетях, обсуждались правила обеспечения психологической безопасности детей и подростков в сети Интернет, широко рассматривалась тема «Безопасная сеть. Знания, установки и навыки, которые должны быть сформированы у ребёнка», обозревался вместе с тем коллективный иммунитет против инфекции COVID-19. Данное мероприятие даёт понять, что безопасность детей остаётся ведущей проблемой как для родителей, так и для работников образовательных организаций. Этим подчёркивается социальная значимость рассматриваемой темы.

Статистические данные говорят сами за себя: проблему высокой заболеваемости нужно решать. Поскольку большую часть своего времени современный школьник проводит в школе, многие граждане ждут от административного персонала и, прежде всего, от учителя действий направленных, на улучшение и сохранение здоровья детей: формирования знаний о здоровье и его поддержании, развития навыков поведения в экстренной ситуации, выработки умений избежать опасной ситуации, правильное поведение при экстремальных происшествиях. Помимо тематической внеурочной деятельности и массовых бесед, важным инструментом формирования понятий и навыков здорового и безопасного образа жизни должны стать уроки курса «Окружающий мир», поскольку именно они направлены на то, чтобы научить детей вести жизнедеятельность в условиях окружающей действительности. Вопросы формирования представлений, знаний и навыков здорового образа жизни детей были изучены в многочисленных работах: Э. Н. Вайнера, Т. С. Казаковцевой, И. И. Брехмана, Н. В. Тверской, М. П. Дорошкевич, Г. К. Зайцева и др. В трудах современных педагогов и методистов, таких как В. Д. Сонькин, Л. Г. Татарникова, В. Г. Каменская, В. И. Ковалько, Н. А. Будаева, Л. А. Харитоновна, Н. В. Бордовская, Н. К. Смирнов, Н. А. Кучменко, Т. И. Тарасова, Н. И. Соловьева разработаны концептуальные основы педагогики здоровья, определены принципы технологии здоровьесбережения учеников. Однако в современной школе здоровьесформирующие технологии используются в недостаточной мере на уроках данного вида. Причиной этому могут служить не только недостаточная информативность в учебно-методическом комплекте для формирования навыков здорового и безопасного образа жизни у детей младшего школьного возраста в современных условиях, но и низкая степень информированности учителя в данной области, в качестве следствия наблюдается недостаточная осведомленность учеников о правилах здорового образа жизни и безопасности жизнедеятельности, что подвергает их жизни риску.

Реализация образовательных программ в настоящее время осуществляется в соответствии с системой стандартов образования, что показывает научно-практическую значимость и актуальность исследования. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования ориентирован на становление личностных характеристик выпускника («портрет выпускника начальной школы»), среди которых важное место занимает выполнение младшим школьником правил здорового и экологически целесообразного образа жизни.

Анализ психолого-педагогической литературы, научных исследований по вопросам здоровьесбережения и безопасности, программ и методик образования для младших школьников продемонстрировал, что предлагаемые для реализации формы, методы и приемы работы не обеспечивают в полном объеме формирование у детей опыта безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, а также не предоставляют возможность в получении навыков здорового образа жизни.

Таким образом, актуальность нашего исследования определена исключительно важной задачей формирования навыков здорового и безопасного образа жизни детей, прежде всего обучающихся в образовательных организациях.

Изучение актуальности темы данного исследования позволило выявить следующее противоречие между возрастающей потребностью общества в подрастающем поколении, способном и готовом вести безопасный и здоровый образ жизни, и недостаточной разработанностью комплексной и современной деятельности по формированию навыков здорового и безопасного образа жизни у младших школьников в учебной деятельности.

Вышеизложенное позволило сформулировать проблему исследования: каким образом можно преобразить и повысить эффективность деятельности учителя начальных классов по формированию навыков здорового и безопасного образа жизни на уроках «Окружающий мир» у младших школьников, учитывая современные условия жизнедеятельности?

Важность рассматриваемой проблемы послужила основанием для определения темы исследования: «Формирование навыков здорового и безопасного образа жизни у младших школьников на уроках «Окружающий мир».

Цель исследования: теоретически обосновать проблему формирования навыков здорового и безопасного образа жизни у младших школьников и провести исследовательскую работу по формированию навыков здорового и безопасного образа жизни у младших школьников, в результате разработать банк методических разработок по предмету «Окружающий мир», направленных на данный процесс.

Объект исследования: процесс воспитания младших школьников на уроках окружающего мира.

Предмет исследования: формирование навыков здорового и безопасного образа жизни у младших школьников на уроках «Окружающий мир».

Для достижения поставленной цели были определены задачи:

- 1) проанализировать понятия «здоровье», «здоровый образ жизни», «безопасность» и «безопасный образ жизни»;
- 2) рассмотреть возрастные особенности, играющие роль при формировании здорового и безопасного образа жизни;
- 3) рассмотреть и изучить методы, формы и приёмы на уроках «Окружающий мир» как возможность для формирования навыков здорового и безопасного образа жизни;
- 4) подобрать комплекс диагностических методик для выявления уровня сформированности навыков здорового и безопасного образа жизни у младших школьников;
- 5) изучить уровень сформированности навыков здорового и безопасного образа жизни у младших школьников;
- 6) разработать банк методических разработок по предмету «Окружающий мир», направленных на формирование навыков здорового и безопасного образа жизни.

Методы исследования:

– теоретические: анализ нормативно-правовых актов; психолого-педагогической, учебно-методической литературы; изучение педагогического опыта; сравнение, обобщение, классификация, синтез, систематизация, проектирование;

– эмпирические: педагогическое наблюдение за детьми по выявлению на практике, насколько дети применяют навыки культуры здоровья в повседневной жизни, диагностические методы по определению уровня сформированности представлений и навыков сохранения и укрепления здоровья школьников; количественный и качественный анализ методом математической обработки данных.

Теоретическая значимость исследования заключается в анализе современного состояния исследуемой проблемы, позволяющий теоретически обосновать возможности формирования навыков здорового и безопасного образа жизни у младших школьников; раскрыта сущность понятия «навык здорового и безопасного образа жизни у младших школьников», создан банк методических разработок, направленный на успешное формирование у младших школьников навыков здорового и безопасного образа жизни в учебной деятельности.

Практическая значимость заключается в возможности применения созданного банка методических разработок учителями начальных классов в процессе формирования у младших школьников навыков здорового и безопасного образа жизни в учебной деятельности.

База исследования: МКОУ «Школа № 16» с. Верхняя Кабанка 457037, Челябинская Область, р-н Пластовский, с Верхняя Кабанка, ул. Школьная, д.9

Структура работы: работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка используемых источников.



# ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ НАВЫКОВ ЗДОРОВОГО И БЕЗОПАСНОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

## 1.1 Здоровый и безопасный образ жизни: понятия, сущность и характеристика

Неоднократно говорилось, что только в здоровом обществе возможна реализация интеллектуального, нравственно-духовного, физического и репродуктивного потенциала населения. Эта цель достигается формированием знаний, умений и навыков здорового и безопасного образа жизни. Прежде чем рассматривать понятия здоровый образ жизни и безопасный образ жизни обратимся к первоначальным основным понятиям.

«Здоровье – это состояние полного физического, психологического и социального благополучия, а не только отсутствие заболеваний и физических дефектов» – так трактует понятие здоровья Всемирная организация здравоохранения [45].

Если с физическим здоровьем и социальным благосостоянием всё предельно ясно, в первом случае – это отсутствие болезней или каких-либо отклонений, обуславливающих нарушением производительности органов и функций организма, а во втором – это качественный уровень жизни человека, удовлетворение творческих и социокультурных потребностей; то психическое здоровье характеризуется тремя факторами: в первую очередь – это недостаток выраженных психологических расстройств; во вторую очередь – это конкретный резерв сил человека, благодаря которому он способен преодолеть неожиданные стрессы или затруднения, возникающие в исключительных обстоятельствах; и наконец в третью, это состояние равновесия между человеком и окружающим миром, гармонии между ним и обществом, сосуществование представлений отдельного человека с представлениями иных людей об объективной действительности [45].

Также стоит отметить, что международная практика имеет бесчисленное количество других определений термина «здоровье», которые в той или иной степени освещают значимые для каждой области свои стороны данного явления.

Само понятие «здоровье» по-английски звучит как «Health» от «Whole» (англосаксонский) – целый, целостный, что уже предполагает сложность, целостность и многомерность этого состояния. Гален в XI в. до н.э. определял здоровье как состояние, «в котором мы не испытываем боли и которое не мешает выполнять функции нашей каждодневной жизни». По мнению Израиля Ицковича Брехмана, здоровье характеризуется как «умение человека удерживать соответствующую возрасту устойчивость в условиях внезапных перемен количественных и высококачественных характеристик триединого потока сенсорной, вербальной и структурной информации». Один из основателей космической биологии и медицины Р. М. Баевский выделял определяющим фактором здоровья адаптивность организма: «Возможность организма человека адаптироваться к изменениям окружающей среды, свободно взаимодействуя с ней, на основе биологической, психологической и социальной сущности человека». Так, учитывая биосоциальную сущность человека, согласно суждению Ю. П. Лисицына, можно рассматривать здоровье человека как «гармоничное единство биологических и социальных качеств, обусловленных врожденными и приобретенными механизмами» [31].

Если говорить о самом состоянии здоровья, то оно создаётся в результате взаимодействия внешних (социальных и естественных) и внутренних (возраст, пол, наследственность, духовность) факторов.

Анализ литературы по данной проблеме исследования позволил выделить компоненты, или по-другому виды, здоровья [23]:

- 1) соматическое здоровье – это естественное состояние организма, обусловленное нормальным функционированием всех его органов и систем.

Его основой служит биологическая программа индивидуального развития, определяющаяся базовыми потребностями, доминирующими на различных

этапах онтогенетического развития. Если хорошо работают все органы и системы, то и весь организм человека правильно функционирует и развивается.

2) физическое здоровье – уровень роста и развития органов и систем организма, основу которого составляют морфологические и функциональные резервы, обеспечивающие адаптационные реакции.

3) психическое здоровье – зависит от состояния головного мозга, оно характеризуется уровнем и качеством мышления, развитием внимания и памяти, степенью эмоциональной устойчивости, развитием волевых качеств. А также общим состоянием душевного комфорта, обеспечивающее адекватную поведенческую реакцию. Определяется теми моральными принципами и нормами, которые являются основой жизни общества.

4) нравственное здоровье – комплекс характеристик мотивационной потребностно-информативной сферы жизнедеятельности.

Основа – система ценностей, мотивов и установок поведения личности в обществе. Нравственным здоровьем опосредована духовность человека, поскольку именно она связана с общечеловеческими истинами добра, любви и красоты. Отличительными признаками нравственного здоровья человека являются, прежде всего, сознательное отношение к труду, овладение сокровищами культуры, активное неприятие нравов и привычек, противоречащих нормальному образу жизни.

5) социальное здоровье определяется степенью адаптации человека в обществе, то есть наличием семьи, детей, работы, карьеры, определённого материального статуса.

Так или иначе, учёные приходят к умозаключению о проблеме зависимости всех видов здоровья от того, какой приоритет человек выбирает в приспособлении к жизни – биологический или духовный, какие ценности становятся для него ведущими в реализации жизненного пути.

Они могут соответствовать суждениям толпы, ориентированной на животные инстинкты или нравственным императивом, исходящим от высших сил природы, а могут отличаться, быть понятными только малой группе людей.

Другими словами, проблема выбора образа жизни становится главной в решении задач сохранения и приумножения здоровья.

По данным Всемирной организации здравоохранения, выделяют четыре группы факторов, влияющих на состояние здоровья человека:

- наследственность – 20 %;
- экологически благоприятная среда – 20 %;
- медицинское обеспечение – 10 %;
- образ жизни человека – 50 % [27].

Образ жизни – это целостная совокупность особенностей повседневной жизни людей, определяемая:

- индивидуальными психическими особенностями;
- жизненным опытом;
- семейными и местными обычаями;
- стандартами жизни, характерными для данного социального слоя,

определённого региона или государства [25].

Карл Маркс считал, что: «Болезнь есть жизнь, стесненная в своей свободе, тогда как здоровый образ жизни, направленный на предупреждение возникновения какого-либо заболевания обеспечивает полноценное развитие и реализацию возможностей индивида, способствует формированию активной жизненной позиции и является необходимым условием воспитания гармонически развитой личности» [21]. С.В. Попов полагал, что образ жизни в значительной степени обусловлен социально-экономическими условиями, в то же время во многом зависит от мотивов деятельности конкретного человека, от особенностей его психики, состояния здоровья и функциональных возможностей организма. Этим, в частности, объясняется реальное многообразие вариантов образа жизни различных людей. Образ жизни человека включает три категории: уровень жизни, качество жизни, стиль жизни [23]. Под уровнем жизни он определяет степень удовлетворения потребностей человека (материальных, духовных, культурных), под качеством жизни понимается степень комфорта в

удовлетворении этих потребностей, а стиль жизни напрямую связан с поведением человека.

Если учесть всё вышесказанное, мы можем выявить зависимость здоровья, в первую очередь, от стиля жизни, так как именно он имеет индивидуальных характер и определяется национальными и историческими традициями, а что самое главное – личностными особенностями. Стоит отметить, что более точно взаимосвязь между здоровьем и образом жизни трактуется в понятии здоровый образ жизни.

Здоровый образ жизни – это такой образ жизни, который направлен на сохранение здоровья, профилактику болезней и укрепление организма в целом. Он помогает не только сохранять и укреплять здоровье, но и улучшать работоспособность организма, раскрывать в человеке его лучшие физические качества. Стоит помнить, что здоровый образ жизни – это не только отказ от вредных привычек, это ещё и умение организовывать свою повседневную жизнь так, чтобы по максимуму использовать все свои личностные качества для достижения физического, душевного и социального благополучия [1].

Здоровый образ жизни включает в себя такие важные компоненты как: правильный режим дня, а также режим труда и отдыха, отсутствие вредных привычек, физическую активность, знание и исполнение норм личной гигиены, укрепление иммунитета, курс витаминов, закаливание, прогулки или занятия спортом на свежем воздухе, рациональное питание, психоэмоциональное состояние и здоровый сон, самостоятельное изучение дополнительной литературы в сфере здорового образа жизни.

Если знать и соблюдать правила по исполнению всех компонентов, то это будет самым значимым фактом в сохранении и укреплении здоровья каждого человека, а тем более младшего школьника, ведь именно в этот период формируются привычки, которые сопутствуют с нами всю жизнь.

Таким образом, здоровый образ жизни формируется под влиянием ряда факторов, среди которых можно выделить государственную политику, экологическую обстановку, формирование и развитие личностных убеждений,

направленных на непреклонное и системное развитие представлений о своем организме и здоровье. Если принимать во внимание, что фактическое воздействие на первые два фактора, определяющие условия здорового образа жизни, может быть лишь опосредованным, то работа по привитию осознанного отношения к своему здоровью должна быть определяющей в системе современного образования.

Не менее важным условием для сохранения жизни и продолжения её стабильного функционирования является безопасность. Согласно теории А. Маслоу потребность в безопасности занимает второе место после физиологических потребностей. Эти две категории относятся к первичным потребностям. Автор также характеризует безопасность как защищенность; стабильность; отсутствие страха, тревоги и хаоса; потребность в структуре, порядке, законе и ограничениях и т.д. [20].

Существует бесчисленные трактования понятия «безопасность».

Рассмотрим некоторые из них:

Безопасность – отсутствие недопустимого риска, связанного с возможностью причинения вреда и (или) нанесения ущерба.

Безопасность человека – такое состояние человека, когда действие внешних и внутренних факторов не приводит к плохому состоянию, ухудшению функционирования и развития организма, сознания, психики и человека в целом и не препятствует достижению определённых желательных для человека целей [24].

Также, в связи с увеличением времени, проводимым за электронными девайсами и наличием у каждого школьника гаджета с возможностью выхода в сеть Интернет, рассмотрим такие понятия как:

Информационная безопасность детей, согласно российскому законодательству, – это состояние защищенности детей, при котором отсутствует риск, связанный с причинением информацией, в том числе распространяемой в сети Интернет, вреда их здоровью, физическому, психическому, духовному и нравственному развитию [11].

Интернет-безопасность – это безопасность действий и транзакций, совершаемых в интернете. Интернет-безопасность входит в более широкие понятия, такие как кибербезопасность и компьютерная безопасность, и включает безопасность браузера и сети, а также правильное поведение в сети [27].

В широком смысле, «безопасный образ жизни» – сформированное представление о вошедших в повседневную практику нормах и правилах безопасного поведения человека, а также методах и средствах их воплощения в жизнь.

В узком смысле, «безопасный образ жизни человека» – основанная на повседневном выполнении норм и правил безопасности устойчивая во времени индивидуальная форма поведения человека, которая отражает его систему социально-культурных ценностей, приоритетов и предпочтений, и обеспечивает сохранение жизни.

Рассмотрев данные понятия, мы можем прийти к одному общему определению, которое отражает сущность и подходит для решения целей и задач нашего исследования.

Безопасный образ жизни – это основанная на повседневном выполнении норм и правил безопасности устойчивая во времени индивидуальная форма поведения человека, которая отражает его систему социально-культурных ценностей, приоритетов и предпочтений, и обеспечивает сохранение жизни [6]. Без знаний о безопасном образе жизни невозможно существование.

Гафнер В.В. выделяет следующие навыки безопасного образа жизни:

- быть способным внимательно отслеживать текущую ситуацию с целью адекватного реагирования на неё для сохранения жизни и здоровья;
- соблюдать правила безопасного поведения с огнём, водой, газом, электричеством и быть готовым реагировать на непредвиденное событие, связанное с ними;
- соблюдать правила дорожного движения и поведения на улице;
- соблюдать правила взаимоотношений с чужими людьми, быть способным избежать, предотвратить или решить возникшую проблему;

– соблюдать правила поведения при грозе, в лесу, на водоёме [5].

В современном, быстроизменяющемся мире появились новые угрозы сохранения безопасности. Больше половины пользователей сети в возрасте до 14 лет просматривают сайты с нежелательным содержанием. Примерно 39 % детей посещают порносайты, 19 % наблюдают сцены насилия, 16 % увлекаются азартными играми. Наркотическими веществами и алкоголем интересуются 14 % детей, а экстремистские и националистические ресурсы посещают 11 % несовершеннолетних пользователей [11]. К тому же за последнее время общество всё больше сталкивается с проблемами терроризма. За последние пару лет можно назвать такие трагедии как: стрельба в детском саду в Ульяновской области 26 апреля 2022 года, стрельба в Казанской школе № 175 от 11 мая 2021 года, стрельба в Амурском колледже строительства и ЖКХ в Благовещенске 14 ноября 2019 года, или 17 октября 2018 года студент Керченского политехнического колледжа взорвал на первом этаже здания самодельную бомбу, а после этого начал расстреливать людей из помпового ружья. Однако самой страшной трагедией в Российских образовательных учреждениях считается террористический акт в Беслане в школе №1, 1-3 сентября 2004 года, где погибло 186 детей и 128 взрослых, получили ранения не менее 783 человек различной степени тяжести [28]. Поэтому данный список можно дополнить следующими навыками:

– соблюдать правила безопасного пользования сети Интернет, развивать медиа-грамотность;

– соблюдать правила поведения при чрезвычайной ситуации (в том числе при угрозе террористической атаки).

Для формирования навыков безопасного поведения и здорового образа жизни необходимо реализовать систему мер по пропаганде здорового образа жизни: акцентировать внимание на значении здоровой и продолжительной жизни, укреплять ценность знаний, умений и навыков, расширяющих возможности в повседневной деятельности, формировать и развивать у обучающихся начальной школы идеологию и практику, позволяющую



адаптацию своих возможностей к социальным функциям и различным ситуациям. Учителям начальной школы следует сформировать навыки, позволяющие младшим школьникам:

- обладать осознанным поведением в процессе повседневной жизнедеятельности и в условиях различных опасных и чрезвычайных ситуаций;
- иметь способность уметь с определенной степенью вероятности предвидеть возникновение опасной или чрезвычайной ситуации по внешним признакам развития событий, по анализу различной информации по собственному опыту;
- владеть способностью правильно оценивать ход событий и, если есть возможность, избегать опасных ситуаций;
- ответственно относиться к своему поведению и не совершать умышленно поступки, которые могут способствовать возникновению опасной или чрезвычайной ситуации;
- использовать знания и умение адекватно вести себя в различных ситуациях, чтобы снизить фактор риска для жизни и здоровья;
- поддерживать жизнедеятельность, направленную на сохранение и укрепление здоровья.

Крайне важно научить младших школьников навыкам здорового и безопасного образа жизни, способствующим быстро осознавать проблему, ориентироваться в ситуации и реагировать на неё. Ведь, если обучающийся начальной школы знает, как поступать в различных случаях, то это не значит, что он сможет реализовать все необходимые действия, требующиеся от него.

Теория деятельности А.Н. Леонтьева отражает суть: «не сознание формирует деятельность, а деятельность формирует сознание». Деятельность, побуждаемая мотивом, реализуется человеком в форме действий, направленных на достижение определенной цели [15]. Чтобы младший школьник не терялся в различных ситуациях, необходимо довести это действие до автоматизма, то есть сформировать навык.

Навык – действие, сформированное путем повторения, характеризующееся высокой степенью освоения и отсутствием поэлементной сознательной регуляции и контроля [34]. По другому определению, навык – составной элемент умения, как автоматизированное действие, доведенное до высокой степени совершенства [44].

В любом случае, у данных определений есть общий смысл, который также описывается в книге по педагогике И. П. Подласого. Рассматривая процесс формирования знаний, умений и навыков, он характеризует навыки как умения, доведенные до автоматизма, высокой степени совершенства [36].

Отличительными характеристиками навыков считаются точность, скорость принятия решений (выполнения действий), минерализация усилий и затрат энергии при выполнении задания.

Сигналом к тому, что навык сформирован, будет автоматическое выполнение необходимого действия без предварительного анализа. Закрепленный навык не требует контроля за деятельностью. Навыки подразделяются на:

- 1) двигательные навыки; к ним относится устная и письменная речь, работа с техникой, инструментами, передвижение в пространстве;
- 2) мыслительные навыки; навыки заучивания, распределения и концентрации внимания, наблюдения; они необходимы человеку для решения задач;
- 3) сенсорные навыки; устная речь, восприятие родной и иностранной речи;
- 4) навыки поведения; поведенческие характеристики, умение вести себя в обществе [26].

На формирование навыка влияют:

– мотивация, обучаемость, прогресс в усвоении, упражнения, подкрепление, формирование в целом или по частям.

– для уяснения содержания операции – уровень личного развития, наличие знаний, умений, способ объяснения содержания операции, обратная связь.

– для овладения операцией – полнота уяснения её содержания, постепенность перехода от одного уровня овладения к другому по определённым показателям: автоматизированность, интериоризованность, скорость и прочие.

В исследованиях автор выделяет несколько видов навыков. Их классификация осуществляется с учетом этапа и уровня их формирования.

Выделяют:

– начальное умение, характеризующиеся попыткой впервые сознательно применить знания на практике;

– простой навык, отличающийся выполнением простых действий, которые осуществляются без видимых усилий;

– сложный навык, позволяющий осуществлять эффективную деятельность без ошибок и с применением незначительных усилий;

– сложное умение, подразумевающее использование сформировавшихся навыков в любых условиях.

Таким образом, в основе начала процесса формирования навыков и умений лежит усвоение теоретических знаний. На это указывает утверждение И. Я. Лернера: «без знаний не бывает и быть не может умений: прежде чем что-то сознательно сделать, надо знать, что, как и для чего делать» [16].

Функциональные компоненты навыка

1. Обученность, как чистая составляющая навыка (система реакции, координации и др.).

2. Адаптация к конкретным условиям.

Обобщив информацию, рассмотренную нами выше, можно с уверенностью сказать, что первостепенной задачей педагога является формирование у учеников навыков здорового и безопасного образа жизни. Тем самым, мы можем дать следующее определение:

Навык здорового и безопасного образа жизни – это автоматизированные действия младшего школьника, которые основаны на повседневном выполнении норм и правил по сохранению здоровья, профилактики болезней и укреплению организма в целом, а также направленные на обеспечение безопасного поведения.

Обобщая всё вышесказанное, становится понятно, как важно начинать с начала школьного обучения развивать у младших школьников позитивное отношение к собственному здоровью, а также понимание, что здоровье – самая большая ценность, которая дана человеку природой. Также осознавать, что безопасное поведение помогает нам сохранить не только жизнь, но и здоровье. Не забывать о важности поддержания здорового образа жизни и правилах безопасного существования в социуме и природе.

## 1.2 Возрастные особенности формирования навыков здорового и безопасного образа жизни у детей младшего школьного возраста

Формирование навыков здорового и безопасного образа жизни выступает одной из базовых задач процесса развития детей младшего школьного возраста, что обусловлено рядом психолого-педагогических особенностей развития личности ребенка данного возраста.

Младший школьный возраст – один из важнейших этапов в жизни человека. Обычно этот возраст находится в интервале от 6-7 до 10-11 лет. У ребёнка появляется новая деятельность – учебная, которая определяет всю систему отношений ребёнка с обществом и формирует личность ребёнка [9].

Учебная деятельность – особая форма активности ученика, направленная на изменение самого себя как субъекта учения. Доминирующей функцией в младшем школьном возрасте становится мышление. Завершается наметившийся в дошкольном возрасте переход от наглядно-образного к словесно-логическому мышлению [8].

Кроме того, в этот период происходит активное анатомо-физиологическое созревание организма: замедляется рост, вес начинает прибавляться; а что самое важное – происходит интенсивное формирование мышечной системы и её укрепление. Благодаря развитию мышц кисти появляется возможность выполнять точечные движения, что способствует овладению навыка письма. Абсолютно все ткани организма младших школьников находятся в состоянии роста. У детей развивается нервная система, формируются функции больших полушарий головного мозга, повышаются аналитические и синтетические функции коры головного мозга. К 7 годам совершается морфологическое созревание лобного отдела больших полушарий, что создает возможности для осуществления целенаправленного произвольного поведения, планирования и выполнения программ действий. К 6 годам возрастает подвижность нервных процессов возбуждения и торможения, хотя процессы возбуждения преобладают (что определяет такие характерные особенности младших школьников, как непоседливость, повышенная эмоциональная возбудимость и т.п.). Психика ребёнка начинает быстро развиваться. Улучшается точность работы органов чувств. У ребёнка прослеживается ярко выраженный психомоторный рост, что сказывается на мышечной выносливости, зрительно-двигательной координации и ориентации движений в пространстве. Возрастает функциональное значение второй сигнальной системы, слово приобретает обобщающее значение, сходное с тем, какое оно имеет у взрослого человека [19].

Активное физиологическое развитие младшего школьника обусловлено особенностями работы эндокринной системы, когда включаются в действие «новые» железы внутренней секреции и перестают действовать «старые». Благодаря таким изменениям рассматриваемый период иногда называют вторым «физиологическим кризом» [39].

Учебная деятельность в начальной школе в первую очередь направлена на формирование психических процессов непосредственного познания окружающего мира, то есть, восприятий и ощущений. Ребёнок в этом возрасте отличается новизной восприятия. Одна из присущих черт восприятия младших

школьников – его малая дифференцированность, что характеризует погрешности и некоторые неточности при восприятии похожих объектов [4].

«Корни развития здорового образа жизни складываются в детском возрасте, – утверждает Н. В. Полтавцева, – когда ребенок приобретает многие привычки, в том числе и навыки выполнения жизненно необходимых движений, которые оказывают существенное влияние на работу органов и систем организма» [37].

Развитие здорового образа жизни имеет огромное значения для развития у обучающихся таких психических особенностей, как мышление, воображение, внимание, память, речь и другие. Помимо этого, формируются такие качества, как самостоятельность и сила воли. Мышление – это процесс функционирования сознания, определяющий познавательную деятельность человека и его способность выявлять и связывать образы, представления, понятия, определять возможности их изменения и применения [13]. Мышление у младшего школьника складывается от эмоционально-образного к абстрактно-логическому, однако в данном возрасте преобладает конкретно-образное мышление. При этом, основная роль принадлежит прямому восприятию предметов и явлений природы, иными словами, эмпирическому (эмоциональному) уровню познания [49].

Считается, что мышление – это высшая ступень познания человеком действительности. Чувственной основой мышления являются ощущения, восприятия и представления. Через каналы связи организма с окружающим миром, то есть через органы чувств, поступает в мозг информация, которая в последствии перерабатывается и даёт соответствующие сигналы. В начале младшего школьного возраста восприятие недостаточно дифференцировано. Из-за этого ребёнок «иногда путает похожие по написанию буквы и цифры (например, буквы R и Я или 6 и 9)». Если для детей дошкольного возраста было присуще анализирующее восприятие, то к концу младшего школьного возраста, при соответствующем обучении, возникает синтезирующее восприятие. Развивающийся интеллект создает возможность устанавливать связи между элементами воспринимаемого.

Не даром русский педагог и писатель К. Д. Ушинский говорил о том, что «Ребёнок мыслит формами, красками, звуками, ощущениями» и призывал опираться на эти особенности при работе в школе [46]. Познавательная активность, нацеленная на изучение окружающего мира, существует только тогда, пока не исчезнет интерес. Применяя, данные советы можно легко поймать внимание ребёнка и заставить работать его воображение.

Внимание – это избирательная направленность восприятия на тот или иной объект, повышенный интерес к объекту с целью получения каких-либо данных [50]. У ребёнка младшего школьного возраста доминирует непроизвольное внимание, однако, в то же время, постепенно улучшается произвольное. Внимание обладает рядом свойств, которые характеризуют его как самостоятельный психический процесс. К основным свойствам внимания относятся устойчивость, концентрация, распределение, переключение, отвлекаемость и объем внимания [29]. Данные свойства в той или иной мере влияют на процесс обучения младших школьников, что ведёт к качественному формированию навыков. Без сформированности этой психической функции процесс обучения невозможен.

Воображение – способность человека к спонтанному созданию или преднамеренному построению образов, представлений, идей объектов, которые в пережитом опыте воображающего в целостном виде ранее не воспринимались или же вообще не могут быть восприняты посредством органов чувств [50].

Память – обозначение комплекса познавательных способностей и высших психических функций, относящихся к накоплению, сохранению и воспроизведению знаний, умений и навыков [32]. Память в младшем школьном возрасте развивается в двух направлениях – произвольности и осмысленности [40]. Младшие школьники непроизвольно запоминают учебный материал, который вызывает у них интерес, или который преподносится в игровой форме, или связан с яркими наглядными иллюстрациями и примерами и т.д. Однако, в отличие от детей дошкольного возраста, они способны целенаправленно,

произвольно запоминать материал, который не привлекает их внимание или интерес.

Возрастной особенностью является и общая недостаточность воли: младший школьник ещё не обладает большим опытом длительной борьбы за намеченную цель, преодоления трудностей и препятствий. Нередко наблюдается капризность, упрямство. Данные черты – это своеобразная форма протеста ребёнка против тех требований, которые ему предъявляет школа или родители. Ещё одной особенностью является чрезмерная эмоциональность.

Исходя из вышеизложенного, мы можем сделать следующий вывод: благодаря отличительным психологическим и физическим особенностям младшего школьника происходит понимание учебного материала. Дети в начальной школе готовы воспринимать информацию и формировать представления о основах здорового и безопасного образа жизни. У учащихся доминирует конкретно-образное мышление, поэтому одной из важнейших задач учителя является развить образные взгляды о здоровом и безопасном образе жизни. Данный процесс наиболее эффективно можно организовать на уроках окружающего мира.

Социальная ситуация в младшем школьном возрасте предполагает следующее:

- 1) учебная деятельность становится ведущей деятельностью;
- 2) завершается переход от наглядно-образного к словесно-логическому мышлению;
- 3) отчетливо виден социальный смысл учения (отношение маленьких школьников к отметкам);
- 4) мотивация достижения становится доминирующей;
- 5) происходит смена референтной группы;
- 6) происходит смена распорядка дня;
- 7) укрепляется новая внутренняя позиция;
- 8) изменяется система взаимоотношений ребенка с окружающими людьми.



Физиологическими же особенностями младших школьников становятся: физическое и нервно-психическое развитие ребенка, изменение взаимоотношения процессов возбуждения и торможения. Основными новообразованиями выступают произвольность, рефлексия и внутренний план действий.

Как отмечает А.Р. Лурия, «на нейропсихологическом уровне становление произвольности у детей младшего школьного возраста во многом связано со становлением функции программирования и контроля» [18]. Закрепление произвольности познавательных процессов происходит благодаря участию младшего школьника в образовательном процессе, в рамках которого ставятся задачи другого уровня: внимательно слушать учителя, соблюдать правила внутреннего распорядка школы и др. Произвольность познания обуславливает то, что в поведении и психике ребенка начальной школы появляются такие новообразования, которые позволяют укреплять основу осознанного отношения к себе, как индивиду, к своему здоровью.

Не менее важным считается такое приобретение младшего школьного возраста, как рефлексия. Новые условия деятельности ребенка формируют более высокие требования к уровню развития его восприятия и мышления. В учебном процессе ставится задача не только воспроизведения передаваемого учителем материала, но и его осмысление, понимание хода действий для достижения конечного результата при решении той или иной задачи в широком смысле слова.

Совместно с рефлексией и произвольностью, В. В. Давыдов указывает также такое значимое приобретение младшего школьника, как «внутренний план действий» [7] – возможность ребенка младшего школьного возраста просчитывать и запоминать некоторый план действий «про себя», то есть держать в уме ход дальнейших действий.

Таким образом, развитие потребности ценностного отношения к своему здоровью, формирование основ здорового образа жизни у младших школьников обусловлено рядом психолого-педагогических особенностей развития детей

данного возраста. В этом периоде у детей происходят существенные изменения в физическом, интеллектуальном, эмоциональном развитии, что, с одной стороны, обуславливает необходимость формирования новых знаний о здоровом образе жизни и, с другой стороны, становится возможностью для их эффективного усвоения за счет развития произвольности познавательных способностей, повышения общего уровня любознательности, внимательности и наблюдательности ребенка.

### 1.3 Формы и методы формирования навыков здорового и безопасного образа жизни младших школьников на уроках «Окружающий мир»

Работа по формированию навыков здорового и безопасного образа жизни является комплексной педагогической задачей, в связи с чем деятельность по развитию представлений младших школьников о своем организме, привычках здорового образа жизни, безопасном поведении осуществляется главным образом в рамках образовательной деятельности на уроках «Окружающий мир», а также внеурочной деятельности, школьных мероприятий и др.

По мнению А. А. Бударного, урок – это такая форма организации педагогического процесса, при которой педагог в течение точно установленного времени руководит коллективной познавательной и иной деятельностью постоянной группы учащихся (класса) с учетом особенностей каждого из них, используя виды, средства и методы работы, создающие благоприятные условия для того, чтобы все ученики овладевали основами изучаемого предмета непосредственно в процессе обучения, а также для воспитания и развития познавательных способностей и духовных сил школьников [42].

Метод обучения – упорядоченный комплекс дидактических приемов и средств, посредством которых реализуются цели обучения и воспитания. «Метод» – по-гречески – «путь к чему-либо», то есть способ достижения цели и приобретения знаний. Абсолютно каждый метод обучения подразумевает цель, систему действий, средства обучения и намеченный результат. Объектом и

субъектом метода обучения является ученик. Как правило какой-нибудь метод никогда не используется один в чистом виде, обычно сочетаются различные методы обучения.

Классификация методов обучения проводится по различным основаниям.

1. По характеру познавательной деятельности (М.Н. Скаткин, М.И. Махмутов, И.Я. Лернер) [17]:

– объяснительно-иллюстративные (рассказ, лекция, беседа, демонстрация и т.д.);

– репродуктивные (решение задач, повторение опытов и т.д.);

– проблемные (проблемные задачи, познавательные задачи и т.д.);

– частично-поисковые – эвристические;

– исследовательские.

2. По компонентам деятельности (Ю. К. Бабанский):

– организационно-действенному – методы организации и осуществления учебно-познавательной деятельности;

– стимулирующему – методы стимулирования и мотивации учебно-познавательной деятельности;

– контрольно-оценочному – методы контроля и самоконтроля эффективности учебно-познавательной деятельности [39].

3. По дидактическим целям:

– методы изучения новых знаний,

– методы закрепления знаний,

– методы контроля.

4. По способам изложения учебного материала:

– монологические – информационно-сообщающие (рассказ, лекция, объяснение);

– диалогические (проблемное изложение, беседа, диспут).

5. По формам организации учебной деятельности.

6. По уровням самостоятельной активности учащихся.

7. По источникам передачи знаний (А. А. Вагин, П. В. Гора):

- словесные: рассказ, лекция, беседа, инструктаж, дискуссия;
  - наглядные: демонстрация, иллюстрация, схема, показ материала, график;
  - практические: упражнение, лабораторная работа, практикум.
8. По учету структуры личности:
- сознание (рассказ, беседа, инструктаж, иллюстрирование и др.);
  - поведение (упражнение, тренировка и т.д.);
  - чувства – стимулирование (одобрение, похвала, порицание, контроль и т.д.).

В современной школе используются как традиционные методы обучения, так и инновационные. Если же традиционные методы как беседа, упражнения или работа с книгой известны всем и успешно реализуются в школах, то инновационные методы обучения мало освещаются и почти не используются на уроках в начальной школе. Существует множество способов инновационного обучения, например такие, как модульное обучение, электронно-интерактивное обучение, проблемное обучение, дистанционное обучение, исследовательское методическое обучение, метод проектов [35]. Разберём более детально некоторые из вышеперечисленного, которые подойдут для использования их на уроках «Окружающий мир»:

Модульное обучение – заключается в том, что учащийся самостоятельно достигает целей учебно-познавательной деятельности в процессе работы над модулем, который объединяет цели обучения, учебный материал с указанием заданий, рекомендации по выполнению этих заданий [48].

Электронно-интерактивное обучение – образовательная технология, при которой для передачи формальных и неформальных инструкций, поддержки и оценки используются сетевые технологии (интернет и корпоративные сети).

Проблемное обучение – система методов и средств обучения, в основе которой выступает моделирование реального творческого процесса за счёт создания проблемной ситуации и управления поиском решения проблемы [30].

Исследовательский метод обучения предполагает организацию процесса выработки новых знаний. Исследовательский метод включает в себя проектный метод.

Проектный метод обучения предполагает процесс разработки и создания проекта.

Можно выделить следующие этапы проектной деятельности:

- 1) определение проблемы, требующей интегрирующих знаний и исследовательского поиска её решения;
- 2) самостоятельная деятельность учеников;
- 3) структурирование содержания части проекта с указанием поэтапных результатов;
- 4) использование исследовательских методов, обсуждение метода исследования, сбор информации, оформление конечных результатов, презентация полученного продукта, обсуждение и выводы.

Важно отметить, что помимо методов, существуют современные приёмы организации учебной деятельности, способствующие лучшему запоминанию и освоению темы урока. Рассмотрим несколько из них.

Приемы мотивации и целеполагания:

- перепутанные логические цепочки;
- вводный вопрос;
- верные и неверные утверждения;
- «дерево предсказаний»;
- создание кластера;
- «знаю – хочу узнать – узнал»;
- «РИСК» (фраза проблемного характера и вопросы к ней);

Приемы работы с текстом:

- «ИНСЕРТ» («V» – знал раньше, «+» – новое, «?» – есть вопрос, непонятно, «!» – это интересно, «-» – противоречит тому, что я думал раньше);
- «понятийное колесо»;
- «пирамида»;

- «фишбоун»;
- «денотатный граф»;
- «лестница»;
- «бортовой журнал»;
- «Т – таблица»;

Приемы организации рефлексии:

- «интервью участника событий»;
- «синквейн»;
- верные и неверные утверждения (заполнение графы «После чтения») и др.

Форма обучения – устойчивая завершенная организация педагогического процесса в единстве всех его компонентов [2]. В педагогике формы обучения по степени сложности подразделяются на:

1) простые формы обучения. Данные формы построены на минимальном количестве методов и средств, посвящены, как правило, одной теме (содержанию). К ним относятся: беседа; викторина, концерт, диспут, лекция, экскурсия; консультация; зачет; экзамен и др.

2) составные формы обучения. Они строятся на развитии простых форм обучения или на их разнообразных сочетаниях, это: урок; конференция; праздник.

3) комплексные формы обучения. Рассматриваемые формы создаются как целенаправленная подборка (комплекс) простых и составных форм, к ним относятся: дни защиты детей, дни открытых дверей; дни, посвященные выбранной профессии и т.д.

Большую популярность набирает такая форма учебной деятельности как квест. В переводе с английского квест (quest) – продолжительный целенаправленный поиск, который может быть связан с приключениями или игрой, и поэтому данный вид деятельности предполагает нахождение различных подсказок и их использование для достижения цели. Он развивает критическое

мышление, умение сравнивать, анализировать, классифицировать информацию, к тому же у младших школьников повышается мотивация к учебному процессу.

Структура обучающего квеста обычно включает в себя следующие компоненты: 1) введение (изложение темы, обоснование значимости проекта); 2) формулировку задания; 3) распределение ролей; 4) описание процесса работы; 5) руководство к действиям; 6) оценку полученных результатов; 7) заключение (суммирование познавательных навыков, акцентирование возможности их применения в других областях) [12].

Ещё одной формой организации учебной деятельности могут стать логические пятиминутки. Они используются для целенаправленного формирования познавательно-аналитических умений у младших школьников, при этом дают возможность учителю выполнять работу с обучающимися, не изменяя учебный план и не увеличивая нагрузку. По своему назначению логические пятиминутки могут быть разнообразны по своему назначению: стартовые, финишные, вводные, инструктивные, тренинговые, мониторинговые пятиминутки [41]. При этом содержание пятиминуток должно содержать не только материал учебных предметов, но и информацию из обычной жизни обучающихся.

Не менее важно предоставить классификацию форм организации учебной деятельности в начальной школе [3]:

- 1) индивидуальная работа;
- 2) парная работа;
- 3) фронтальная работа;
- 4) групповая форма работы.

Индивидуальная работа предполагает самостоятельную работу младшего школьника, подобранную в соответствии с его уровнем подготовки. Это может быть работа у доски, работа по карточкам, выполнение теста и т.д. Обычно данную форму организации учебной деятельности применяют для закрепления знаний, обобщения и повторения пройденного материала или же для

самостоятельного изучения нового материала. Также заметным плюсом является то, что данная форма может быть применена на любом этапе урока.

Работа в парах является наиболее комфортной формой организации учебного процесса, целью которого является достижение общей цели и формирование межличностных отношений.

Фронтальная работа учащихся на уроке подразумевает общую, одновременную работу со всем классом. Это может быть беседа, викторина и т.д. Данная форма организации обучения требует от педагога большого умения организовать работу всего класса, терпеливо выслушивать всех учащихся, тактично корректировать их ответы. Чаще всего её применяют с целью активизации учебной деятельности учащихся, а также для установления доверительных отношений с классом.

Групповая форма работы – это форма организации учебно-познавательной деятельности, предполагающая функционирование малых учебных групп. Цель данной работы – научить детей согласованно и плодотворно трудиться над одним общим заданием, помогая друг другу.

#### Выводы по 1 главе

В связи с возрастающими требованиями общества и государства в здоровом населении, (которое соблюдает нормы здоровьесбережения и правила безопасности), а также в связи с усложнением жизни и появлением всевозможных видов угроз, в том числе террористического характера, появилась необходимость более качественного формирования навыков здорового и безопасного образа жизни.

Для выполнения первой задачи исследования, нам требовалось проанализировать ряд нормативно-правовых источников, психолого-педагогической литературы и диссертационных исследований по рассматриваемой теме. В данной главе были рассмотрены такие понятия как «здоровье», которое может пониматься как состояние физического,



психического и общественного благосостояния; «здоровый образ жизни» – повседневные действия, которые направлены на укрепление и сохранения здоровья, профилактику болезней и укрепления организма; «безопасность» – отсутствие риска для жизни и здоровья; «безопасный образ жизни» – форма поведения человека, предполагающая выполнение норм и правил безопасности для сохранения жизни и здоровья. На основании вышеперечисленного было сформулировано собственная дефиниция (понятие) «здоровый и безопасный образ жизни - образ жизни, который основан на повседневном выполнении норм и правил по сохранению здоровья, профилактики болезней и укреплению организма в целом, а также направленный на обеспечение безопасного поведения», позволяющее обобщить рассматриваемую нами проблему и провести исследование.

Решая следующую задачу, нами было выявлено, что младший школьный возраст – это время, когда организм ребёнка претерпевает колоссальные изменения и в анатомо-физическом, и в психическом плане.

У детей развивается нервная система, формируются функции больших полушарий головного мозга, повышаются аналитические и синтетические функции коры головного мозга. Тем самым данные изменения оказывают влияние на изменение ведущей деятельности младших школьников – с игровой на учебную. Это в свою очередь позволяет сформировать навыки здорового и безопасного образа жизни, так как деятельность направлена непосредственно на познание окружающего мира.

Реализуя третью задачу исследования, мы рассмотрели различные источники информации и изучили разные формы, методы и приёмы, используемые для лучшего усвоения материала и формирования навыков здорового и безопасного образа жизни на уроках «Окружающий мир».

Таким образом, в теоретической части исследования мы проследили зависимость формирования здорового и безопасного образа жизни от возрастных особенностей и педагогических форм работы, и указали на преимущества данных предположений.

## **ГЛАВА 2. ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ РАБОТА ПО ФОРМИРОВАНИЮ БЕЗОПАСНОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ НА УРОКАХ «ОКРУЖАЮЩИЙ МИР»**

### **2.1 Организация и общая характеристика исследовательской работы**

Под исследовательской работой будем понимать педагогический эксперимент, включающий в себя комплекс методов исследования, предназначенный для достижения цели и решения проблемы исследования.

Исследование проводилась на базе МКОУ «Школа № 16» с.Верхняя Кабанка. Для проведения диагностики было привлечено 10 обучающихся 3 класса в возрасте 9-10 лет.

Поставленная цель служила опорой для структуры экспериментальной работы, где необходимо было выявить уровень сформированности навыков здорового и безопасного образа жизни у обучающихся, составить банк методических разработок, включающий в себя задания с использованием современных приёмов, форм и методов работы по формированию здорового и безопасного образа жизни у обучающихся младшего школьного возраста на уроках «Окружающий мир».

Задачи работы были определены следующие.

1. Подобрать комплекс диагностических методик для выявления уровня сформированности навыков здорового и безопасного образа жизни у младших школьников.
2. Изучить уровень сформированности навыков здорового и безопасного образа жизни у младших школьников.
3. Разработать банк заданий по предмету «Окружающий мир», направленных на формирование навыков здорового и безопасного образа жизни.

Таблица 1 – Системная работа по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни

Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни					
1	2	3	4	5	6
Здоровьесберегающая инфраструктура	Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся	Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы	Реализация дополнительной образовательной программы	Просветительская работа с родителями-ми (законными представителями)	Управление реализацией программы формирования здорового и безопасного образа жизни.
Планируемые результаты					
Соответствие состояния и содержания классной комнаты санитарным гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся.	Соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятий в кружках и спортивных секциях) обучающихся на всех этапах обучения. Обучающиеся знают о возможном негативном влиянии компьютерных игр, телевидения, рекламы на здоровье человека. У обучающихся сформировано ценностное отношение к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей.	Полноценная и эффективная работа с обучающимися всех групп здоровья; рациональная и соответствующая организация уроков физической культуры и занятий активно – двигательного характера. Обучающиеся имеют первоначальные представления о роли физической культуры и спорта для здоровья человека, его образования, труда и отдыха.	Эффективное внедрение в систему работы программы, направленной на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, в качестве отдельных образовательных модулей или компонентов, включённых в учебный процесс.	Эффективная совместная работа педагогов и родителей (законных представителей) по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек.	Эффективная работа по выявлению имеющихся отклонений в реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни.

Таблица 2 – Использование учителями школы критериев здоровьесбережения на уроке, их краткая характеристика

Критерии здоровьесбережения	Характеристика
Обстановка и гигиенические условия в классе.	Температура и свежесть воздуха, освещение класса и доски, монотонные неприятные звуковые раздражители.
Количество видов учебной деятельности.	Виды учебной деятельности: опрос, письмо, чтение, слушание, рассказ, ответы на вопросы, решение примеров, рассматривание, списывание и т. д.
Средняя продолжительность и частота чередования видов деятельности.	7-10 минут.
Количество видов преподавания.	Виды преподавания: словесный, наглядный, самостоятельная работа, аудиовизуальный, практическая работа, фронтальная, индивидуальная и др.
Чередование видов преподавания.	Смена видов учебной деятельности и видов преподавания.
Наличие и место методов, способствующих активизации учащихся	Метод свободного выбора (свободная беседа, выбор способа действия, свобода творчества). Активные методы (ученик в роли: учителя, исследователя, деловая игра, дискуссия). Методы, направленные на самопознание и развитие (интеллекта, эмоций, общения, самооценки, взаимооценки).
Место и длительность применения ТСО.	Умение учителя использовать ТСО как средство для дискуссии, беседы, обсуждения.
Поза учащегося, чередование позы.	Правильная посадка ученика, смена видов деятельности требует смены позы.
Наличие, место, содержание и продолжительность на уроке моментов оздоровления.	Физкультминутки, динамические паузы, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз, массаж активных точек.
Наличие мотивации деятельности учащихся на уроке.	Внешняя мотивация: оценка, похвала, поддержка, соревновательный момент. Стимуляция внутренней мотивации: стремление больше узнать, радость от активности, интерес к изучаемому материалу.
Психологический климат на уроке.	Взаимоотношения на уроке: учитель — ученик (комфорт — напряжение, сотрудничество — авторитарность, учет возрастных особенностей); ученик — ученик (сотрудничество — соперничество, дружелюбие — враждебность, активность — пассивность, заинтересованность — безразличие).
Эмоциональные разрядки на уроке.	Шутка, улыбка, юмористическая или поучительная картинка, поговорка, афоризм, музыкальная минутка, четверостишие.
Определяется в ходе наблюдения по возрастанию двигательных или пассивных отвлечений в процессе учебной деятельности.	Момент наступления утомления и снижения учебной активности.

Исследовательская работа по формированию навыков здорового и безопасного образа жизни у детей младшего школьного возраста была реализована с выбора диагностик по выявлению уровня сформированности навыков здорового и безопасного образа жизни у младших школьников.

Для определения уровня осознанного отношения детей к собственному здоровью была выбрана адаптированная к младшему школьному возрасту методика «Определение общего уровня сформированности представлений и навыков сохранения и укрепления здоровья школьников» (Н. С. Гаркуша) [5], состоящая из трёх методик. Первая методика определяла общий уровень здоровья, где выявлялось осознанное отношение младших школьников к своему здоровью, самостоятельное целенаправленное овладение практическими навыками сохранения и преумножения здоровья и ведение здорового образа жизни (Приложение 1). Вторая методика – была направлена на изучение уровня владения школьниками навыками укрепления и сохранения здоровья (Приложение 2). В третьей методике был рассмотрен уровень физической и здоровьесберегательной деятельности младших школьников (Приложение 3). На основе систематизации полученных результатов был определен общий уровень сформированности навыков здорового образа жизни у младших школьников по методике Н. С. Гаркуша «Определение общего уровня сформированности представлений и навыков сохранения и укрепления здоровья школьников» (Приложение 4).

Другим показателем для выявления уровня сформированности навыков безопасного образа жизни у младших школьников стала диагностика по проблемным ситуациям по каждому модулю программы «Безопасный Я в безопасном мире» О. В. Котловановой [14] (Приложение 5)

Комплекс диагностических методик выявления уровня сформированности навыков безопасного образа жизни у младших школьников был составлен на основе логики формирования навыков и состоит из трех методов оценки сформированности:

- 1) мотивационно-ценностного компонента;

- 2) когнитивного компонента;
- 3) действенного компонента.

Для оценки мотивационно-ценностного компонента мы использовали проблемные ситуации «Безопасный Я в безопасном мире». Данные ситуации дают ребёнку задуматься о вопросах безопасности, возможных опасностях и способах сохранить здоровье и свою жизнь. Так, в первой проблемной ситуации ребёнок размышляет зачем нужны профессии, которые помогают сохранить и защитить население. Во второй – сосредотачивается на вопросах угроз террористического характера и способах защититься в них. В третьей – обдумывает правила безопасности при пожаре. Четвёртая проблемная ситуация наталкивает его на мысль, как следует поступать при обнаружении подозрительных предметов. В пятой проблемной ситуации младший школьник решает проблему как ему следует поступить при распознавании террористов. В шестой, – размышляет какие правила необходимо соблюдать при нахождении в заложниках или плену у террористов. В последней, седьмой проблемной ситуации, находит решение задачи надлежащего хода действий при спасательной операции.

Для оценки уровня сформированности когнитивного компонента мы использовали контрольно-измерительные материалы. На базе результатов, полученных исходя из теста «Природа и наша безопасность» (Приложение 6), проводимого учителем в конце изучения раздела «Наша безопасность» учебника по окружающему миру А. А. Плешакова учебно-методического комплекта «Школа России».

Для оценивания действенного компонента нами было проведено наблюдение за деятельностью ребенка в ходе занятия по безопасности в чрезвычайных ситуациях, где обучающиеся были разделены на три группы и в каждой из групп моделировалась ситуация, угрожающая жизни младшего школьника и окружающих его людей.

Были выбраны следующие ситуации: пожар в школе, террористический акт в школе и нахождение в заложниках в школе. В первой ситуации включалась

пожарная сигнализация, во второй ситуации – аудиозапись с выстрелами, а в третьей на слайд выводилась картинка с террористами и зачитывались их требования. В каждой из этих ситуаций оценивалась деятельность младших школьников. По итогу наблюдения за каждое действие выставлялись баллы. Максимально можно было набрать 60 баллов, что характеризует высокий уровень сформированности навыков безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях. Средний уровень сформированности навыков безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях определялся с 20 до 40 баллов. Если ребёнок младшего школьного возраста набирал менее 20 баллов, то это показывало низкий уровень сформированности навыков безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях.

Начисление баллов проводилось в соответствии со следующими критериями:

Первая ситуация – пожар в школе:

1. Поведение при пожарной тревоге:

- младший школьник паникует, теряется, прячется – 0 баллов;
- младший школьник следует указаниям учителя – 5 баллов;
- младший школьник находится в уравновешенном состоянии,

реагирует на происходящее без паники – 5 баллов.

2. Эвакуация при пожарной тревоге:

- младший школьник бежит к выходу без сопровождения – 0 баллов;
- младший школьник бежит впереди учителя – 0 баллов;
- младший школьник собирает свои вещи и берёт их с собой – 0

баллов;

- младший школьник зовёт на помощь старших, звонит 112 или 01 –

5 баллов;

- младший школьник внимательно слушает учителя, спокойно

выстраивается по парам в колонну и следует за учителем без промедления – 15 баллов.

3. Поведение при задымлённых помещениях и коридорах в школе:

– младший школьник пытается самостоятельно пробраться сквозь дым – 0 баллов;

– младший школьник начинает реветь и звонить родителям – 0 баллов;

– младший школьник звонит по номеру 112 или 01, открывает окна, зовёт на помощь – 5 баллов;

– младший школьник плотно закрывает дверь, закрывает щель тряпками, открывает окно, закрывает рот и нос носовым платком, тряпкой или футболкой (лучше влажными) и ждёт помощи, если это 2 этаж, или выбирается через окна и помогает другим – если первый – 15 баллов.

4. Поведение на эвакуационной площадке:

– младший школьник уходит с места нахождения класса – 0 баллов;

– младший школьник балуется, бежит или разговаривает с одноклассниками – 0 баллов;

– младший школьник спокойно стоит в колонне – 5 баллов;

– младший школьник громко отвечает на переключку, слушает указания учителя – 5 баллов.

Вторая ситуация – террористический акт в школе:

1. Поведение в классе:

– младший школьник пытается самостоятельно убежать – 0 баллов;

– младший школьник начинает паниковать – 0 баллов;

– младший школьник звонит в полицию (02) или по номеру 112 – 5 баллов;

– младший школьник прячется под партами (желательно подальше от выхода) – 15 баллов;

– младший школьник сидит тихо и не паникует – 5 баллов;

– младший школьник следует указаниям учителя – 5 баллов.

2. Поведение в других помещениях (коридоре, столовой, гардеробе или туалете):

– младший школьник пытается самостоятельно убежать – 0 баллов;



- младший школьник начинает паниковать – 0 баллов;
- младший школьник двигается в сторону от выстрелов и пытается найти место, где он может спрятаться и где его не достанет пуля – 15 баллов;
- младший школьник ищет взрослых и следует их указаниям – 5 баллов;
- младший школьник звонит в полицию (02) или по номеру 112 – 5 баллов;
- младший школьник не выглядывает из окон и как можно ближе нагибается к полу – 5 баллов.

Третья ситуация – нахождение в заложниках в школе:

1. Поведение младшего школьника в классе/актовом зале, где есть персонал школы:

- младший школьник паникует, начинает поддаваться эмоциям и привлекает внимание – 0 баллов;
- младший школьник пытается самостоятельно выбраться из заложников – 0 баллов;
- младший школьник ведёт себя тихо, не привлекает внимания – 10 баллов;
- младший школьник не делает резких движений, ждёт помощи специальных служб – 10 баллов;
- младший школьник следует указаниям учителя – 5 баллов;
- младший школьник выполняет требования террористов – 5 баллов.

2. Поведение младшего школьника в открытом пространстве (без учителя или других работников образовательной организации):

- младший школьник паникует, начинает поддаваться эмоциям и привлекает внимание – 0 баллов;
- младший школьник немедленно покидает открытое пространство и пытается найти помещение, где можно укрыться – 10 баллов;
- младший школьник ведёт себя тихо, не привлекает внимания – 5 баллов;

- младший школьник пытается сообщить спасательным службам о захвате заложников по номеру 112, при этом говорит как можно тише – 5 баллов;
- младший школьник не паникует и ждёт помощи – 10 баллов.

Таким образом, мы рассмотрели две диагностики направленные на изучение уровня сформированности навыков здорового и безопасного образа жизни у младших школьников, что даёт провести качественный и количественный анализ результатов.

## 2.2 Анализ результатов исследовательской работы

Для выявления уровня сформированности навыков здорового и безопасного образа жизни у младших школьников у детей начальной школы были проведены исследования по диагностическим методикам, описанных выше.

Для определения у младших школьников понимания ценности и значимости здоровья, а также важности ведения здорового образа жизни мы использовали методику Н. С. Гаркуша «Гармоничность образа жизни школьников». Из неё следует, что низкий уровень выявлен у 5 учеников, что составляет 50 %, то есть больше половины класса. Средний уровень имеют 4 учеников, что соответствует 40 % класса. И только у 1 ученика зафиксирован высокий уровень, в пересчёты на проценты – это составляет 10 %. Данные анализа отражены в диаграмме, представленной ниже (рисунок 1).

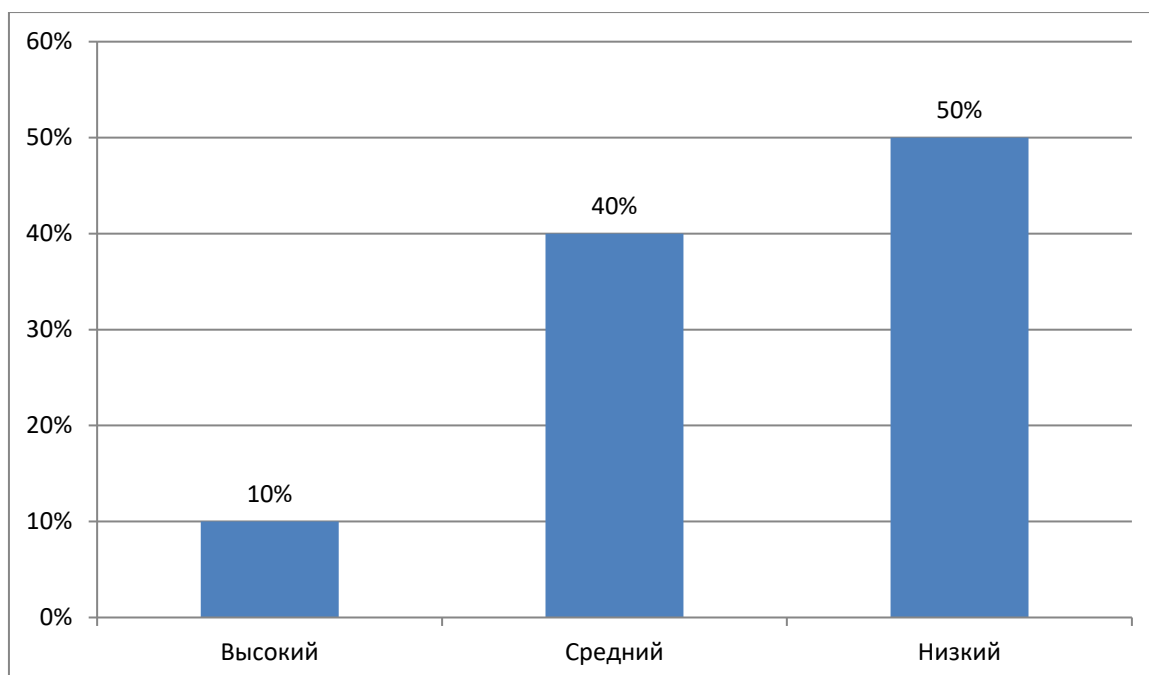


Рисунок 1 – Уровень осознанного отношения к собственному здоровью у детей младшего школьного возраста

Представим качественный анализ:

1 ученик оценивает состояние своего здоровья как хорошее, однако она не занимается физической культурой или спортом, поздно ложится спать, проводит на свежем воздухе мало времени, что выражается в низком уровне осознанного отношения к здоровью.

2 ученик также определяет своё здоровье как хорошее, вот только последующие ответы говорят о том, что у неё осознанное отношение к своему здоровью сформировано на низком уровне: малая физическая активность, пропуск приёмов пищи, не соблюдает режим дня и в основном её деятельность состоит из просмотра телевизора и прохождения компьютерных игр.

Противоположный пример можем наблюдать у 3 ученика – он много проводит времени на свежем воздухе, всегда плотно завтракает и не пропускает приёмы пищи, рано ложится спать, её преобладающей деятельностью является физическая активность и спортивные секции.

По результатам диагностики можем сказать, что хоть младшие школьники в вопросе о состоянии своего здоровья и не выбрали вариант ответа «плохое», большинство из них не имеют представлений о ценности здоровья и навыков здорового образа жизни. Стоит отметить, что обливание по утрам не делает

никто, а зарядку всего лишь 1 обучающийся, большинство ходит в школу пешком, что обосновывается тем, что школа находится в шаговой доступности от дома. Настораживает то, что больше половины младших школьников ложатся спать после 22:00 и выбирают просмотр телевизора и компьютерные игры прогулкам с друзьями или чтению книг.

В целях определения уровня владения школьниками навыками укрепления и сохранения здоровья мы обратились к диагностике Н. С. Гаркуша «Уровень владения школьниками навыками укрепления и сохранения здоровья». Данная методика была адаптирована Ю. В. Ефремовой [10] для младшего школьного возраста. Данные показывают, что низкий уровень определён у 3 учеников, что составляет 30 % класса. У 50 %, то есть у 5 младших школьников выявлен средний уровень владения навыками сохранения и укрепления здоровья. И у 2 обучающихся начальной школы был определён высокий уровень, что составляет 20 % всех испытуемых. Данные анализа отражены в диаграмме, представленной ниже (рисунок 2).

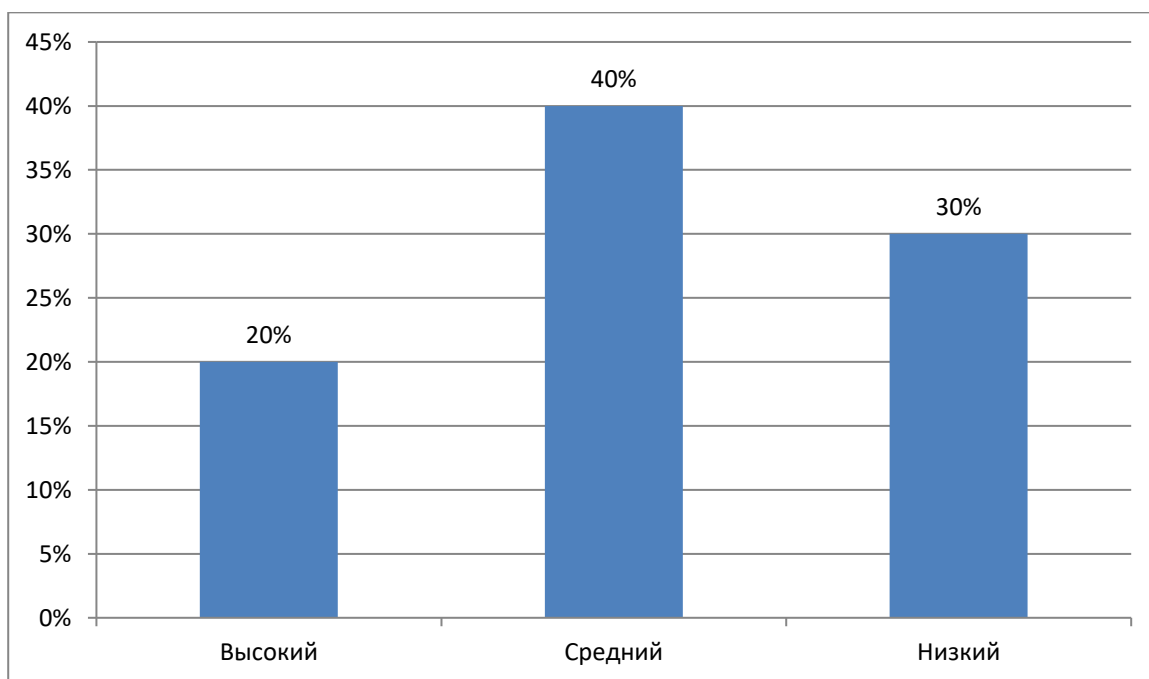


Рисунок 2 – Результаты диагностики уровня владения навыками укрепления и сохранения здоровья у детей младшего школьного возраста

При качественном анализе данной диагностики было определено, что:

1 ученик показал высокий уровень владения навыками сохранения и укрепления здоровья. Ученик занимается в спортивной секции, всегда с удовольствием посещает занятия физической культуры, делает регулярно физическую зарядку, в своём характере выделяет такие качества как физическая сила и выносливость, сила воли, выдержка и упорство и др.

2 ученик также показывает высокий уровень. Она занимается в спортивной секции, отстаивает честь школы в различных соревнованиях, соблюдает режим питания и употребляет витаминизированную пищу, характеризует себя как ученицу с умственной работоспособностью, силой воли, выдержкой и упорством, которая умеет работать самостоятельно.

Средний уровень показывают у 2 учеников. Обучающиеся занимаются в школьной спортивной секции и читают научную литературу о сохранении своего здоровья, но не соблюдают режимные моменты. Низкий уровень показала ученица, она не посещает никакие спортивные секции, не участвует в спортивных мероприятиях и не соблюдает режим дня и питания, однако она относит отношения с родителями и друзьями к полному взаимопониманию и своими главными качествами считает умение помогать и принимать помощь от других.

Необходимо подчеркнуть, что никто из испытуемых не имеет вредных привычек, а отношения с окружающими людьми (родители, друзья, учителя) имеют доверительный и уважительный характер.

Для изучения степени участия школьников в здоровьесберегающих и пропагандирующих здоровый образ жизни мероприятиях мы использовали диагностику Н. С. Гаркуша «Участие школьников в здоровьесберегающих и пропагандирующих здоровый образ жизни мероприятиях».

Высокий уровень был выявлен у 1 обучающегося, что составляет 10 %, средний – у 8, что является 80 % всех испытуемых и у 1 был определён низкий уровень, что составляет 10 % всех обучающихся. Данные анализа отражены в диаграмме, представленной ниже (рисунок 3).

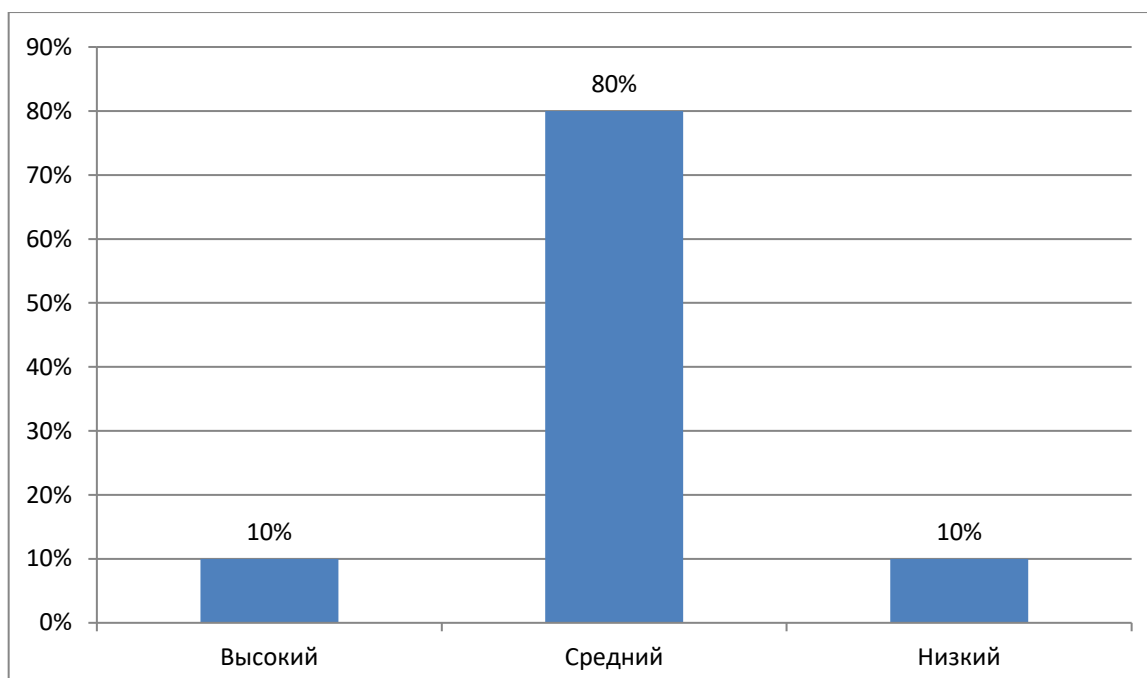


Рисунок 3 – Результаты диагностики уровня участия младших школьников в здоровьесберегающих и пропагандирующих здоровый образ жизни мероприятиях

Качественный анализ данной диагностики показывает, что:

1 ученик набрала самый высокий результат, из тринадцати мероприятий она выбрала десять: весёлые старты, день здоровья, вакцинация, физкультминутки, соревнования, конкурс рисунков и плакатов здоровом образе жизни, отдых в оздоровительных лагерях, профилактические осмотры, туристические походы и динамические паузы (прогулки).

4 ученика ограничились выбором только физкультминуток, профилактических осмотров, динамических пауз и конкурсом рисунков и плакатов о здоровом образе жизни, что послужило набором самого низкого результата.

По анализу результатов, следует учесть, что работа учителя проводилась исправна: каждый испытуемый выбрал вариант ответа «физкультминутки» и варианты ответов «весёлые старты» и «День здоровья» выбирались больше обычного.

На основе систематизации полученных результатов был определен общий уровень сформированности навыков здорового образа жизни у младших

школьников. Данные анализа для лучшего представления отражены в диаграмме (рисунок 4).

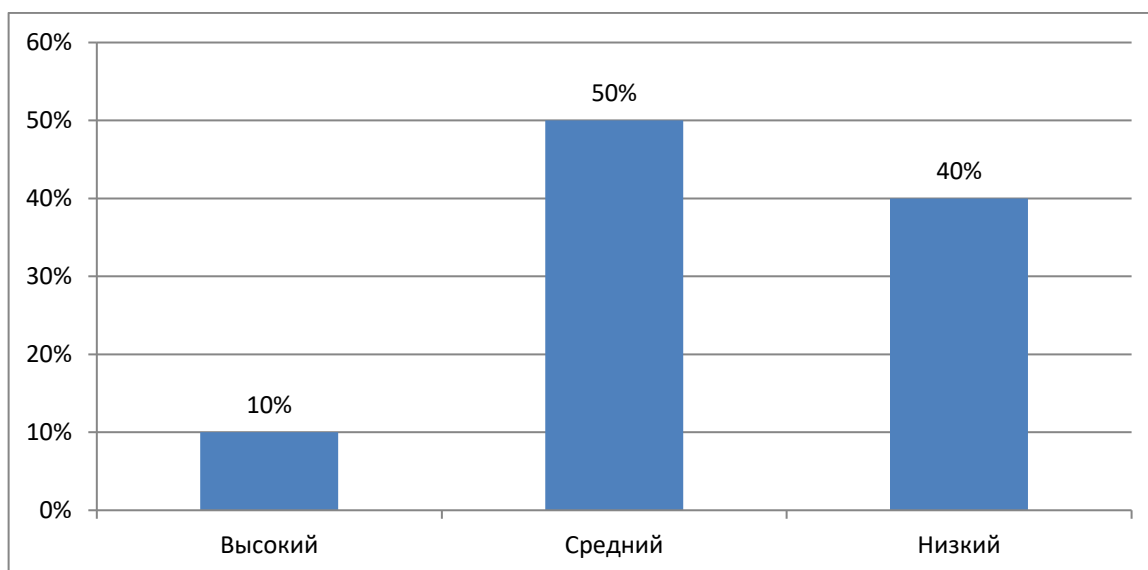


Рисунок 4 – Результаты диагностики общего уровня сформированности навыков здорового образа жизни школьников младших школьников

Из полученных результатов следует, что высоким уровнем сформированности навыков здорового образа жизни владеют лишь 1 ученика, что является 10 % класса. Средний уровень наблюдается у 5 младших школьников, что составляет 50 %. Низкий уровень показали 4 учеников, что составило 40 % обучающихся.

Таким образом, можно сделать вывод, что у младших школьников не сформированы навыки здорового образа жизни, что ведёт к ухудшению состояния их здоровья, влияет на качество обучения и ставит под угрозу безопасность их жизни.

С целью выявить уровень сформированности навыков безопасного образа жизни мы использовали диагностику О. В. Котловановой «Безопасный Я в безопасном мире», которая даёт нам понять, как младший школьник будет реагировать и вести себя в чрезвычайной ситуации.

Первым составляющим данной диагностики является мотивационно-ценностный компонент, где младшим школьникам предоставляются проблемные ситуации, в которых поднимаются вопросы ценности сохранения жизни и безопасности своей и других людей. Данные показывают, что низкий

уровень определён у 3 учеников, что составляет 30 % класса. У 6, то есть у 60 % младших школьников выявлен средний уровень владения данным компонентом. И у 1 обучающегося начальной школы был определён высокий уровень, что составляет 10 % всех испытуемых. Данные анализа отражены в диаграмме, представленной ниже (рисунок 5).

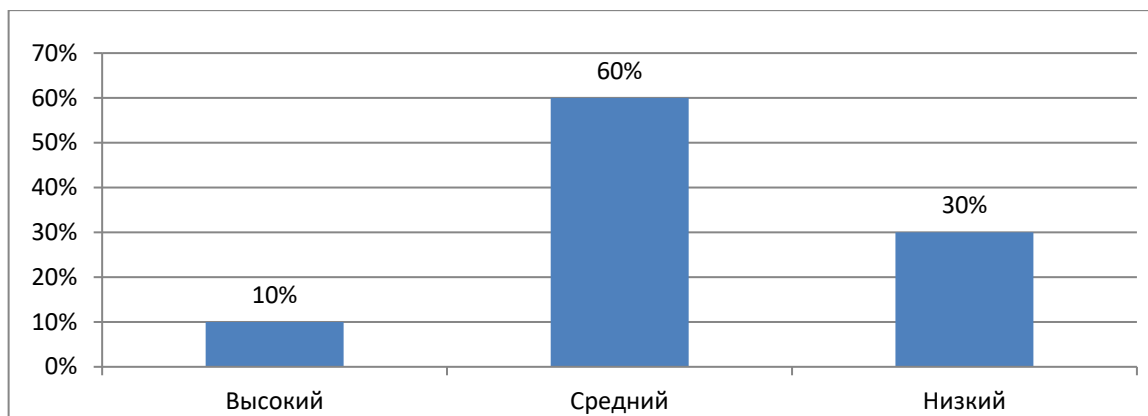


Рисунок 5 – Результаты диагностики программы «Безопасный Я в безопасном мире» (мотивационно-ценностный компонент)

Качественный анализ данного компонента показывает, что:

1 ученик в проблемной ситуации № 4 недостаточно осведомлен, какие последствия могут быть, если тронуть бесхозную вещь. Он считает, что: «взять чужой пакет – это плохая примета».

2 ученик неправильно ориентируется в чрезвычайных ситуациях, например в проблемной ситуации № 5, где поднимался вопрос подозрительных людях с оружием, она предлагает: «Если он пойдёт за вами, нужно попытаться убежать в безопасное место, пока вы бежите нужно кричать» вместо того, чтобы попытаться не привлекать к себе внимание.

3 ученик правильно интерпретировал проблемную ситуацию № 4, однако он утверждал: «Если я увижу пакет, то я сначала посмотрю, что там, а потом решу, что делать дальше». Данные действия могут моментально активировать взрывчатое устройство, что может привести к гибели младшего школьника. Однако он правильно отреагировал в проблемной ситуации № 7: «Самое главное не суесться и не делать резких движений, спрятаться, и когда закончится перестрелка и тебя будут звать, то нужно подать знак».



4 ученик в проблемной ситуации № 7 вместо того, чтобы оставаться на месте, спрятаться и ждать помощи, выполнил бы такие действия: «Чтоб тебя не застрелили, найти спасателей и искать выход».

5 ученик в проблемной ситуации № 6, где требуется предложить правила поведения при нахождении в плену у бандита-террориста, рекомендует: «Например, попросить позвонить. И когда позвонишь, надо сказать, засекреченное слово. Сегодня был прекрасный день. Прекрасный означает ужасный». Данное высказывание даёт понять, что ученица креативна, однако она не понимает, что бандиты-террористы не дадут сделать ей такой звонок. Из чего следует, что младший школьник не ознакомлен с правилами нахождения в плену.

6 ученик в проблемной ситуации № 2, где спрашивается, какими способами ты можешь защититься от террористов и бандитов, рассуждает: «Если увидел террористов, то нужно спрятаться в хорошем месте или позвонить полицейским, или драться». Данное рассуждение можно было бы считать верным, если бы не последнее предложение. Нельзя привлекать к себе внимание, тем более вступать с террористами в конфликт.

7 ученик в проблемной ситуации № 3 приводит хорошие доводы: «1. Не убегать, слушаться учителя. 2. Правила поведения при пожаре мы изучаем, чтобы сохранить здоровье и жизнь. 3. Правила безопасности мы выполняем, чтобы не пострадать».

8 ученик в проблемной ситуации № 6 правильно среагировала на сложившуюся ситуацию и привела объективные правила поведения: «Если ты в плену, то не беспокойся, не смотри им в глаза, ожидай помощи, не плач! Поддерживать учителя, слушаться учителя. Мои действия в такой ситуации нужны, чтобы выжить».

Вторым составляющим диагностики является когнитивный компонент, который показывает, на какие знания о безопасном образе жизни, а также на какие правила безопасного поведения оперируются младшие школьники. Было выявлено, что уровень владения младшими школьниками основ здорового и безопасного образа жизни находится на среднем уровне. Данные показали, что

только у 10 % обучающихся сформирован высокий уровень, у 20 % - низкий, и у 70 % находится на среднем уровне. Результаты анализа представлены в диаграмме, представленной ниже (рисунок 6).

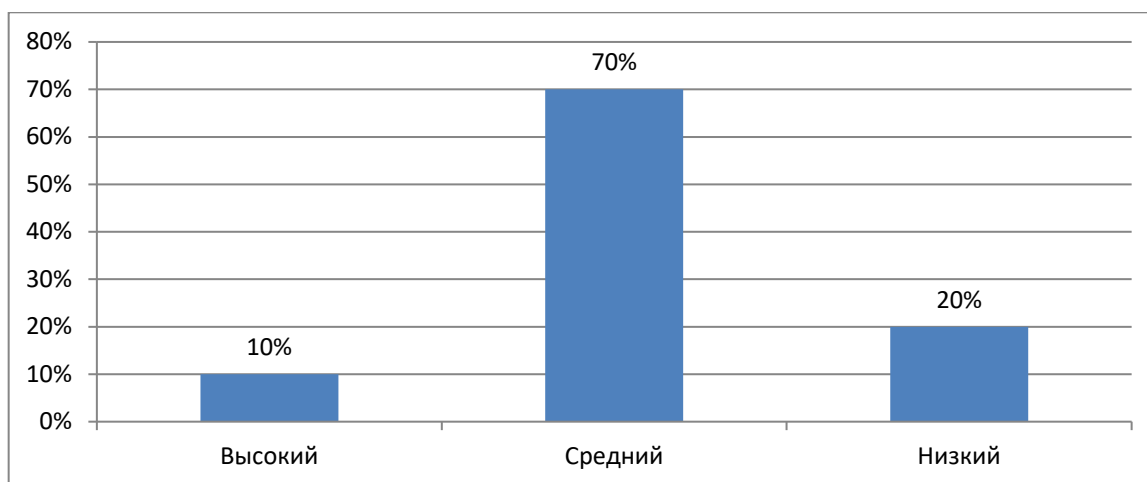


Рисунок 6 – Результаты теста «Природа и наша безопасность» (когнитивный компонент)

Качественный анализ показал, что младшие школьники в основном знают, как вести себя во время грозы, какие правила безопасности соблюдать при встрече с змеей или собакой, а также как избежать их укуса, какие грибы и ягоды съедобные, а какие ядовитые и др. Тем не менее, некоторые младшие школьники совершают ошибку в каждом третьем, или каждом втором вопросе, что свидетельствует о несформированности представлений и основ безопасного поведения и знаний о безопасном образе жизни.

Третьим составляющим диагностики является действенный компонент, который непосредственно даёт возможность рассмотреть, как младшие школьники будут себя вести при угрозе их здоровью и безопасности. Нами было проведено наблюдение, где класс делился на три группы, и каждая из групп разыгрывала свои действия при чрезвычайной ситуации. Две группы показали низкий уровень владения навыками безопасного поведения, что составляет 70 %. Одна группа – средний уровень, что показывает 30 %. Результаты анализа представлены в диаграмме, представленной ниже (рисунок 7).

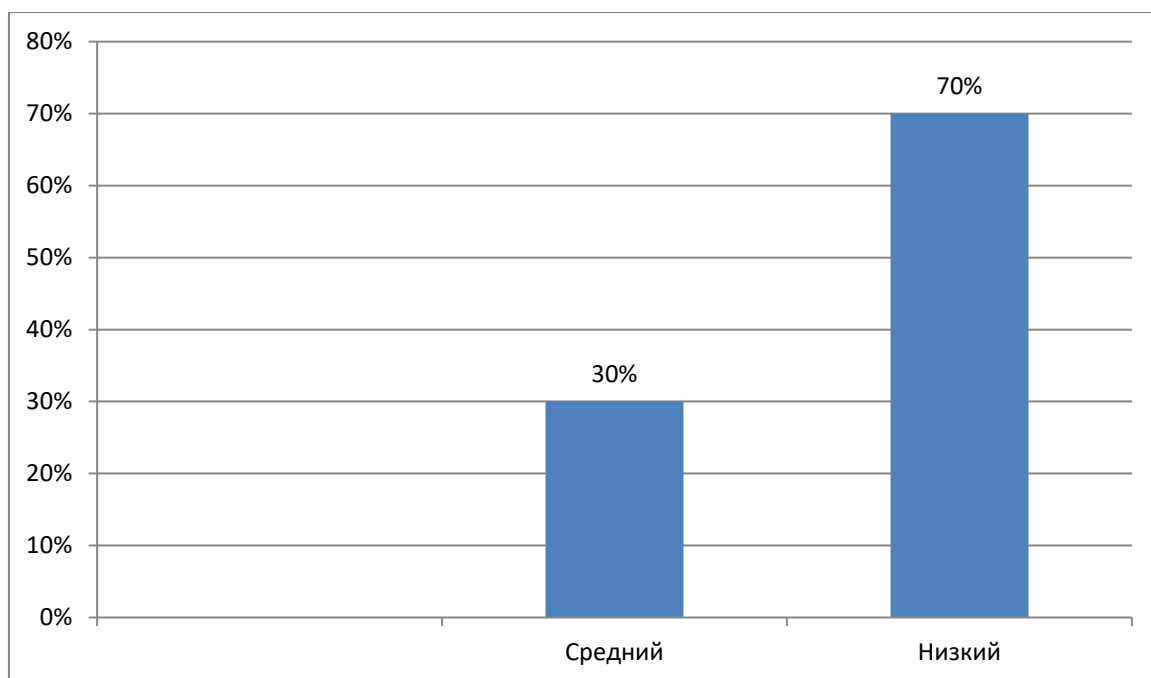


Рисунок 7 – Результаты наблюдения за деятельностью младшего школьника в ходе занятия по безопасности в чрезвычайных ситуациях (действенный компонент)

Качественный анализ отобразил общий уровень поведения в нестандартных ситуациях. Младшие школьники хорошо справились только при моделировании пожара в школе, это можно обосновать тем, что они ни раз проводили такие учения. Однако стоит заметить, что им были предложены различные вариации ситуаций при пожаре: они хорошо справились с той, где учитель находился вместе с ними, а с той, где взрослых не было поблизости, ученики начальной школы справились частично. В ситуациях, где моделировалась ситуация теракта или захвата в заложники, младшие школьники не справились.

На основе систематизации полученных результатов был определен общий уровень сформированности навыков безопасного образа жизни у младших школьников. Данные анализа для лучшего представления отражены в диаграмме (рисунок 8).

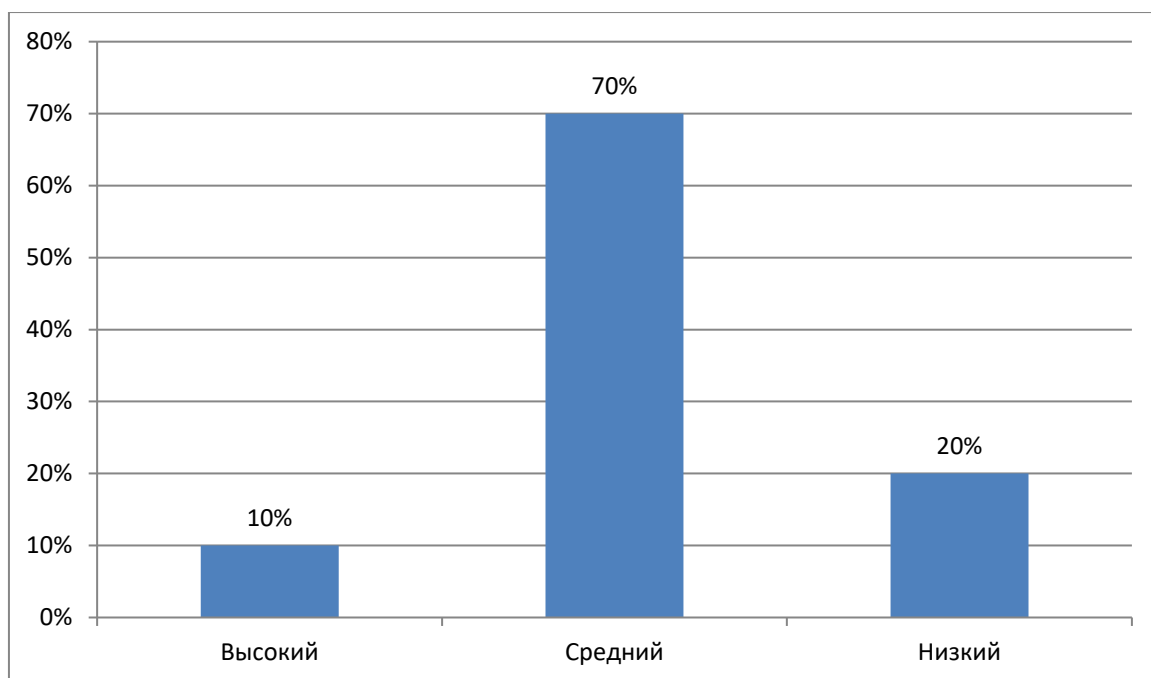


Рисунок 8 – Сводная таблица по диагностике программы «Безопасный Я в безопасном мире»

Исходя из полученных данных, мы можем видеть, что сформированность навыков безопасного поведения и безопасного образа жизни находится у большинства младших школьников на среднем уровне. Несмотря на это, обучающиеся хоть и знают, как поступать в ситуациях, угрожающим их жизни, но не применяют данные знания, что ведёт к панике и дезориентации, и тем самым к неверным действиям и поступкам. Мы с уверенностью можем сказать, что у одной пятой части класса не сформированы навыки безопасного образа жизни, что позволяет нам сделать вывод, что для лучшего усвоения знаний, а также приобретения опыта в различных ситуациях необходимо дополнить нынешнюю программу предмета «Окружающий мир» новыми формами и методами работы с детьми, при которых будут формироваться навыки безопасного образа жизни.

### 2.3 Банк методических разработок по формированию навыков здорового и безопасного образа жизни у младших школьников на уроках «Окружающий мир»

Количественный и качественный анализ диагностик по измерению уровня сформированности навыков здорового и безопасного образа жизни показал, что младшие школьники в недостаточной мере владеют данными навыками. Из этого следует, что для проведения качественного урока, где ученики полностью усвоят знания и будут понимать, как их применять, необходимо включить в данное занятие современные приёмы организации учебной деятельности.

Рассмотрев программу учебника учебно-методического комплекса «Школа России» по окружающему миру Андрея Анатольевича Плешакова, мы выделили следующие темы: тема «Здоровый образ жизни» относится к разделу «Мы и наше здоровье» в 1 части учебника для третьего класса, а темы «Огонь, вода и газ», «Чтобы путь был счастливым», «Дорожные знаки», «Наши проекты: кто нас защищает», «Опасные места», «Природа и наша безопасность» и «Экологическая безопасность» находятся в разделе «Наша безопасность» во 2 частим учебника для третьего класса.

Проанализировав структуру каждого урока, нами было замечено, что в каждом уроке предлагаются стандартные задания и вопросы, направленные на систематизацию данных, но не являющимися достаточно эвристическими, продуктивными и творческими.

Также, изучив темы учебника, мы пришли к заключению, что в учебнике отсутствуют темы о террористических угрозах, о безопасности в сети Интернет, о психологической безопасности, в том числе тема кибербуллинга, о разных видах мошенничества и др.

По этой причине, мы хотим предложить банк методических разработок для одной из поднятых тем, которые можно включить в урок по окружающему миру в разделе «Наша безопасность». В связи с повышением количества трагедий в

образовательных организациях и дошкольных учреждениях, нами было выбрано предоставить банк заданий по теме «Террористические угрозы».

Первым представленным нами приёмом организации учебной деятельности будет «квест». Ребятам на уроке предлагается найти подозрительные предметы или вещи, которые могут причинить угрозу жизни и здоровью. На каждом предмете прикреплена буква, в конце того, как они найдут все предметы – им необходимо будет составить слово по коду «541121376», где под цифрой 5 – буква «Т», под цифрой 4 – буква «Е», под цифрой 1 – буква «Р», под цифрой 2 – буква «О», под цифрой 3 – буква «И», под цифрой 7 – буква «З» и под цифрой 6 – буква «М». В итоге должно получиться слово «терроризм», что будет отлично подходить для введения обозначения новых незнакомых угроз, и послужит опорной точкой для изучения новой темы или дополнения представленных в учебнике. Буква «Р» прикреплена к чёрной маске с вырезами для глаз и рта, буква «О» – к большой спортивной сумке, буква «И» – к автомату (можно распечатать в виде картинку и прикрепить под стул), буква «Е» – к муляжу самодельной бомбы (можно распечатать рисунок и наклеить его за доску или под парту), букву «Т» – к чёрному пакету, где может лежать банка с гвоздями или другими железными предметами, буква «М» – к предметам, маскирующим внешность (например: парик, накладные усы, солнцезащитные очки), буква «З» – к «мешковитой» или объёмной одежде, часто в пол обычно чёрного цвета для меньшего привлечения внимания. Полученный результат мы можем видеть на рисунке 9.

5	4	1	1	2	1	3	7	6
<b>Т</b>	<b>Е</b>	<b>Р</b>	<b>Р</b>	<b>О</b>	<b>Р</b>	<b>И</b>	<b>З</b>	<b>М</b>

Рисунок 9 – полученное слово в приёме организации учебной деятельности «квест»

Следующий рассмотренный приём называется «Бортовой журнал».

Существуют разные вариации данного приёма, однако суть его не меняется: в процессе урока обучающиеся записываются в таблицу свои мысли.

При чтении или иной форме получения информации младшие школьники заносят ключевые моменты в свой «бортовой журнал». После соотносят изученную тему со знаниями, которые они имели, со своим личным опытом и видением мира. Колонки могут быть такими: «что мне известно по данной теме?» и «Что нового я узнал?». Например, младший школьник предполагал, что террористы убивают людей, но не знал, что террористы могут взять в плен. Или ученик знал, что террористы используют автоматы, но не знал, что также могут использовать взрывчатые вещества и бомбы. Или обучающийся знал, что террористы обычно другой национальности, вероисповедания и культуры, но не знал, что также они могут быть обычными прохожими в современной одежде.

Ещё один приём, который можно использовать на уроке по окружающему миру с целью формирования навыков безопасного поведения:

– «Денотатный граф», где выделяются главные характеристики рассматриваемого понятия (или любого объекта, либо предмета), от него идут стрелки с действиями (что оно делает или может сделать) и от них тезисно идут факты. Пример вы можете рассмотреть на рисунке 10.

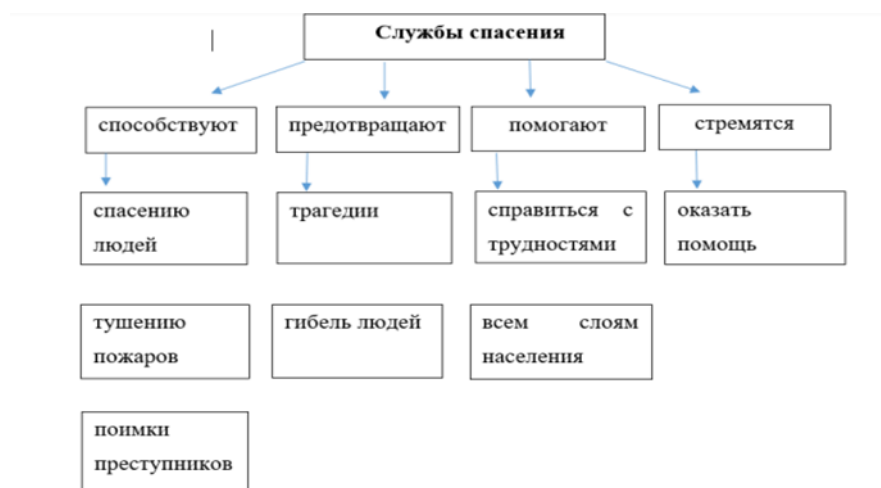


Рисунок 10 – Пример приёма «Денотатный граф»

Познавательные-аналитические умения можно формировать и с помощью логических пятиминуток, с помощью которых он научится сравнивать, обобщать, анализировать полученную информацию. Например, можно предоставить различные картинки и попросить детей найти и объяснить, с какими опасностями герои картинок могут столкнуться (Приложение 8).

Например, на первой картинке обучающиеся сразу заметят, что играть со спичками нельзя – есть риск возникновения пожара. В жилом помещении – это создаст ещё большую угрозу для жизни и здоровья, так как воспламеняющиеся предметы могут помешать выбраться из ловушки.

Лучше всего наблюдать за огнём на улице под присмотром взрослых.

На второй картинке ситуация, где незнакомый мужчина пытается попасть в дом. Младшие школьники должны знать, что никому нельзя открывать двери, нужно обратиться к взрослым или ответить, что взрослых нет дома. Зачастую даже взрослое население и неосведомлённые молодые люди впускают в дом мошенников и становятся жертвами аферистов. Если люди по ту сторону двери называют себя сотрудниками коммунальных служб, то взрослым необходимо попросить у них удостоверение личности, а также обращать внимание на их униформу, ни в коем случае не отдавать денежные средства за какую-либо работу перед тем, как не проверят истинность данных. Обычно на дверях подъезда вывешивают объявление, где отмечается в какие дни и в какое время должны приходить данные сотрудники. Если сомнения всё же остались – необходимо позвонить в свою управляющую компанию.

На картинке под номером 3 учащиеся начальной школы должны отметить, что нельзя засовывать пальцы, а тем более металлические предметы в розетку, так как может ударить током. Также с младшими школьниками необходимо обсудить, что никогда нельзя пользоваться электроприборами, если они мокрые или имеют оголённые детали; запрещено оставлять включённые электроприборы без присмотра; нельзя пользоваться включёнными электроприборами во время купания в ванной; не допускается пользоваться неисправными электроприборами или самостоятельно их чинить; не рекомендуется брать утюг мокрыми руками и стоять при этом на полу босиком. Эти и другие правила с электроприборами могут сохранить и спасти жизни не только младшему школьнику, но и окружающим его людям.

На следующей, 4 картинке, изображён ребёнок, делающий домашнее задание. Его жизни ничего не угрожает, однако его посадка за столом



неправильна. Младшие школьники должны обратить на это внимание и сказать, что между столом и грудью ребёнка должно быть не менее 5 см., спина должна быть прямая, а сиденье стула полностью занято младшим школьником, глаза должны находиться не менее чем на 30 см. от тетради или раскрытой книги, ноги должны стоять на полу, а руки должны спокойно лежать на столе, не вызывая дискомфорт.

На картинке номер 5 изображены дети, которые в период таяние снега и ледохода оказались на тонком льде. Младшие школьники должны знать, что нельзя ходить по тонкому льду, особенно в начале или конце зимы. При оказании помощи в таких случаях – нельзя подходить близко к месту, где провалился пострадавший. Необходимо немедленно позвать на помощь и обратиться в службы спасения, а также попытаться найти палку и ползком на животе постараться подать утопающему, чтобы тот не ушёл под воду и попытаться вытащить его, ткнув на себя удлинённый предмет. Если не получается – ждать помощи.

На шестой картинке изображён ребёнок, перелезающий через забор. Младшим школьникам следует порассуждать о том, к чему может привести такое занятие: ребёнок может зацепиться и упасть, что приведёт к травмам, или же он может напороться на острые палки забора, или же неудачно спрыгнуть и сломать ноги.

На последней, седьмой картинке, изображено то, как могут выглядеть террористы. Ученикам необходимо назвать правила поведения при террористических актах или ситуациях взятия в плен. В первую очередь младшие школьники должны не паниковать и вести себя как можно аккуратнее и тише, чтобы избежать того, что тебя увидят. Если удалось спрятаться или уйти – необходимо позвонить по номеру 112 или 02 (102 сотовый). Если же тебя схватили и взяли в плен, то необходимо вести себя как можно тише, не привлекать к себе внимание, не смотреть в глаза террористам, слушаться учителя и следовать требованиям террористов, ждать помощи.

Для проведения заключительного занятия, обобщающим темы здорового образа жизни и безопасного образа жизни, можно организовать квиз «Как уберечь себя?». Младшие школьники должныделиться на три команды. Квиз включает в себя четыре этапа, на первом обучающиеся должны назвать правильный ответ, на втором ученики начальной школы должны подобрать как можно больше пословиц о здоровье и безопасности, на третьем – выбрать под каждую ситуацию необходимые предметы (из предложенных), а завершающий этап – состоит из творческого проекта, где необходимо нарисовать плакат, в котором будут отражены все составляющие здорового и безопасного образа жизни. Каждая команда на первом этапе отвечает по очереди, если команда совершила ошибку – право ответить на вопрос переходит той команде, в которой ученик первым поднимет руку. На первом этапе за каждый правильный вопрос будет начисляться 1 балл, на втором – 2 балла за каждую пословицу, на третьем – 5 баллов, на четвёртом – 10 баллов. Побеждает та команда, которая наберёт наибольшее количество баллов. За каждое призовое место вручается грамота.

Этап 1. (Приложение 9)

Этап 2.

Пословицы, которые могут предложить младшие школьники:

- без болезни и здоровью не рад;
- чистота – лучшая красота;
- недосыпаешь — здоровье теряешь;
- от наркоты – не жди доброты;
- кто аккуратен – тот приятен;
- сидеть да лежать – болезни поджидать и др.

Этап 3.

Первой группе из следующих предметов предстоит выбрать только те, которые пригодятся им в походе:

- кепка (+)
- игрушки
- красивые босоножки

- солнцезащитный крем (+)
- очки (+)
- уют
- электрический чайник
- удобная спортивная обувь (+)
- продукты питания и вода (+)
- спички (+)
- мяч
- тёплая одежда, сменные носки (+)
- лекарства (+)

Второй группе предстоит выбрать предметы, вещества, чем можно потушить пожар дивана:

- вода (+)
- спирт
- жидкость для розжига
- песок (+)
- масло
- плотным одеялом или покрывалом (+)
- земля из горшка (+)
- бензин
- стиральный порошок (+)
- синтетическая ткань
- пеной из огнетушителя (+)

Третьей группе предстояло составить свой рацион питания из представленных продуктов:

- зерновая каша (+)
- чипсы
- какао (+)
- газировка
- яблоко (+)

- суп (+)
- продукты быстрого приготовления (доширак)
- гречка с котлетой (+)
- сухарики
- мороженное
- свежий салат из фруктов (+)
- овощи на пару (+)
- жаренная картошка

Четвёртый этап объясняется всем сразу, и младшие школьники работают параллельно: «Вам необходимо нарисовать плакат, в котором бы отражались все навыки, которыми обладает ученик начальной школы, чтобы сохранить и укрепить своё здоровье, а также защитить себя от опасности.

Таким образом, для повышения уровня сформированности навыков здорового и безопасного образа жизни, мы предлагаем учителям начальной школы использовать данные методические разработки.

#### Выводы по 2 главе

Во второй главе было проведено исследование, направленное на реализацию поставленной цели и решению задач исследования. Была определена выборка детей, а именно, для экспериментальной работы были отобраны младшие школьники третьего класса, где изучаются темы о здоровом образе жизни и о безопасном образе жизни.

В рамках реализации четвёртой задачи, нами были подобраны диагностические методики, направленные на изучение уровня сформированности навыков здорового и безопасного образа жизни. Для определения степени владения знаниями о режиме дня, правильном питании, двигательной активности, полезных и вредных привычках, профилактике болезней и гигиене, а также для выявления применений этих знаний, нами была выбрана методика Н. С. Гаркуша «Определение общего уровня

сформированности представлений и навыков сохранения и укрепления здоровья школьников». Для выявления уровня сформированности навыков безопасного образа жизни мы использовали диагностику О. В. Котловановой «Безопасный Я в безопасном мире», которая состоит из трёх компонентов: мотивационно-ценностного, когнитивного и действенного. Мотивационно-ценностный компонент даёт нам понять, насколько велико желание обучающихся сохранить жизнь и здоровье, как своё, так и окружающих людей, а также показывает осознанное отношение к ценности своего здоровья и своей безопасности. Когнитивный компонент отображает уровень знаний правил безопасности и безопасного поведения в различных ситуациях, угрожающих здоровью и жизни младших школьников. Действенный компонент показывает, как младший школьник будет справляться в чрезвычайных ситуациях и на сколько развит у него навык безопасного образа жизни.

Анализ УМК, в частности системы «Школа России», по окружающему миру позволили нам сделать вывод о недостаточности предоставленной информации и заданий по некоторым темам, что ведёт к неполному формированию знаний, умений и навыков по здоровому и безопасному образу жизни. По рассмотренным современным методам, формам и приёмам работы мы составили банк методических разработок, где данные эвристические и познавательно-аналитические задания могут использоваться учителями начальной школы на уроках по окружающему миру. Мы взяли следующие приёмы организации учебной деятельности: квест, «Бортовой журнал», «Денотатный граф», логические пятиминутки и квиз, которые помогут сформировать навыки здорового и безопасного образа жизни.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Один из важнейших факторов гармоничного развития и работоспособности человека является его здоровье. Однако не каждый в силах не только приумножить его, но и сохранить. Особенно остро поднимается этот вопрос в отношении организма ребёнка, ведь очень важно с самого начала жизненного пути следить за своим образом жизни и своим здоровьем, чтобы не иметь проблем в течение своей жизни.

Целью данной исследовательской работы было сформировать навыки здорового и безопасного образа жизни у детей младшего школьного возраста на уроках «Окружающий мир».

Поставленные в работе задачи были полностью реализованы, а именно: в ходе исследования было установлено, что понятие «здоровье» рассматривается как состояние физического, умственного и психического благополучия, а под здоровым образом понимаем образ жизни человека, направленный на укрепление здоровья и профилактику заболеваний. Проанализировав возрастные особенности, влияющие на формирование здорового и безопасного образа жизни, мы установили, что этот возраст связан со множеством психологических изменений, которые позволяют говорить о готовности ребёнка усваивать и применять информацию о образе жизни; Кроме того, было установлено, что основное содержание процесса формирования здорового образа жизни младших школьников составляют комплексные оздоровительные мероприятия (оптимально организованный режим дня, систематические занятия физическими упражнениями, рациональное питание, медико-профилактические мероприятия), направленные на сохранение, укрепление здоровья и повышение работоспособности младших школьников, а также мероприятия направленные на профилактику вредных привычек. Лучше всего для этого подходят уроки «Окружающий мир». Подобрав методики для выявления уровня сформированности навыков здорового и безопасного образа жизни, мы изучили уровень усвоенных знаний о здоровье и безопасности, рассмотрели внеучебную

деятельность младших школьников, влияющую на формирование их образа жизни, увидели, как дети начальной школы ведут себя при чрезвычайных ситуациях. Проанализировав данные диагностик, мы выявили средний уровень сформированности навыков здорового и безопасного образа жизни, однако качественный анализ показал, что у детей есть пробелы и во многих ситуациях отсутствует понимание как поступить, то есть это доказывает, что навыки здорового и безопасного образа жизни сформированы в недостаточной степени.

С целью дополнить недостающую информацию в программе по окружающему миру, а также добавить современные приёмы, формы и методы на уроках окружающего мира для получения необходимого результата, нами был составлен банк методических разработок, который может использоваться учителями начальной школы на изучении новой темы или в добавление к уже существующим темам в разделе «Наша безопасность».

Основные научные положения, результаты и выводы, полученные в ходе исследования, дают основание утверждать, что поставленная цель реализована, задачи решены.

Проведенное исследование, безусловно, не исчерпывает всех проблем в сфере сохранения здоровья и обеспечения безопасности детей младшего школьного возраста. Среди актуальных вопросов, требующих дальнейшей разработки, обозначим следующие: развитие компетентности педагогов, совершенствование методики формирования навыков о здоровом и безопасном поведении, разработка других мероприятий, направленных на улучшение возможностей образования в сфере здоровья и безопасности.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Артюнина Г. П. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. / Г. П. Артюнина // Академический проект, 2009. – URL: <http://gkb2-74.ru/pamjatka-o-zozh/>
2. Безрукова В. С. Педагогика. Проективная педагогика: учебник для индустриально-педагогических техникумов и для студентов инженернопедагогических специальностей / В. С. Безрукова. – Екатеринбург: Деловая книга, 1999. – URL: [https://pedlib.ru/Books/5/0249/5\\_0249-74.shtml](https://pedlib.ru/Books/5/0249/5_0249-74.shtml)
3. Воронина О. В. Формы организации учебной деятельности на уроке в начальной школе / О. В. Воронина. – URL: [http://ioc.rybadm.ru/project/fgos\\_3/sch24/vustuplenie.pdf](http://ioc.rybadm.ru/project/fgos_3/sch24/vustuplenie.pdf)
4. Выготский Л. С. Педагогическая психология / Л. С. Выготский. – Москва, 1996. – 480 с. ISBN 5-7155-0747-2
5. Гаркуша Н. С. Диагностика здоровья школьников: инструментарий, методика проведения, интерпретация результатов: методическое пособие / авт.-сост. Н. С. Гаркуша. – Белгород, 2011. – 284 с.
6. Гафнер В. В. Безопасный образ жизни: как его сформировать? От теории к практике. Народное образование / В. В. Гафнер. – 2014. № 3. – URL: <http://xn--80afh5aqv.xn--p1ai/stati/bezopasnyy-obrazzhizni-kak-ego-sformirovat-ot-teorii-k-praktike/>
7. Давыдов В. В. Психическое развитие в младшем школьном возрасте // Возрастная и педагогическая психология / под ред. А. В. Петровского. Москва: Просвещение, 1979. – 101 с. – URL: [http://elib.gnpbu.ru/text/vozzrastnayapedagogicheskayapsihologiya\\_petrovskogo\\_1979](http://elib.gnpbu.ru/text/vozzrastnayapedagogicheskayapsihologiya_petrovskogo_1979)
8. Джумажанова Г. К., Койшибаева Н. И., Жунисбекова Д. А., Изтаев Ж. Д., Жунисбекова Ж. А. Психологические основы обучения младших школьников / Г. К. Джумажанова, Н. И. Койшибаева, Д. А. Жунисбекова, Ж. Д. Изтаев, Ж. А. Жунисбекова – Международный журнал прикладных и фундаментальных



исследований. – 2015. – № 12-1. – с. 187 – URL: <https://applied-research.ru/ru/article/view?id=7843>

9. Дубровина И. В., Андреева А. Д., Данилова Е. Е. и др. Младший школьник: развитие познавательных способностей : Пособие для учителя / И. В. Дубровина, А. Д. Андреева, Е. Е. Данилова – Просвещение. – Москва, 2003. – 148 с.

10. Ефремова Ю. Е. Формирование основ здорового образа жизни у детей младшего школьного возраста во внеурочной деятельности / Ю. Е. Ефремова – Выпускная квалификационная работа (магистерская диссертация). Екатеринбург, 2019. – URL: <https://core.ac.uk/download/pdf/288634864.pdf>

11. Информационная безопасность детей в сети Интернет. Государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования города Севастополя. Севастополь, 2021. – URL: <https://cvpvum.edusev.ru/conditions/safety/post/178859>

12. Калугина Ю. В., Мустафина А. Р. Образовательный квест как интерактивная форма обучения иностранному языку / Ю. В. Калугина, А. Р. Мустафина // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – URL: <http://e-koncept.ru/2015/85700.htm>

13. Кемеров В. Е. Мацкевич В. В. Мышление / В. Е. Кемеров, В. В. Мацкевич / Гуманитарный портал: Концепты [Электронный ресурс] // Центр гуманитарных технологий, 2002–2022. – URL: <https://gtmarket.ru/concepts/7007>

14. Котлованова О. В. Формирование представлений о безопасном поведении при чрезвычайных ситуациях террористического характера у детей дошкольного возраста. [Электронный ресурс] / О. В. Котлованова // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. – 2021. – № 3. – Режим доступа: <https://docs.cspu.ru/obyavleniya-ozashchite/KotlovanovaOV/Dissertation.pdf>

15. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность / А. Н. Леонтьев. – Москва, 1975. – 304 с.

16. Лернер И. Я. Процесс обучения и его закономерности. Знание / И. Я. Лернер. – Москва, 1980. – 215 с. – URL: <https://www.mentalskills.ru/dict/navyk/>
17. Лернер, И. Я. Методы обучения. Дидактика средней школы: учебное пособие. Просвещение / И. Я. Лернер под ред. М. Н. Скаткина. – Москва, 1982. – 304 с.
18. Лурия А. Р. Основы нейропсихологии / А. Р. Лурия. – Москва, 1973. – 29 с. – URL: [http://academiamoscow.ru/ftp\\_share/books/fragments/fragment\\_22777.pdf](http://academiamoscow.ru/ftp_share/books/fragments/fragment_22777.pdf)
19. Лысова Н. Ф. Возрастная анатомия, физиология и школьная гигиена: Учеб. пособие / Н. Ф. Лысова, Р. И. Айзман, Я. Л. Завьялова, В. М. Ширшова. – Сиб. унив. изд-во – Новосибирск, 2010. – 398 с. – URL: <http://kiit74.ru/documents/Zaochnoe/Lisova.pdf>
20. Маслоу А. Г. Мотивация и личность / А. Г. Маслоу. – пер. с англ. – 3-е изд. – Санкт-Петербург, 2019. – 400 с.
21. Маркс К., Энгельс Ф. Сочинения /К. Маркс, Ф. Энгельс. – 2-е изд. Государственное издательство политической литературы Москва, 1955. – 723 с. – URL: <https://www.marxists.org/russkij/marx/cw/t01.pdf>
22. Материалы с канала ГБУ ДПО РЦОКИО. Областное родительское собрание «Безопасность детей-наше общее дело». – URL: [https://www.youtube.com/watch?v=hBcEG4xZsxQ&ab\\_channel=%D0%93%D0%91%D0%A3%D0%94%D0%9F%D0%9E%D0%A0%D0%A6%D0%9E%D0%9A%D0%98%D0%9E](https://www.youtube.com/watch?v=hBcEG4xZsxQ&ab_channel=%D0%93%D0%91%D0%A3%D0%94%D0%9F%D0%9E%D0%A0%D0%A6%D0%9E%D0%9A%D0%98%D0%9E)
23. Материалы с официального сайта Министерства образования и науки Республики Татарстан. Консультация для родителей «Здоровые дети – в здоровой семье». – URL: <https://edu.tatar.ru/vahit/page85762.htm/page1746494.htm>
24. Материалы с официального сайта МЧС России. Гражданская защита: Энциклопедия в 4 томах. Том I (А–И); под общей редакцией С. К. Шойгу; МЧС России. – Москва: Московская типография № 2, 2006. – URL: <https://fireman.club/inseklodepia/bezopasnost-cheloveka/>

25. Материалы с официального сайта филиала «Локнянский» ГБУЗ «Бежаницкая МБ. – URL: [http://loknyabolniza.ucoz.ru/publ/ot\\_chego\\_zavisit\\_zdorove\\_cheloveka\\_s\\_pozicii\\_vs\\_emirnoj\\_organizacii\\_zdravookhraneniya/1-1-0-31](http://loknyabolniza.ucoz.ru/publ/ot_chego_zavisit_zdorove_cheloveka_s_pozicii_vs_emirnoj_organizacii_zdravookhraneniya/1-1-0-31)
26. Материалы с сайта Дистанционное обучение Mental Skills. Навык. – URL: <https://www.mental-skills.ru/dict/navyk/>
27. Материалы с сайта Лаборатория Касперского. Интернетбезопасность: что это и как сохранить безопасность в сети? – URL: <https://www.kaspersky.ru/resource-center/definitions/what-is-internet-security>
28. Материалы с сайта РБК. Случаи стрельбы и нападений в российских школах и колледжах. Справка. – URL: <https://www.rbc.ru/society/11/05/2021/609a5cdc9a7947237982ce4a>
29. Материалы с сайта. Особенности внимания у детей младшего школьного возраста. – URL: <https://works.doklad.ru/view/jDPVVuk4FMs.html>
30. Мельникова Е. Л. Проблемный урок, или как открывать знания с учениками: Пособие для учителя / Е. Л. Мельникова. – Москва, 2002. – 168 с.
31. Науменко Ю. В. Здоровьеформирующее образование: идеи и основные понятия. Вестник Московского университета / Ю. В. Науменко. – Серия 20: Педагогическое образование № 3, 2015. – 146 с.
32. Нуркова В. В. Память. Общая психология: в 7 т. под ред. Б. С. Братуся. Том 3. — 2-е изд. / В. В. Нуркова. – Москва, 2008. – 318 с.
33. Педагогика. Под ред. Ю.К. Бабанского. «Просвещение». / Ю. К. Бабанский. – Москва, 1983. – 386 с.
34. Педагогический энциклопедический словарь. под общ. ред. Л. С. Глебова. Большая российская энциклопедия. / Л. С. Глебова. – Москва, 2003. – 528 с.
35. Песочная И. А. Формы, методы и приемы проведения уроков, занятий в рамках ФГОС. // И. А. Песочная. – URL: [https://xn--j1ahfl.xn--p1ai/library/formi\\_metodi\\_i\\_priyomi\\_organizacii\\_zanyatij\\_v\\_kontek\\_134752.html](https://xn--j1ahfl.xn--p1ai/library/formi_metodi_i_priyomi_organizacii_zanyatij_v_kontek_134752.html)

36. Подласый И. П. Педагогика. Общие основы. Процесс обучения. / И. П. Подласый. – Москва, 1999. – 309 с. – URL: <https://www.svfu.ru/universitet/rukovodstvo-istruktura/instituty/pi/ums/kpp/NO/podlasuy1.pdf>

37. Полтавцева, Н. В. Современные здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании: монография / Н. В. Полтавцева, М. Ю. Стожарова, Р. С. Краснова, И. А. Гаврилова. – Москва: ФЛИНТА, 2011. – 262 с.

38. Приказ Министерства образования и науки РФ от 6 октября 2009 г. № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования». – URL: <https://base.garant.ru/197127/>

39. Психология детей младшего школьного возраста: учебник и практикум для академического бакалавриата / З. И. Айгумова [и др.]; под ред. А. С. Обухова. – Москва: Изд-во Юрайт, 2019. – URL: <https://biblioonline.ru/book/psihologiya-detey-mladshego-shkolnogo-vozrasta432772>

40. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – Санкт-Петербург, 1999. – 781 с.

41. Рябова О. В. Формирование познавательных-аналитических умений младших школьников средствами исследовательской деятельности: учебное пособие / О. В. Рябова, Е. Ю. Волчегорская. – Челябинск: Изд-во Южно-Урал. гос. гуман.-пед. ун-та, 2021. – URL: [file:///C:/Users/a\\_che/Downloads/93666\\_961965c204083bd8c703423fb48ea52a .pdf](file:///C:/Users/a_che/Downloads/93666_961965c204083bd8c703423fb48ea52a.pdf)

42. Слостенин В. А. Психология и педагогика: учебное пособие / В. А. Слостенин. – Москва, 2019. – 245 с.

43. Статистические материалы с официального сайта Министерства здравоохранения Российской Федерации. – URL: <https://minzdrav.gov.ru/ministry/61/22/stranitsa-979/statisticheskie-i-informatsionnye-materialy/statisticheskie-materialy>

44. Столяренко Л. Д. Педагогика: 100 экзаменационных вопросов / Л. Д. Столяренко. – Ростов-на-Дону, 2005. – 548 с.

45. Устав Всемирной Организации Здравоохранения (22 июля 1946 г.)  
Электронный фонд правовых и нормативно-технических документов. – URL:  
<https://docs.cntd.ru/document/901977493>

46. Ушинский К. Д. Собрание сочинений, 2 том. Педагогические статьи. 2  
том. Издательство академии педагогических наук РСФСР. / К. Д. Ушинский. –  
Москва - Ленинград, 1958. – 659 с. – URL:  
[https://imwerden.de/pdf/ushinsky\\_sobranie\\_sochineny\\_tom02\\_1948\\_text.pdf](https://imwerden.de/pdf/ushinsky_sobranie_sochineny_tom02_1948_text.pdf)

47. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (ред. От 26.07.2019)  
«Об образовании в Российской Федерации». – URL:  
[http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_140174/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/)

48. Шамова Т. И. Модульное обучение: сущность и технология // Т. И.  
Шамова. – 1994, № 5. – URL:  
[http://www.vestnik.adygnet.ru/files/2006.3/340/agerzhanokova2006\\_3.pdf](http://www.vestnik.adygnet.ru/files/2006.3/340/agerzhanokova2006_3.pdf)

49. Шаповаленко И. В. Возрастная психология. / И. В. Шаповаленко. –  
Москва, 2005. – 575 с.

50. Энциклопедический словарь Брокгауза и Ефрона: 12 т. / Ф. А. Брокгауз,  
И. А. Ефрон. — Санкт-Петербург, 1890—1907. – 495 с.

## ПРИЛОЖЕНИЕ А

### Методика «Гармоничность образа жизни школьников» (Н. С. Гаркуша)

**Цель:** наличие у обучающихся понимания ценности и значимости здоровья, ведения здорового образа жизни.

**Инструкция:** отметьте знаком «+» (или закрасьте кружок) пункты, характерные для Вашего образа жизни.

#### Вопросы

1. Как вы оцениваете состояние своего здоровья?
  - o Хорошее
  - o Удовлетворительное
  - o Плохое
  - o Затрудняюсь ответить
2. Занимаетесь ли Вы физической культурой или спортом?
  - o Да, занимаюсь
  - o Нет, не занимаюсь
3. Как долго днём бываете на улице, на свежем воздухе?
  - o Чаще всего больше 2-х часов
  - o Около 1 часа
  - o Не более получаса или вообще не выхожу на улицу
4. Делаете ли утром следующее:
  - o Физическую зарядку
  - o Обливание
  - o Плотно завтракаю
  - o Хожу в школу пешком
5. Обедаете ли в школьной столовой?
  - o Да, регулярно
  - o Иногда

- o Нет
6. В котором часу ложитесь спать?
- o До 21:00
  - o Между 21:00 и 22:00 часами
  - o После 22:00
7. Кто-то из Ваших знакомых и близких употребляет спиртные напитки, наркотические вещества или курит?
- o Да
  - o Нет
8. Как чаще всего проводите свободное время?
- o Занимаюсь в спортивной секции
  - o Посещаю творческий кружок
  - o Гуляю с друзьями
  - o Читаю книги
  - o Провожу время дома с родителями
  - o Преимущественно смотрю телевизор (видео)
  - o Играю в компьютерные игры

### Обработка результатов

Таблица 1 – соотношение баллов по методике «Гармоничный образ жизни школьников»

№ вопроса	Вариант ответа						
	1	2	3	4	5	6	7
1	10 б.	5 б.	0 б.	0 б.			
2	10 б.	0 б.					
3	10 б.	5 б.	0 б.				
4	10 б.	10 б.	5 б.	5 б.			
5	10 б.	5 б.	0 б.				
6	10 б.	5 б.	0 б.				
7	0 б.	10 б.					
8	10 б.	5 б.	5 б.	5 б.	0 б.	0 б.	0 б.

### Интерпретация результатов:

**135 – 105 баллов – высокий уровень** – осознанное отношение школьников к собственному здоровью; ведение здорового образа жизни; самостоятельное целенаправленное овладение практическими навыками сохранения и преумножения здоровья.

**100 – 70 баллов – средний уровень** – частичное понимание школьниками важности сохранения, укрепления здоровья и ведения здорового образа жизни, эпизодическое овладение практическими навыками сохранения и преумножения здоровья.

**65 баллов и меньше – низкий уровень** – отсутствие у школьников понимания ценности и значимости здоровья, ведение образа жизни, способствующего развитию болезней.



## ПРИЛОЖЕНИЕ Б

### Методика «Уровень владения школьниками навыками укрепления и сохранения здоровья» (Н. С. Гаркуша)

**Цель:** изучение уровня владения школьниками навыками укрепления и сохранения здоровья.

**Инструкция.** Отметьте знаком «+» (или закрасьте кружок) характерные для Вас пункты утверждений в вопросах 1, 4, 5, в вопросах 2 и 3 отметьте знаком «+» один из предложенных ответов, в вопросе 6 отметить знаком «+» не более 5 из предложенных ответов.

1. Занимаетесь ли Вы:
  - o в школьной спортивной секции;
  - o в спортивной секции других учреждений;
  - o чтением научной литературы о сохранении своего здоровья;
  - o просмотром передач на тему здоровья;
  - o употреблением витаминов;
  - o чтением энциклопедий для расширения знаний.
2. Как часто участвуете в спортивных мероприятиях, организуемых в школе:
  - o вообще никогда не участвую;
  - o редко участвую;
  - o в большинстве случаев участвую;
  - o участвую в каждом мероприятии.
3. На уроках физической культуры вы занимаетесь:
  - o с удовольствием;
  - o без желания;
  - o лишь бы не ругали.
4. Какие у Вас отношения с окружающими людьми (родителями, друзьями, учителями):

- o полное взаимопонимание;
- o доверительные;
- o уважительные;
- o нет взаимопонимания.

5. Для ведения здорового образа жизни Вы:

- o соблюдаете режим дня;
- o соблюдаете режим питания и употребляете витаминизированную пищу;
- o занимаетесь спортом;
- o делаете регулярно утреннюю зарядку;
- o не имеете вредных привычек.

6. Как Вы считаете, какие качества наилучшим образом Вас характеризуют (выберите не более 5):

- o физическая сила и выносливость;
- o умственная работоспособность;
- o сила воли, выдержка, терпение и упорство;
- o умение видеть и ценить прекрасное в природе, в человеке, в искусстве;
- o умение всегда видеть цель и стремиться к ней (целеустремлённость);
- o умение организовать свой труд (организованность);
- o умение при необходимости работать самостоятельно, без посторонней помощи;
- o чуткость и отзывчивость к людям;
- o умение работать вместе с товарищем, видеть, кому нужна твоя помощь,
- o помогать и принимать помощь от других;
- o умение вести себя в обществе, красиво одеваться, причёсываться и т.д;

### **Обработка результатов**

Таблица 3 – соотношение баллов по методике «Уровень владения школьниками навыками укрепления и сохранения здоровья»

№	Варианты ответов									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	5 б.	5 б.	5 б.	5 б.	5 б.	5 б.				
2	0 б.	0 б.	5 б.	10 б.						
3	10 б.	5 б.	0 б.							
4	5 б.	5 б.	5 б.	5 б.	5 б.					
5	5 б.	5 б.	5 б.	5 б.	5 б.					
6	5 б.	5 б.	5 б.	5 б.	5 б.	5 б.	5 б.	5 б.	5 б.	5 б.

### Интерпретация результатов:

**100-80 баллов – высокий уровень** – идеальный образ здорового человека, физически активного, укрепляющего здоровье самостоятельно, умеющего сотрудничать с окружающими в вопросах сохранения и укрепления здоровья, в совершенстве владеющего культурными нормами в сфере здоровья;

**75 – 55 баллов – средний уровень** – знания школьников о здоровом образе жизни не являются убеждениями, характерно эпизодическое овладение школьниками практическими навыками сохранения и преумножения здоровья, готовность к сотрудничеству, со взрослыми в вопросах здоровьесберегания;

**ниже 50 баллов – низкий уровень** – отсутствие у школьников системы элементарных знаний о здоровье и здоровом образе жизни и мотивации к заботе о собственном здоровье; зачастую не выполняются элементарные правила гигиены, не проводятся оздоровительные процедуры.

## ПРИЛОЖЕНИЕ В

### Методика «Участие школьников в здоровьесберегающих и пропагандирующих здоровый образ жизни мероприятиях» (Н. С. Гаркуша)

**Инструкция.** Отметьте знаком «+» мероприятия (или закрасьте кружок), в которых вы активно принимаете участие:

- o «Веселые старты»
- o «День здоровья»
- o Вакцинация
- o Физкультминутки
- o «Кросс нации»
- o Динамические паузы (прогулки)
- o Конкурс рисунков и плакатов о здоровом образе жизни;
- o «Лыжня России»
- o Отдых в оздоровительных лагерях
- o профилактические осмотры
- o соревнования
- o туристические походы
- o Майская велопрогулка

**Обработка результатов** Каждый плюс оценивается 10 баллами.

#### **Интерпретация результатов:**

**130 – 100 баллов – высокий уровень** – наличие физической и творческой активности детей как элемента стиля жизни, то есть целеустремленная деятельность школьника для укрепления здоровья, развития физического потенциала и достижения физического совершенства, для эффективной реализации своих задатков с учётом личностной мотивации и социальных потребностей;

**90 – 50 баллов – средний уровень** – недостаточная активность в мероприятиях здоровьесберегающей направленности вследствие отсутствия в должной степени мотивации на ведение здорового образа жизни;

**40 баллов и меньше – низкий уровень** – отсутствует потребность ведения здорового образа жизни, проявляется пассивность в самосовершенствовании и самореализации в процессе приобретения знаний о здоровье человека.

## ПРИЛОЖЕНИЕ Г

### **Методика «Определение общего уровня сформированности представлений и навыков сохранения и укрепления здоровья школьников» (Н. С. Гаркуша)**

Для обобщения полученного материала и определения уровня культуры здоровья школьников необходимо суммировать результаты последних трёх анкет и для вычисления итогового среднего балла сумму необходимо разделить на три.

#### **Интерпретация результатов:**

**120 – 91 баллов – высокий уровень** – осознание школьниками ценности здоровья, ведение здорового образа жизни, наличие представлений о сущности здоровья; самостоятельное целенаправленное овладение практическими навыками сохранения и преумножения здоровья; высокая творческая активность; умение сотрудничать со взрослыми в вопросах сохранения и укрепления здоровья; активное участие школьников в мероприятиях, пропагандирующих здоровый образ жизни.

**90 – 61 баллов – средний уровень** – частичное понимание школьниками важности сохранения, укрепления здоровья и ведения здорового образа жизни; наличие элементарных знаний о здоровье; эпизодическое овладение практическими навыками сохранения и преумножения здоровья, стремление к самосовершенствованию и творческому выражению; готовность к сотрудничеству со взрослыми в вопросах сохранения и укрепления здоровья; нерегулярное участие школьников в мероприятиях, пропагандирующих здоровый образ жизни.

**Меньше 60 баллов – низкий уровень** – отсутствие у школьников системы элементарных знаний о здоровье и здоровом образе жизни; наличие вредных привычек, хронических заболеваний, ведение образа жизни, способствующего развитию болезней; сотрудничество со взрослыми и участие школьников в

мероприятиях, пропагандирующих здоровый образ жизни минимальное или отсутствует.

## ПРИЛОЖЕНИЕ Д

**Диагностика по проблемным ситуациям по каждому модулю программы «Безопасный Я в безопасном мире» (О. В. Котлованова)**

**Проблемная ситуация № 1.** Врачи лечат людей, учителя учат детей.

А еще есть много людей, которые нас защищают от опасностей, это спасатели, пожарные и др. Как ты думаешь, зачем существуют такие профессии?

**Проблемная ситуация № 2.** Ты слышал что-либо про бандитов, про террористов? Чем они отличаются от добрых людей? Кто тебя может защитить от террористов-бандитов? Что ты можешь посоветовать для защиты детям младше тебя?

**Проблемная ситуация № 3.** Если в здании пожар, то нужно следовать за воспитателем и поскорее выбираться. Что еще нужно делать при пожаре?

А зачем мы изучаем правила поведения при пожаре? Почему нужно выполнять правила безопасности?

**Проблемная ситуация № 4.** Если на улице около скамейки ты увидишь пакет, а рядом нет людей, что будешь делать? Почему нужно быть осторожным с такими предметами? Зачем мы соблюдаем правила безопасности?

**Проблемная ситуация № 5.** Если ты заметил подозрительных людей с оружием, как тебе нужно поступить? Почему? Какие признаки опасных ситуаций при виде террористов-бандитов ты знаешь? Важно ли соблюдать осторожность и почему?

**Проблемная ситуация № 6.** Предложи правила поведения для ребят твоего возраста при нахождении в плену у бандита-террориста? Как следует себя вести, если рядом твой воспитатель? А если знакомых взрослых рядом нет? Почему твои действия важны для тебя и для окружающих ребят?

**Проблемная ситуация № 7.** Если ты вдруг оказался в здании, которое захватили бандиты, но спасатели уже подоспели и началась перестрелка, как



следует себя вести и почему? Предложи правила безопасности, которые подойдут для всех ребят.

### **Обработка результатов**

За каждую проблемную ситуацию младший школьник мог получить от 0 до 6 баллов в зависимости от полного и чёткого, а главное правильного ответа.

**Интерпретация результатов:** для мотивационно-ценностного компонента: 0-13 баллов – низкий уровень, 14-28 – средний уровень и 29-42 – высокий уровень.

## ПРИЛОЖЕНИЕ Е

### Тест «Природа и наша безопасность» по разделу «Наша безопасность»

**Инструкция:** отметьте верный ответ (закрасьте кружочек или поставьте плюс или галочку).

Вариант 1.

1. Что можно делать во время грозы?
  - прятаться под деревом;
  - находиться рядом с металлическим предметом (например, решеткой);
  - находиться рядом с большим домом;
  - прикрываться от дождя металлическим предметом (например, ведром или тазом).
2. Что может делать человек, которого гроза застала на открытом месте? Найди ошибку:
  - спрятаться в зарослях кустарника;
  - замереть, стоя на месте, и не двигаться;
  - спрятаться в сухой яме;
  - спрятаться в траншее;
  - если нет поблизости мест, где спрятаться, просто лечь на землю.
3. Когда нельзя трогать домашних животных?
  - когда они гуляют;
  - когда они едят или охраняют детенышей;
  - когда они играют;
  - когда они просят есть.
4. Что нельзя делать при встрече с незнакомой собакой? Найди лишнее.
  - гладить ее;
  - дразнить ее;
  - убегать от нее;

- о смотреть ей прямо в глаза;
  - о смотреть на ее хвост.
5. Найди среди перечисленных ниже грибов неядовитые:
- о ложноопенок кирпично-красный, мухомор вонючий;
  - о ложноопенок серно-желтый, ложнодождевик;
  - о бледная поганка;
  - о дождевик, лисичка;
  - о мухомор красный, мухомор пантерный.
6. Найди среди перечисленных ягод неядовитые:
- о ягоды белены;
  - о ягоды дурмана;
  - о ягоды бузины;
  - о ягоды рябины;
  - о ягоды вороньего глаза;
  - о ягоды ландыша;
  - о ягоды волчьего лыка.

#### Вариант 2

1. Какая ядовитая змея особенно распространена в нашей стране?
- о гадюка обыкновенная;
  - о кобра;
  - о гремучая змея;
  - о гюрза.
2. По какой примете ее можно узнать?
- о по темной зигзагообразной полосе на спине;
  - о по светлой зигзагообразной полосе на спине;
  - о по светлым крапинкам.
3. В каком случае змея может укусить?
- о при самозащите;
  - о если увидит человека;
  - о охотясь на человека.

4. Как можно избежать укуса змеи?
- o не ходить гулять в сельской местности;
  - o соблюдая в лесу осторожность;
  - o громко крича во время прогулки;
  - o размахивая палкой во время прогулки.
5. Что нужно делать при встрече с незнакомой собакой?
- o остановить и пропустить ее;
  - o не делать резких движений;
  - o не махать руками;
  - o позвать ее.
6. Что может делать человек, которого гроза застала на открытом месте? Найди ошибку:
- o спрятаться в зарослях кустарника;
  - o замереть, стоя на месте, и не двигаться;
  - o спрятаться в сухой яме;
  - o спрятаться в траншее;
  - o если нет поблизости мест, где спрятаться, просто лечь на землю.

**Обработка результатов:** каждый правильный ответ на вопрос оценивается в 10 баллов.

**Интерпретация результатов:** для когнитивного компонента: 0-20 баллов – низкий уровень, 21-40 – средний уровень и 41-60 – высокий уровень.

## ПРИЛОЖЕНИЕ Ё

### Наблюдение за деятельностью младшего школьника в ходе занятия по безопасности в чрезвычайных ситуациях (действенный компонент)

**Инструкция:** в ходе занятия моделируются чрезвычайные ситуации, где происходит наблюдение за деятельностью младших школьников. Каждая ситуация оценивается в баллах.

**Обработка результатов:** В каждой ситуации суммируются баллы, набранные младшими школьниками в зависимости от того выполнили они это или нет.

Таблица 9 – интерпретация ситуации №1. Пожар в школе

Характеристика ситуации	Деятельность младшего школьника	Баллы
1. Поведение при пожарной тревоге.	Младший школьник паникует, теряется, прячется.	0
	Младший школьник следует указаниям учителя.	5
	Младший школьник находится в уравновешенном состоянии, реагирует на происходящее без паники.	5
2. Эвакуация при пожарной тревоге	Младший школьник бежит к выходу без сопровождения.	0
	Младший школьник бежит впереди учителя.	0
	Младший школьник собирает свои вещи и берёт их с собой.	0
	Младший школьник зовёт на помощь старших, звонит 112 или 01.	5
	Младший школьник внимательно слушает учителя, спокойно выстраивается по парам в колонну и следует за учителем без промедления.	15
3. Поведение при задымлённых помещениях и коридорах в школе:	Младший школьник пытается самостоятельно пробраться сквозь дым.	0
	Младший школьник начинает реветь и звонить родителям.	0
	Младший школьник звонит по номеру 112 или 01, открывает окна, зовёт на помощь.	5
	Младший школьник плотно закрывает дверь, закрывает щель тряпками, открывает окно, закрывает рот и нос носовым платком, тряпкой или футболкой (лучше влажными) и ждёт помощи, если это 2 этаж, или выбирается через окна и помогает другим – если первый.	15
4. Поведение на эвакуационной площадке:	Младший школьник уходит с места нахождения класса – 0 баллов.	0
	Младший школьник балуется, бегаёт или разговаривает с одноклассниками.	0
	Младший школьник спокойно стоит в колонне.	5
	Младший школьник громко отвечает на переключку, слушает указания учителя.	5

Таблица 10 – интерпретация ситуации №2. Террористический акт в школе

Характеристика ситуации	Деятельность младшего школьника	Баллы
1. Поведение в классе:	Младший школьник пытается самостоятельно убежать.	0
	Младший школьник начинает паниковать.	0
	Младший школьник звонит в полицию (02) или по номеру 112.	5
	Младший школьник прячется под партами (желательно подальше от выхода).	15
	Младший школьник сидит тихо и не паникует.	5
	Младший школьник следует указаниям учителя.	5

2. Поведение в других помещениях (коридоре, столовой, гардеробе или туалете):	Младший школьник пытается самостоятельно убежать.	0
	Младший школьник начинает паниковать.	0
	Младший школьник двигается в сторону от выстрелов и пытается найти место, где он может спрятаться и где его не достанет пуля.	15
	Младший школьник ищет взрослых и следует их указаниям.	5
	Младший школьник звонит в полицию (02) или по номеру 112.	5
	Младший школьник не выглядывает из окон и как можно ближе нагибается к полу.	5

Таблица 11 – интерпретация ситуации №3. Нахождение в заложниках в школе:

Характеристика ситуации	Деятельность младшего школьника	Баллы
1. Поведение младшего школьника в классе/актовом зале, где есть персонал школы:	Младший школьник паникует, начинает поддаваться эмоциям и привлекает внимание.	0
	Младший школьник пытается самостоятельно выбраться из заложников.	0
	Младший школьник ведёт себя тихо, не привлекает внимания.	10
	Младший школьник не делает резких движений, ждёт помощи специальных служб.	10
	Младший школьник следует указаниям учителя.	5
	Младший школьник выполняет требования террористов.	5

2. Поведение младшего школьника в открытом пространстве (без учителя или других работников образовательной организации):	Младший школьник паникует, начинает поддаваться эмоциям и привлекает внимание.	0
	Младший школьник немедленно покидает открытое пространство и пытается найти помещение, где можно укрыться.	10
	Младший школьник ведёт себя тихо, не привлекает внимания.	5
	Младший школьник пытается сообщить спасательным службам о захвате заложников по номеру 112, при этом говорит как можно тише.	5
	Младший школьник не паникует и ждёт помощи.	10

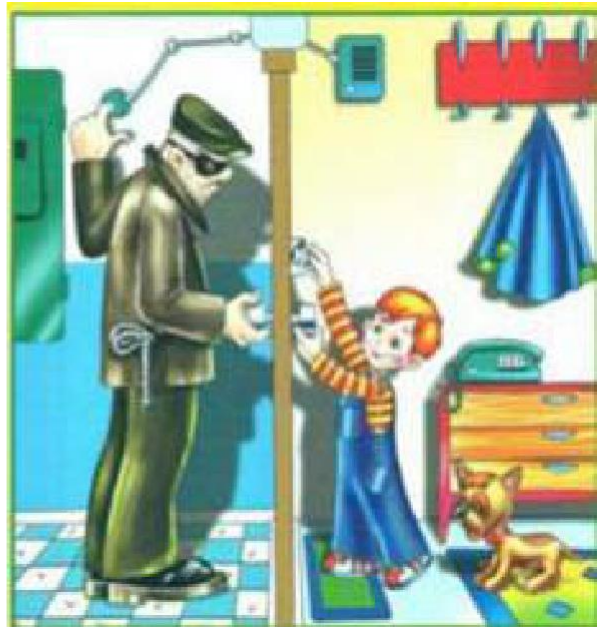
**Интерпретация результатов:** для действенного компонента: 0-20 баллов – низкий уровень, 21-40 – средний уровень и 41-60 – высокий уровень.

## ПРИЛОЖЕНИЕ Ж

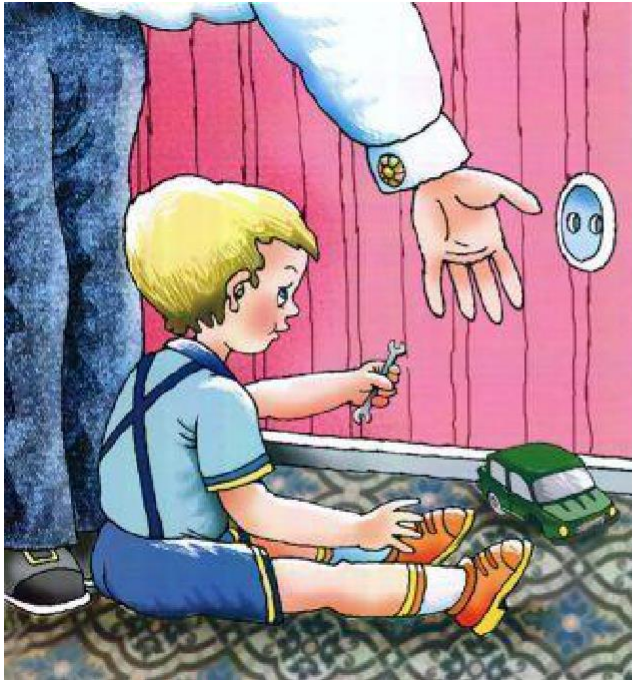
Картинка 1



Картинка 2



Картинка 3



Картинка 4





Картинка 5



Картинка 6



Картинка 7





### ПРИЛОЖЕНИЕ 3

- 1) Как называется наука о чистоте? (гигиена)
- 2) Как называется тренировка организма, при которой нужно обливаться холодной водой? (закаливание)
- 3) Как называется распределение времени на еду, сон и активность? (режим дня)
- 4) Почему нельзя грызть ногти? (под ними микробы и могут быть личинки паразитов)
- 5) Можно ли давать свою расчёску другим людям? Почему? (Нет, это правило личной гигиены. Чтобы не заразиться вшами, а также не подхватить кожные заболевания)
- 6) Почему нельзя пить воду из водоёмов (некипячёную воду)? (В такой воде находятся микробы, которые переносят опасные заболевания)
- 7) Сколько нужно спать в сутки ребёнку вашего возраста? (не менее 10 часов)
- 8) Сколько приёмов пищи должно быть у вас? (три полноценных приёма пищи: завтрак, обед, ужин и два перекуса)
- 9) Сколько времени разрешается проводить в сети Интернет для учеников 3 класса? (не более 15 минут)
- 10) Почему нельзя трогать чужих собак? (они могут укусить и вызвать бешенство, также на них могут быть блохи, клещи и лишай, которыми вы можете заразиться)
- 11) Почему нельзя подходить близко к змеям? (они могут укусить, также есть ядовитые змеи, при укусе которых может возникнуть смерть, если вовремя не поставить антидот)
- 12) Почему нельзя собирать грибы, название которых вы не знаете или по внешнему виду не можете точно сказать, что это за гриб? (потому что есть ядовитые грибы и поганки, которые могут вызвать отравление)

13) Что необходимо делать, если ты порезался? (необходимо обработать рану и если рана неглубокая, то замотать пластырем)

14) Что необходимо делать, если ты обжёгся, пролив на себя кипяток (небольшое количество), а взрослых рядом нет? (необходимо снять мокрую одежду, если зона ожога под одеждой, и сразу обработать средством против ожогов. Если такого нет, то охладить место ожога под холодной водой, если нет пузырей, то можно использовать крем или мазь с антисептическими свойствами, а поверх накладывают стерильную повязку.)

15) Что нельзя делать при ожогах? (лопать пузыри, смазывать обожжённую кожу маслом или жиром, обрабатывать спиртовыми средствами, прикладывать лёд)

16) Что необходимо делать, когда вы сели в машину? (пристегнуться)

17) Что необходимо делать, когда ты хочешь перейти нерегулированный пешеходный переход? (Посмотреть налево, направо, ещё раз налево, чтобы убедиться в безопасности, что тебя пропускают все машины, только затем пойти, всё ещё следя за обстановкой)

18) Что необходимо сделать, чтобы пересечь регулируемый пешеходный переход на велосипеде? (спешиться, дожидаться зелёный сигнал, пойти)

19) Как вы поступите, если загорелся телевизор, а вы дома без взрослых? (отключить телевизор от питания, позвонить 112 или 01 (101 с сотового) и сообщить о возгорании, постараться потушить огонь самостоятельно – накрыв плотной тканью или одеялом так, чтобы воздух не попадал внутрь, или можно попробовать залить водой заднюю стенку, если возгорание продолжается – немедленно покинуть помещение)

20) Как вы поступите, если почувствуете запах газа, а дома не будет взрослых? (погасить все источники огня или замыкания проводки, проверить плиту, все ли выключатели закрыты, если они были открыты – открыть окна на проветривание и покинуть помещение, если нет, то позвонить в газовую службу (104 с мобильного) или по номеру 112, открыть окна, проверить вентиль на

стояке, если пахнет от соседей – не звонить в звонок – стучать! Вызвать газовую службу и покинуть помещение)

21) Что необходимо делать, если у вас прорвало трубу, а взрослых нет дома? (позвонить родителям или по номеру 112, постараться перекрыть стояк, если это трубы, если это отопление или канализация – необходимо дождаться аварийной службы. Если удалось перекрыть воду и она не горячая желательно собрать воду, чтобы не затопить соседей)

22) Что необходимо делать, если думаешь, что за тобой следует незнакомый человек или группа людей? (позвать кого-нибудь на помощь, зайти в людное место и попросить помощь, если никого рядом нет, то позвонить родителям и громко описать ситуацию и приметы того, кто за тобой идёт. Ни в коем случае не заходить в подъезд, не сворачивать в узкие проходы и арки, не прятаться в укромном месте)

23) Что нужно делать, если в дверь звонит или стучит незнакомый человек, а взрослых нет дома? (не открывать дверь ни при каких обстоятельствах, спросить кто это, позвонить родителям, сообщить им.

Если человек начинает взламывать дверь или ломиться – позвонить в полицию (сотовый 102) или по номеру 112, также можно позвонить соседям, чтобы они помогли. Постараться подпереть дверь комодом)

24) Что необходимо делать, если вы обнаружили бесхозный предмет (сумка, пакет, свёрток)? (не трогать, не вскрывать, не перекладывать обнаруженную находку, отойти на безопасное расстояние, сообщить родителям, проходящим взрослым, сотруднику полиции (сотовый 102 или по номеру телефона 112)

25) Что необходимо делать, если вы заметили людей с оружием? (не привлекать к себе внимание, медленно двигаться в противоположную сторону, если удалось скрыться – звонить в полицию (сотовый 102) или на номер 112, если скрыться не удалось – старайтесь сохранить спокойствие и если далеко от стрелка постараться убежать волнообразной линией, чтобы в вас не попали, если

стрелок близко, то необходимо спрятаться за предметами, которые могут вас защитить или лягте на пол)

26) Что необходимо делать, если вас взяли в заложники? (не паниковать, не привлекать к себе внимание, выполнять требования террористов)

27) Что необходимо делать, если на ваш телефон звонит незнакомый номер? (взять трубку – убедиться, что это не родственники и друзья и немедленно положить трубку, не верить ни в какие розыгрыши, игры, или наоборот блокировку телефона или карт – сбросить звонок, сообщить родителям)

28) Что необходимо делать, если вы зашли на нежелательный сайт и теперь на вашем компьютере вирусы? (сообщить родителям, чтобы они очистили компьютер от вредоносных программ и установили антивирусную программу, попросить их ограничить доступ к нежелательным сайтам, а также больше никогда не заходить на нежелательные сайты, или проходить по непонятным ссылкам)

29) Что необходимо делать, если вам пишут взрослые мужчины или женщины, предлагают прогуляться или поиграть? (сообщить родителям заблокировать данных людей)

30) Что необходимо делать, если вам угрожают в социальных сетях в сети Интернет? (сообщить родителям, заблокировать данные контакты или удалить свою страничку)

## ПРИЛОЖЕНИЕ И



