



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

Колледж ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»

РАЗВИТИЕ ОСНОВ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У
МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ПОСРЕДСТВОМ ДИДАКТИЧЕСКИХ ИГР НА
УРОКАХ ОКРУЖАЮЩЕГО МИРА

Выпускная квалификационная работа
Специальность 44.02.02 Преподавание в начальных классах
Форма обучения очная

Работа рекомендована к защите
« 20 » мая 2025 г.
Заместитель директора по УР
Расщектаева Д.О.

Выполнила:
студентка группы ОФ-318-165-3-1
Зайнулина Полина Ринатовна
Научный руководитель:
преподаватель колледжа
Губарь Екатерина Алексеевна

Челябинск
2025

ОГЛАВЛЕНИЕ

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ ОСНОВ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ.....	8
1. 1 Понятия «здоровье», «здоровый образ жизни», «культура здорового образа жизни» в психолого-педагогической литературе.....	8
1.2 Виды дидактических игр, направленных на развитие здорового образа жизни.....	13
1.3 Особенности использования дидактических игр на уроках окружающего мира.....	26
Выводы по первой главе.....	32
ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКАЯ РАБОТА ПО ПРИМЕНЕНИЮ ДИДАКТИЧЕСКИХ ИГР НА УРОКАХ ОКРУЖАЮЩЕГО МИРА.....	33
2.1 Описание педагогического опыта по проведению диагностики сформированности культуры здорового образа жизни.....	33
2.2. Сборник дидактических игр для уроков окружающего мира.....	38
2.3 Сравнительный анализ констатирующего и контрольного этапов эксперимента.....	44
Выводы по второй главе.....	48
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	50
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК.....	54
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	59

ВВЕДЕНИЕ

Здоровье – это первая и важнейшая потребность человека, определяющая способность его к труду и обеспечивающая гармоническое развитие личности. Оно является важнейшей предпосылкой к познанию окружающего мира, к самоутверждению и счастью человека.

В современном обществе возрастает потребность в развитии здоровых учеников. Формирование здорового образа жизни у младших школьников является важной задачей образования. Урок окружающего мира предоставляет возможности для системной работы по формированию здорового образа жизни. Игровые технологии могут быть эффективным средством для достижения этой цели.

Актуальность проблемы развития основ культуры здорового образа жизни младших школьников через дидактические игры на уроках окружающего мира обусловлена ростом потребности в здоровых учениках в современном образовании. Уроки окружающего мира предоставляют возможности для системной и грамотной организации работы по формированию здорового образа жизни, и дидактические игры могут быть эффективным инструментом для этого.

Тема исследования: «Развитие основ культуры здорового образа жизни у младших школьников посредством дидактических игр на уроках окружающего мира».

Цель исследования – изучение теоретических и практических аспектов проблемы развития основ культуры здорового образа жизни у младших школьников посредством применения дидактических игр.

Объект исследования – процесс развития основ культуры здорового образа жизни у младших школьников.

Предмет исследования – дидактические игры на уроках окружающего мира как средство развития основ культуры здорового образа жизни у младших школьников.

В соответствии с предметом, целью исследования были поставлены следующие задачи:

1. Проанализировать понятия «здоровье», «здоровый образ жизни», «культура здорового образа жизни» в психолого-педагогической литературе;
2. Рассмотреть виды дидактических игр, направленных на развитие здорового образа жизни младших школьников;
3. Изучить особенности использования дидактических игр на уроках окружающего мира;
4. Описать педагогический опыт по проведению диагностики сформированности культуры здорового образа жизни;
5. Разработать сборник дидактических игр для уроков окружающего мира;
6. Провести сравнительный анализ констатирующего и контрольного этапов эксперимента.

На основе поставленных цели и задач нами сформулирована гипотеза: если внедрить в процесс обучения дидактические игры, то уровень развития основ культуры здорового образа жизни у младших школьников может измениться в динамике в лучшую сторону.

Для решения задач мною были использованы следующие методы исследования:

- 1) теоретические (теоретический анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования);
- 2) эмпирические (анкетирование).

Практическая значимость этой работы заключается в возможности использования разработанных дидактических игр для формирования культуры здоровья младших школьников на уроках окружающего мира. Игры способствуют развитию представлений о здоровье, формированию ценностного отношения к нему, а также развитию навыков здорового образа жизни.

Экспериментальная база исследования: Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Кундравинская средняя общеобразовательная школа имени Героя Советского Союза Зернина С.М».

В теоретической части будут подробно изучены понятия «здоровье», «здоровый образ жизни», «культура», виды дидактических игр и особенности их использования.

Во второй части исследования будут представлены результаты проведенной нами работы.

Структура работы состоит из введения, двух глав, выводов по главам, заключения, библиографического списка и приложения.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ ОСНОВ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

1. 1 Понятия «здоровье», «здоровый образ жизни», «культура здорового образа жизни» в психолого-педагогической литературе

Активная долгая жизнь – это важное слагаемое человеческого фактора. Человек – сам творец своего здоровья, за которое надо бороться. С раннего возраста необходимо вести активный образ жизни, закаливаться, заниматься физкультурой и спортом, соблюдать правила личной гигиены, – словом, добиваться разумными путями подлинной гармонии здоровья.

Здоровый образ жизни (ЗОЖ) – это образ жизни, основанный на принципах нравственности, рационально организованный, активный, трудовой, закаливающий и, в то же время, защищающий от неблагоприятных воздействий окружающей среды, позволяющий до глубокой старости сохранять нравственное, психическое и физическое здоровье.

Развитие здорового образа жизни должно происходить непрерывно и целенаправленно. Особенно актуальна эта проблема в начальной школе, что связано с кардинальными изменениями в привычном укладе жизни ребёнка, освоением им новой социальной роли «ученик». Именно в младшем школьном и возрасте закладывается фундамент здоровья и привычки к ведению здорового образа жизни, взрослого человека. Стандарт нового поколения обеспечивает развитие знаний, установок, ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение, укрепление здоровья, заинтересованного отношения к своему здоровью, знание негативных факторов риска здоровья и т.д.

Проблема здоровья детей сегодня актуальна. Здоровье является потребностью человека, общества и государства в здоровьесберегающем образовании.

Улучшение состояния здоровья нового поколения – важнейшая задача современности, в комплексном решении которой невозможно обойтись без общеобразовательной школы. Учителям совместно с родителями, медицинскими работниками, психологами и общественностью необходимо так организовать школьную деятельность, чтобы обучающиеся повышали свой уровень здоровья и оканчивали школу здоровыми. Вместе с тем, школа обязана сформировать у ребенка потребность быть здоровым, вести здоровый образ жизни. Для этого педагогам необходимо иметь четкие представления о сущности понятий «здоровье» и «здоровый образ жизни», которые широко используются в системе понятий современного образования. Однозначного и всеобъемлющего определения понятия здоровья нет. Г.И. Царегородцев считает, что «здоровье – это гармоническое течение различных обменных процессов между организмом и окружающей средой, результатом которого является согласованный обмен веществ внутри самого организма» [30].

«Здоровье—это такое состояние организма, при котором он биологически полноценен, трудоспособен, функции всех его составляющих и систем уравновешены, отсутствуют болезненные проявления. Основным признаком здоровья является уровень адаптации организма к условиям внешней среды, физическим и психоэмоциональным нагрузкам», – В.И. Дубровский [11].

По определению Всемирной организации здравоохранения «здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов» [10].

В обобщённом виде здоровье можно определить, как способность человека приспосабливаться к окружающей среде и своим собственным возможностям, противостоять внешним и внутренним возмущениям, болезням и повреждениям, сохранить себя, расширить свои возможности,

увеличить деятельность полноценной жизнедеятельности, т.е. обеспечить своё благополучие.

Под «культурой здорового образа жизни ребенка» понимается совокупность трёх компонентов:

- 1) знаний о здоровье и умений его оберегать, поддерживать и сохранять;
- 2) осознанного отношения к здоровью и жизни человека;
- 3) валеологической компетентности, позволяющей ребёнку самостоятельно и эффективно решать задачи ЗОЖ и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи.

Культура здорового образа жизни – понятие комплексное, которое включает в том числе теоретические знания о факторах, благоприятствующих здоровью, а также грамотное применение в повседневной жизни принципов сохранения здоровья. Под культурой здоровья понимается совокупность ценностного отношения ребенка к здоровью, его сохранению и укреплению на уровне себя, других и общества в целом; лично и социально значимых способом (умений и навыков) деятельности, направленных на обретение физического, психического и социального благополучия [19].

Культура здоровья – это не только информированность в области здоровье сбережения, достигаемая в процессе обучения, но и практическое воплощение потребности вести здоровый образ жизни, заботиться о собственном здоровье и здоровье окружающих [25].

Здоровый образ жизни – это индивидуальная система поведения человека, обеспечивающая ему физическое, душевное и социальное благополучие в реальной окружающей среде (природной, техногенной и социальной) и активное долголетие» [3].

Здоровый образ жизни создаёт наилучшие условия для нормального течения физиологических и психических процессов, что снижает вероятность

различных заболеваний и увеличивает продолжительность жизни человека. Для сохранения и укрепления своего здоровья каждый человек создаёт свой образ жизни, свою индивидуальную систему поведения, которая наилучшим образом обеспечивает ему достижение физического, душевного и социального благополучия.

Младший школьный возраст является наиболее благоприятным для формирования здорового образа жизни. Педагогическая задача состоит не в том, чтобы дать ребенку поток неосознанной информации, она состоит в том, чтобы дать ребенку осмыслить составляющие компоненты здорового образа жизни. Ведь здоровый образ жизни – это не просто сумма усвоенных знаний, а стиль жизни, адекватное поведение в различных ситуациях, поэтому главной задачей является развитие у них самостоятельности и ответственности. Все, чему учат детей в школе, они должны применять в реальной жизни. Особое внимание следует уделять следующим видам ЗОЖ: [16].

1. Физическая активность.
2. Рациональное питание.
3. Личная гигиена.
4. Режим дня [27]

Младший школьный возраст является одним из наиболее ответственных периодов жизни человека в формировании личности. Известно, что 40 % психических и физиологических заболеваний взрослых закладываются в детском возрасте. Именно поэтому школьное воспитание должно формировать уровень здоровья ребенка и фундамент физической культуры будущего взрослого человека.

Для младших школьников соблюдение режима дня имеет особое значение. Основными компонентами режима являются следующие: сон, пребывание на свежем воздухе (прогулки, подвижные игры, занятия физкультурой и спортом), учебная деятельность в школе и дома, отдых по собственному выбору (свободное время), прием пищи, личная гигиена.

Младший школьный возраст – это период, когда у ребенка особенно выражена потребность в двигательной активности. Двигательные умения и навыки имеют большую образовательную ценность, поскольку основой их является творческое мышление. Большую роль в формировании ЗОЖ играет рациональность питания младшего школьника. В основе рационального питания лежат 5 принципов: регулярность, разнообразие, адекватность, безопасность и удовольствие [18, 29].

В силу своих возрастных особенностей младший школьник испытывает большое доверие к взрослым. Для ребенка слова учителя, его поступки, оценки имеют огромное значение. Именно педагог не только словами, но и всем своим поведением, своей личностью формирует устойчивые представления ребенка об окружающей его действительности. Необходимо стремиться к тому, чтобы весь уклад жизни младшего школьника был наполнен множеством примеров ЗОЖ [14].

Одним из важных факторов в развитии ЗОЖ младших школьников являются сформированные у них представления и понятия, расширяющие знания детей о человеке, его здоровье, здоровом образе жизни.

Формы и методы формирования знаний о здоровом образе жизни у младших школьников.

Одним из возможных решений проблемы ухудшения здоровья младших школьников является формирование у них знаний о здоровом образе жизни. Знания о здоровом образе жизни формируются в ходе уроков и во внеклассной деятельности: «урокам здоровья», практическим занятиям, беседам. В ходе развития представлений о здоровом образе жизни предпочтение лучше отдать простым методам и приемам, чтению, рисованию, наблюдению за природой, уходу за растениями, играм [12].

Таким образом, ведущими факторами, формирующими здоровый образ жизни и способствующими укреплению здоровья обучающихся, являются рационально организованный режим дня, сбалансированное питание, оптимальный двигательный режим, занятия по физической культуре на

открытом воздухе, закаливающие процедуры, соответствующие возрасту ребенка, регулярное качественное медицинское обслуживание, благоприятные гигиенические и санитарно-бытовые условия, а также пример семьи и педагогов. Одним из важных факторов в развитии ЗОЖ младших школьников являются сформированные у них знания и понятия, расширяющие знания детей о человеке, его здоровье, здоровом образе жизни.

1.2 Виды дидактических игр, направленных на развитие здорового образа жизни

Дидактические игры – это вид учебных занятий, организуемых в виде учебных игр, реализующих ряд принципов игрового, активного обучения и отличающихся наличием правил, фиксированной структуры игровой деятельности и системы оценивания, один из методов активного обучения. Каждый период жизни и развития ребенка характеризуется определенным ведущим видом деятельности. Под ведущей понимается та деятельность, в процессе которой происходит качественное изменение психики детей, формирование основных психических процессов и свойств личности, появляются психические новообразования, характерные именно для данного возраста.

Сущность игры как одного из основных видов деятельности ребенка заключается в том, что дети отражают в ней различные стороны жизни, особенности взаимоотношения взрослых, уточняют свои знания об окружающей действительности.

Игра – средство познания действительности. Она рассматривается как:

- 1) особое отношение личности к окружающему миру;
- 2) особая деятельность ребенка, которая изменяется и развертывается как его субъективная деятельность;
- 3) социально заданный ребенку и усвоенный им вид деятельности;
- 4) особое содержание усвоения;
- 5) деятельность, в ходе которой происходит развитие психики ребенка;

б) социально-педагогическая форма организации детской жизни и детского общества [1].

Ведущим видом деятельности в младшем школьном возрасте является учебная деятельность, но игра продолжает оказывать большое влияние на развитие познавательных процессов, свойств и состояний личности обучающиеся, поэтому она является одним из эффективных методов обучения в 1 классе и приемом работы в последующих классах.

Дидактические игры хорошо уживаются с «серьезным» учением. Включение в урок дидактических игр и игровых моментов делает процесс обучения интересным и занимательным, создает у школьников бодрое рабочее настроение, облегчает преодоление трудностей в усвоении учебного материала. Разнообразные игровые действия, при помощи которых решается та или иная умственная задача, поддерживают и усиливают интерес детей к учебному предмету. Игра должна рассматриваться как могущественный, незаменимый рычаг умственного развития ребенка, как вид деятельности, организуемый в процессе обучения с целью развития познавательных интересов.

В практике работы школы иногда смешивают дидактическую игру и упражнение. По всей вероятности, это происходит из-за общности учебных задач, которые решаются данными методиками. При этом упускается из виду тот факт, что дидактическая игра, кроме познавательных задач, имеет собственно игровые задачи, через реализацию которых и достигается основная цель обучения.

Использование дидактических игр в качестве средств обучения младших школьников определяется рядом причин:

1) игровая деятельность как ведущая в дошкольном детстве еще не потеряла своего значения в младшем школьном возрасте, поэтому опора на игровую деятельность, игровые формы и приемы – это наиболее адекватный путь включения школьников в учебную работу;

2) освоение учебной деятельности, включение в нее первоклассников идет медленно;

3) наличие возрастных особенностей обучающихся, связанных с недостаточной устойчивостью и произвольностью внимания, преимущественно произвольным развитием памяти, преобладанием наглядно-образного типа мышления и влияние дидактических игр на развитие у обучающихся этих психических процессов;

4) недостаточная сформированность познавательной мотивации, несоответствие мотивов и содержания учебной деятельности, сложности адаптации при поступлении в школу.

Дидактическая игра во многом способствует преодолению указанных трудностей.

Выделяются следующие структурные составляющие дидактической игры: дидактическая задача, игровая задача, игровые действия, правила игры, подведение итогов, результат.

Дидактическая задача определяется целью обучения и воспитательного воздействия. Она формулируется педагогом и отображает его обучающую деятельность. Так, например, в ряде дидактических игр в соответствии с программными задачами соответствующих учебных предметов закрепляется умение составлять из букв слова, отрабатываются навыки счета.

Дидактическая игра, кроме познавательных задач, имеет собственно игровые задачи, через реализацию которых и достигается основная цель обучения. Игровая задача осуществляется детьми. Она определяет игровые действия, становится задачей самого ребенка. Так, в игре «Домино» игровой задачей будет правильная постановка фишек, образующих целое слово: в игре «Часы» – установка часовой и минутной стрелок на слоговых структурах, образующих слова. Учебной задачей в обеих играх является закрепление представлений о слоговой структуре слов, формирование навыка узнавания слогов «в лицо».

Игровые действия – это основа игры. Чем разнообразнее игровые действия, тем интереснее сама игра и тем успешнее решаются познавательные и игровые задачи. В разных играх игровые действия различны по их направленности и отношению к играющим. Это, например, ролевые действия, отгадывания загадок, пространственные преобразования и т.д. Они связаны с игровым замыслом и исходят из него. Игровые действия являются средствами реализации игрового замысла, но включают и действия, направленные на выполнение дидактической задачи.

Содержание и направленность правил игры обусловлены общими задачами формирования личности ученика, познавательным содержанием, игровыми задачами и игровыми действиями. В дидактической игре правила являются заданными. С помощью правил педагог управляет игрой, процессами познавательной деятельности и поведением обучающихся. Правила влияют и на решение дидактической задачи: незаметно ограничивают действия школьников, направляют их внимание на выполнение конкретной задачи учебного предмета.

Подведение итогов осуществляется сразу по окончании игры. Это может быть подсчет очков, выявление учеников, которые лучше выполнили игровое задание, определение команды-победительницы и т.д. При этом необходимо отметить достижения каждого учащегося, подчеркнуть успехи отстающих детей.

При проведении игр необходимо сохранить все структурные элементы, так как именно с их помощью решаются дидактические задачи.

Для организации и проведения дидактической игры необходимы следующие условия:

- наличие у учителя определенных знаний о дидактических играх, умений для их проведения;
- выразительность проведения игры;
- включение педагога в игру;
- оптимальное сочетание занимательности и обучения;

– средства и способы следует рассматривать как не самоцель, а как путь, ведущий к выполнению дидактических задач;

– используемая в дидактической игре наглядность должна быть простой, доступной и емкой.

Педагогу важно продумать поэтапное распределение дидактических игр на уроке. В начале урока игры проводятся с целью организации стимулирования активности обучающихся, в середине – усвоения темы, игры в конце урока могут носить поисковый характер. На любом этапе урока игры должны отвечать следующим требованиям: быть интересными, доступными, увлекательными, включать учеников в разные виды деятельности. Следовательно, игры могут быть проведены на любом этапе урока, а также на уроках разного типа.

Основная сущность дидактических игр определена их названием: это игры обучающие. Значение дидактических игр реализуется через игровую задачу, игровые действия, правила.

Отличительной особенностью дидактических игр является возможность обучать детей посредством активной интересной для них деятельности.

Так как в младшем школьном возрасте ведущий вид деятельности игровой, а также младшие школьники имеют повышенную физиологическую подвижность детского организма, имеющую тенденцию к снижению на 50 %, то у ребенка, пришедшего в школу, эффективно использование в начальной школе дидактических подвижных игр, основанных на движениях, но включающих в свое содержание материал и информацию по ЗОЖ. Использование в обучении и воспитании младших школьников дидактических подвижных игр является одним из многочисленных путей формирования ЗОЖ ребенка, пришедшего в школу.

Эти игры могут применяться на уроках физической культуры, с целью закрепления знаний ЗОЖ с параллельным овладением двигательными умениями и навыками, а также на уроках по другим общеобразовательным

предметам, с целью формирования умений и навыков верного применения упражнений либо других действий из области ЗОЖ.

В настоящее время четко осознается ответственность общества за воспитание подрастающего поколения. Преобразование общеобразовательной школы нацеливает на использование всех возможностей, ресурсов для повышения эффективности учебно-воспитательного процесса. Далеко не все педагогические ресурсы используются в сфере воспитания и развития ребенка. К таким мало используемым средствам воспитания относится игра. Ее основными структурными элементами являются:

- моделируемый объект учебной деятельности;
- совместная деятельность участников игры;
- правила игры;
- принятие решения в изменяющихся условиях;
- эффективность применяемого решения.

Игровая деятельность обладает важным свойством: в ней познавательная деятельность учеников представляет собой самодвижение, поскольку информация не поступает извне, а является внутренним продуктом, результатом самой деятельности [3].

Игра – это один из тех видов деятельности, который используется взрослыми в целях воспитания школьников, при обучении их различным действиям с предметами, способам и средствам общения. В игре ребёнок развивается как личность, у него формируется те стороны психики, от которых впоследствии будут зависеть успешность его учебной и трудовой деятельности, его отношения с людьми [8].

Главное отличие игры от другой деятельности заключается в том, что ее предмет – сама человеческая деятельность.

В дидактической игре основным типом деятельности является учебная деятельность, которая вплетается в игровую и приобретает черты совместной игровой учебной деятельности.

По мнению Н.К. Крупской, игра может формировать высокие нравственные качества у детей, а может подавлять их. «Есть игры, вырабатывающие жесткость, грубость, разжигающие национальную ненависть, плохо действующие на нервную систему, вызывающие азарт, тщеславие. И есть игры, имеющие громадное воспитательное значение, укрепляющие волю, воспитывающие чувство справедливости, умения помогать в беде и т.п.» [9].

Б.Г. Закаблукровский утверждает следующее: «Не случайно в играх, не контролируемых взрослыми, появляются «законы» детского сообщества, выражающие негативные, антисоциальные нормы, которые впоследствии приходится искоренять. Нередко игровая деятельность требует огромной педагогической организации, поскольку стихийные игры не всегда оказывают положительное влияние на развитие ребенка. Поэтому однозначного отношения руководителя детского объединения к воспитательному потенциалу игры не должно быть» [10].

По мнению П.И. Пидкасистого, дидактическая игра – это активная учебная деятельность по имитационному моделированию изучаемых систем, явлений, процессов; коллективная, целенаправленная, учебная деятельность, когда каждый участник и команда в целом объединены решением главной задачи и ориентируют свое поведение на выигрыш [3].

Дидактическая игра является игровой формой обучения, в которой одновременно действуют два начала: учебное, познавательное и игровое, занимательное. Это обусловлено потребностью смягчения перехода от одной ведущей деятельности к другой, а также тем, что дети в процессе игры легче усваивают знания, получают представление об окружающем мире. В отличие от учебных занятий, в дидактической игре учебные, познавательные задачи ставятся не прямо, когда педагог объясняет, учит, а косвенно, учащиеся овладевают знаниями играя.

Обучающая задача в таких играх как бы замаскирована на первом плане для играющего, мотивом ее выполнения становится естественное

стремление ребенка играть, выполнять определенные игровые действия. Дидактическая игра весьма сложна для руководства.

Чтобы она не превратилась в учебное занятие, в ней должны присутствовать структурные элементы:

- обучающая задача;
- игровое действие или игровой элемент;
- правила игры.

Иногда выделяют еще содержание игры и ее окончание (заключение). Игра выступает и как средство всестороннего (умственного, нравственного, трудового, эстетического, физического) воспитания личности ребенка.

Дидактические игры создаются взрослыми в целях воспитания и обучения детей. Но для играющих детей воспитательно-образовательное значение дидактической игры не выступает открыто, а реализуется через игровую задачу, игровые действия и правила. Эти игры способствуют развитию познавательной деятельности, интеллектуальных операций, представляющих собой основу обучения. Для них характерно наличие задачи учебного характера – обучающей задачи. Успех в решении дидактической задачи достигается путем использования разнообразных игровых действий, как правило, одним из них является соревнование. Желание детей достигнуть игровой цели, выиграть, заставляет лучше воспринимать окружающее, наблюдать, обследовать предметы, сравнивать их, подмечать незначительные различия и их признак (цвет, форма, величина), подбирать и группировать предметы по общим признакам[15].

Обязательное выполнение правил требует от детей совместных или последовательных действий, сосредоточенности, самостоятельности. В дидактической игре обучение тесно связано с задачами воспитания, когда совместно с усвоением знаний создаются условия для воспитания у ребят дружеских взаимоотношений, дисциплинированности, выдержки. Игра помогает сделать любой учебный материал увлекательным, вызывает у

учеников глубокое удовлетворение, создает радостное рабочее настроение, облегчает процесс усвоения знаний.

Дидактическая игра – это самостоятельный вид развивающей деятельности, в которой осознается окружающий мир, открывается широкий простор для проявления активности, личного творчества, самовыражения, самопознания, самораскрытия с опорой на разум, главная сфера общения детей. В них развивается настойчивость, стремление к успеху, совершенствуется мышление, память. Эти игры заставляют думать, предоставляют ученику возможность проверять и развивать свои способности. Игра помогает учителю найти общий язык с детьми, а детям постичь знания без стрессов и с интересом. Сущность игры заключается в том, что дети решают умственные задачи, предложенные им в занимательной игровой форме, сами находят решения, преодолевая при этом определенные трудности. В процессе игры дети активизируют свое внимание, память, мышление. Элемент соревнования добавляет интереса к игре.

Кроме учебного компонента, в процессе игры реализуются и здоровьесберегающие технологии. Постоянная смена деятельности (формы работы) способствуют снятию как физической, так и моральной нагрузки, ребенок больше двигается, чаще переключает внимание, кроме того, игра дает прекрасную возможность показать свои способности даже самым слабым учащимся, ввиду различных способов деятельности, каждый ребенок может выбрать себе задание по уровню. Таким образом, в процессе игры решается много учебных задач, а также задач по сохранению физического и психического здоровья[17].

Игра создает положительный эмоциональный подъем, вызывает хорошее самочувствие и, вместе с тем, требует определенного напряжения нервной системы. Двигательная активность детей во время игры развивает мозг ребенка. В работе с детьми школьного возраста основным содержанием дидактических игр является усвоение детьми культурно-гигиенических навыков, культуры поведения. Самоназвание игр акцентирует внимание на

том, чтобы дети, играя, усваивали культурно-гигиенические навыки, нормы поведения, чтобы у них развивались положительные игровые взаимоотношения.

Наблюдая за поведением детей в играх, мы можем открыть ребенка через его поступки. В проведении уроков с использованием игровых технологий (урок-игра, урок-соревнование, урок-КВН, урок-аукцион, урок-конкурс, урок-экскурсия, уроки творчества, урок-путешествие и т.д.) немаловажное значение отводится задаче здоровьесбережения. Правильная организация урока оказывает большое влияние на функциональное состояние организма детей и, как следствие, на работоспособность.

Большое значение имеет правильное построение урока, подразумевающее оптимальное чередование различных видов занятий, неодинаковых по продолжительности, сложности, утомляемости. К началу четвертого урока скорость и точность работы значительно снижаются по сравнению с началом первого урока. Падение работоспособности особенно заметно к концу недели. Структура урока оказывает большое влияние на функциональное состояние организма детей, на их работоспособность. Она должна быть гибкой, а виды деятельности разнообразными.

Проблема здоровья детей актуальна сегодня как никогда. Именно учитель в состоянии сделать для здоровья современного ученика больше, чем врач. Обучение детей в школе не должно наносить ущерб здоровью школьников. Используемые учителем игры должны способствовать здоровью тела не менее, чем оживлению духа, не должны грозить опасностью для жизни, здоровья обучающихся. Лишь в этом случае игра способствует развитию здоровья, становится отдыхом для ума, подготовкой для жизненной деятельности или тем и другим одновременно.

Формирование культуры здорового образа жизни является главным рычагом первичной профилактики в укреплении здоровья населения через изменение стиля и уклада жизни, его оздоровление с использованием гигиенических знаний в борьбе с вредными привычками, гиподинамией и

преодолением неблагоприятных сторон, связанных с жизненными ситуациями.

Зачастую у детей отсутствует заинтересованность в занятиях оздоровительного характера.

Это связано с тем, что, во-первых, рекомендации по здоровому образу жизни насаждаются детям чаще всего в назидательной категорической форме и не вызывают у них положительных эмоциональных реакций, а во-вторых, сами взрослые редко придерживаются указанных правил в повседневной жизни, и дети хорошо это видят. Кроме того, выполнение необходимых правил здорового образа жизни требует от человека значительных волевых усилий, что крайне затруднительно для обучающихся, имеющего недостаточно сформированную эмоционально-волевою сферу.

Исходя из этого, развитие ЗОЖ должны быть систематическими и комплексными, вызывать у ребенка положительные эмоциональные реакции, содержать элементы дидактической игры и двигательные упражнения.

Огромная роль в развитии и воспитании ребенка принадлежит игре – важнейшему виду деятельности. Она является эффективным средством формирования личности ребенка, его морально-волевых качеств, в игре реализуются потребность воздействия на мир. Игра вызывает существенное изменение в его психике. Известнейший в нашей стране педагог А.С. Макаренко так характеризовал роль детских игр: «Игра имеет важное значение в жизни ребенка, имеет тоже значение, какое у взрослого имеет деятельность работа, служба. Каков ребенок в игре, таким во многом он будет в работе. Поэтому воспитание будущего деятеля происходит, прежде всего, в игре...». Вопрос о природе и сущности игры волновал и до сих пор продолжает привлекать внимание многих исследователей, таких как П.Я. Гальперин, В.Л. Данилова, А.В. Запорожец, Д.Б. Эльконин.

Советский педагог В.А. Сухомлинский подчеркивал, что «игра – это огромное светлое окно, через которое в духовный мир ребенка вливается

живительный поток представлений, понятий об окружающем мире. Игра – это искра, зажигающая огонек пытливости и любознательности». Воспитательное значение игры во многом зависит от профессионального мастерства педагога, от знания им психологии ребенка, учета его возрастных и индивидуальных особенностей, от правильного методического руководства взаимоотношениями детей, от четкой организации и проведения всевозможных игр.

В подготовку к проведению дидактической игры входят:

- отбор игры в соответствии с задачами воспитания и обучения;
- углубление и обобщение знаний, развитие сенсорных способностей, активизация психических процессов (память, внимание, мышление, речь) и др.;
- установление соответствия отобранной игры программным требованиям воспитания и обучения детей определенной возрастной группы;
- определение наиболее удобного времени проведения дидактической игры;
- определение количества играющих (весь класс, небольшие подгруппы, индивидуально);
- подготовка необходимого дидактического материала для выбранной игры (игрушки, разные предметы, картинки, природный материал);
- подготовка самого педагога: он должен изучить и осмыслить весь ход игры, свое место в игре, методы руководства игрой.

Проведение дидактических игр включает:

- ознакомление детей с содержанием игры, с дидактическим материалом, который будет использован в игре;
- объяснение хода и правил игры. При этом учитель обращает внимание на поведение детей в соответствии с правилами игры, на четкое выполнение правил (что они запрещают, разрешают, предписывают);
- показ игровых действий, в процессе которого воспитатель учит детей правильно выполнять действие, доказывая, что в противном случае игра не

приведет к нужному результату (например, кто-то из ребят подсматривает, когда надо закрыть глаза);

– определение роли педагога в игре, его участие в качестве играющего, болельщика или арбитра. Его непосредственное участие в игре определяется возрастом детей, уровнем их подготовки, сложностью дидактической задачи, игровых правил. Участвуя в игре, педагог направляет действия играющих (советом, вопросом, напоминанием);

– подведение итогов игры – это ответственный момент в руководстве ею, так как по результатам, которых дети добиваются в игре, можно судить об ее эффективности, о том, будет ли она интересна для самостоятельной игровой деятельности ребят. При подведении итогов педагог подчеркивает, что путь к победе возможен только через преодоление трудностей, внимание и дисциплинированность.

Примеры дидактических игр для развития здорового образа жизни на уроках окружающего мира у младших школьников:

1. «Соревнование: Кто быстрее выложит ряд»: обучающиеся выкладывают последовательность карточек, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни.

2. «Продолжи ряд»: педагог начинает выкладывать последовательность, а ребёнок продолжает.

3. «Исправь ошибку»: педагог выкладывает всю последовательность карточек, нарушив её в одном или нескольких местах, дети находят и исправляют ошибки.

4. «Что такое хорошо и что такое плохо»: обучающиеся играют в лото, показывая и сопровождая свои действия объяснениями о правильном и неправильном отношении к здоровью.

5. «Утро начинается...»: дети выбирают картинки времени суток и называют соответствующие виды деятельности, которые нужно проводить утром, днём, вечером и ночью.

6. «Здоровье с комнатными растениями»: обучающиеся выбирают из ряда картинок картинки с изображением комнатных растений, называют их и перечисляют полезные свойства.

7. «Узнай и назови овощи»: обучающиеся закрепляют названия фруктов и овощей, учатся их узнавать по описанию воспитателя.

8. «Полезные и вредные продукты»: обучающиеся систематизируют представления о вредных и полезных продуктах, учатся их дифференцировать и заботиться о своём здоровье.

Главным результатом использования дидактических игр на уроках окружающего мира считается осознание детьми того, что здоровье прежде всего зависит от самого человека и его отношения к своему организму.

1.3 Особенности использования дидактических игр на уроках окружающего мира

Образовательный процесс ребенка играет большую роль в формировании его поведения. Для позитивного эффекта необходимо создание в процессе обучения комфортной, безопасной, а главное социально адаптированной и личностно ориентированной среды, которая позволит младшему школьнику приобрести правильное, позитивное отношение к своему здоровью [19].

Одной из важных задач школы является такая организация учебного процесса, в которой в полной мере будет осуществляться охрана здоровья обучающихся. Одним из решений данной задачи могут являться включенные в образовательную деятельность дидактические игры. На этапе начальной школы используется такой тип дидактических игр, который способствует формированию мотивации к обучению, а главное является мощным средством для снижения напряженности, которая может возникать на уроках. Особенно важно применение такой формы работы в период адаптации младших школьников, когда дети наиболее подвержены различным стрессовым факторам.

Дидактическая игра – эффективная форма проведения уроков в начальной школе, т.к. в процессе ее осуществления ребенок увлечен, а знания, которые интересно добывать усваиваются гораздо легче [23].

Дидактическая игра – это средство обучения и воспитания, воздействующее на эмоциональную, интеллектуальную сферу детей, стимулирующая их деятельность, в процессе которой формируется самостоятельность принятия решений, усваиваются и закрепляются полученные знания, вырабатываются умения и навыки кооперации, а также формируются социально значимые черты личности.

По мнению В.Н. Кругликова, дидактические игры – это вид учебных занятий, организуемых в виде учебных игр, реализующих ряд принципов игрового, активного обучения и отличающихся наличием правил, фиксированной структуры игровой деятельности и системы оценивания, один из методов активного обучения [31].

Дидактическая игра – одна из форм обучающего воздействия взрослого на ребенка, и в то же время – основной вид деятельности детей. Она позволяет обеспечить необходимое количество повторения материала в интересной форме, что способствует развитию памяти детей.

Организации уроков с использованием дидактических игр должна происходить с учетом ряда педагогических принципов:

- 1) опора на уже имеющиеся у детей знания;
- 2) дидактическая задача должна быть достаточно трудна и в то же время доступна детям;
- 3) необходимо поддерживать интерес и разнообразие игрового действия;
- 4) важно постепенно усложнять дидактическую задачу и игровые действия;
- 5) необходимо конкретно и четко объяснять правила игры.

Из выше приведенных определений «дидактической игры», мы можем дать свое определение «дидактическая игра по развитию основ культуры здоровья младшего школьника».

Дидактическая игра по развитию культуры здоровья младшего школьника – вид учебных занятий, организуемый в виде учебных игр, направленный на поддержание здоровья младшего школьника и использующийся как средство обучения и воспитания в начальной школе.

При включении в урок дидактических игр следует учитывать некоторые психолого-педагогические особенности организации данного вида деятельности:

1. Проводимая учителем игра должна происходить в благоприятной, дружественной атмосфере. Действия обучающихся должны одобряться и поощряться.

2. Детям необходимо быть уверенными в том, что стоящая перед ними задача является выполнимой. Материал для игры должен быть посильным каждому школьнику, вовлеченному в игру.

3. Учителю необходимо хорошо продумать и подготовить игру. Если для ее осуществления требуется представление наглядного материала, то ни в коем случае нельзя им пренебрегать.

4. При разделении класса на группы для игры, необходимо равное распределение сил. Так, в каждой команде должны быть как «сильные», так и «слабые» дети, и человек, который сможет грамотно распределить среди них обязанности, т.е. лидер.

В процессе игр учитель должен постепенно воспитывать ведущих из числа лидеров, а в простых играх предлагать роль ведущего поочередно разным обучающимся. Не смотря на видимый положительный эффект от данного вида работы, не стоит им злоупотреблять. Необходим последовательный переход от уроков, насыщенных игровыми ситуациями, к урокам, где игра является поощрением за работу на уроке или используется для активизации внимания: веселые шутки-минутки, игры-путешествия в

страну чисел или страну знаний. Наиболее распространена дидактическая игра на уроках в первом классе. Это связано с тем, что до этого времени ведущей деятельностью ребенка в детском садике была игра, а в школе эта деятельность сменяется учебной.

Именно дидактическая игра на данном этапе обучения позволяет осуществить наименее безболезненный переход детей от одной ведущей деятельности к другой. В ситуации увлекательной дидактической игры дети более успешно усваивают знания, чем в процессе учебных занятий, вдобавок, данная форма работы позволяет призвать к деятельности каждого ребенка, даже застенчивого и робкого.

В младшем школьном возрасте преобладает наглядно-образное мышление. Поэтому, при проведении дидактических игр не стоит забывать о наглядных пособиях и раздаточном материале. Это не только улучшит понимание преподаваемого материала, но и способствует заинтересованности в деятельности. При этом, не стоит забывать, что бывают ситуации, когда ребенок не хочет принимать участия в игре. В таком случае ни в коем случае не стоит принуждать школьника, т.к. это принесет никакого положительного эффекта.

Во время игры учителю нужно соблюдать строгий баланс между тем, чтобы обучающиеся проявляли достаточную самостоятельность и тем, чтобы не взвалить на них чрезмерно большую ответственность.

Взаимодействие в коллективе должно быть организовано таким образом, чтобы каждый участник мог проявить себя, сам следил за соблюдением игровых правил и был заинтересован в результате всей команды.

Время, отведенное на проведение таких игр, не должно превышать двадцати минут. Это связано с тем, что при увеличении данного временного промежутка, у обучающихся может наблюдаться снижение умственной активности и падение интереса к поставленной задаче.

Не менее важен учет индивидуальных особенностей детей при подготовке и проведении игры. Учителю необходимо варьировать задания между разными по способностям детьми.

Особенный подход необходим к тем детям, которым свойственны такие качества, как робость и замкнутость, т.к. даже при знании правильного ответа, эти дети могут молчать, стесняясь ответить.

В данном случае необходимо чаще привлекать таких детей к работе, поощряя даже незначительные их удачи, что будет способствовать выработке у них уверенности в выступлении перед коллективом. Дидактические игры особенно необходимы в воспитании и обучении детей шестилетнего возраста. В них удастся сконцентрировать внешне даже самых инертных детей. Вначале дети проявляют интерес только к игре, а затем и к тому учебному материалу, без которого участие в игре невозможно.

Как показывают наблюдения за детьми шестилетнего возраста, наибольших успехов достигают те учителя, которые отводят на игру третью часть урока.

Недооценка или переоценка игры отрицательно сказывается на учебно-воспитательном процессе. При недостаточном использовании игры снижается активность обучающихся на уроке, ослабляется интерес к обучению, при ее чрезмерном использовании ученики с трудом переключаются на обучение в неигровых условиях. Игра оказывает благоприятный эффект только тогда, когда содействует лучшему осмыслению сути вопроса.

Дидактические игры способствуют формированию у детей коммуникативных универсальных учебных действий, т.к. во время их проведения, общение между детьми носит более непринужденный характер. Практика показывает, что занимательный материал применяется на разных этапах усвоения знаний: на этапах объяснения нового материала, его закрепления, повторения, контроля.

Использование дидактических игр оправдано только тогда, когда они тесно связаны с темой урока, сбалансировано сочетаются с учебным материалом, соответствующим дидактическим целям урока.

В практике начальной школы имеется опыт использования игр на этапе повторения и закрепления изученного материала и крайне редко применяются игры для получения новых знаний. Это связано с тем, что использование дидактических игр при изучении нового материала предполагает ряд особенностей:

- игра должна содержать существенные признаки изучаемой темы;
- действия детей в рамках такой игры обязательно должны носить практический характер с использованием различного вида раздаточного материала. Учитель может придумывать свои игры, используя местный материал, учитывая индивидуально-психологические особенности своих детей [14].

Таким образом, дидактические игры, игровые упражнения и занимательные задачи способствуют развитию способностей и потребностей познавательного характера, интеллектуальных и нравственно-волевых качеств детей младшего школьного возраста, способствуют формированию познавательного интереса. Дидактические игры благоприятно влияют на общение как между учителем и обучающимся, так и между отдельными детьми, т.к. в это время взаимоотношения субъектов деятельности происходят в более свободной, эмоциональной форме. При создании в процессе игры благоприятной, дружественной атмосферы появляется возможность для целенаправленной коррекции поведения обучающихся учителем и формирования правильной ориентации в системе духовных ценностей. Кроме того, пространственно-временная особенность дидактической игры позволяет придать учебно-игровой деятельности динамичный и насыщенный характер, позволяет увидеть взаимосвязь и взаимообусловленность действий всех участников игры, создает

возможность при совершении неверных, ошибочных ходов, снова повторить их, но уже в скорректированном виде.

Выводы по первой главе

Изучение психолого-педагогической литературы по теме исследования позволило мне прийти к следующим выводам:

1. Понятия «здоровье» рассматривается как состояние физического, умственного и психического благополучия, «здоровый образ жизни» система поведения человека, обеспечивающая физическое, душевное и социальное благополучие, соблюдающий рациональное питание, физическую активность и вовремя отдых. «Культура здорового образа жизни» понимается как осознанное отношение ребенка к здоровью и жизни.

2. Дидактическая игра—это многоплановое, сложное педагогическое явление, она является и игровым методом обучения, и самостоятельной игровой деятельностью, и средством всестороннего воспитания личности ребенка.

3. Дидактические игры на уроках окружающего мира помогают формировать здоровый образ жизни у младших школьников. Они развивают осознание приоритета здоровья, начальные знания о здоровье, оказывают консультационную поддержку учащимся и родителям, создают комплексную педагогическую защиту здоровья обучающихся. Игровые приёмы способствуют физическому и моральному развитию детей, углубляют их познания об окружающем мире.

4. Дидактические игры являются эффективным инструментом для развития познавательного интереса на уроках окружающего мира в начальных классах. Они способствуют формированию самостоятельности, внимания, стремления к знаниям и фантазии у детей. Использование дидактических игр делает процесс обучения интересным, занимательным и облегчает усвоение учебного материала.

ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКАЯ РАБОТА ПО ПРИМЕНЕНИЮ ДИДАКТИЧЕСКИХ ИГР НА УРОКАХ ОКРУЖАЮЩЕГО МИРА

2.1 Описание педагогического опыта по проведению диагностики сформированности культуры здорового образа жизни

Целью опытно-экспериментальной работы является диагностика уровня развития культуры здорового образа жизни младших школьников.

Для реализации поставленной цели, поставлены следующие задачи:

- 1) подобрать методики, направленные на выявление уровня развития культуры здорового образа жизни;
- 2) выделить уровни развития культуры здорового образа жизни;
- 3) разработать комплекс упражнений, направленный на развитие здорового образа жизни младших школьников посредством дидактических игр на уроках окружающего мира;
- 4) внедрить комплекс упражнений в процесс обучения младших школьников;
- 5) провести контрольный этап эксперимента.

Опытно-экспериментальная работа по развитию основ культуры здорового образа жизни младших школьников осуществлялась на базе МБОУ «Кундравинская СОШ», с привлечением 19 детей младшего школьного возраста 3в класса.

Были проведены диагностики уровня и развития здорового образа младших школьников на основе следующих методик:

1. Диагностическая методика «Гармоничность образа жизни школьников» (Н.С. Гаркуша).

2. Диагностическая методика «Знания о здоровье» (Ю.В. Вивич)

3. Методика «Закончи предложения» (Е.А. Терпугова)

Первой проведенной методикой стала анкета (Н.С.Гаркуша). «Гармоничность образа жизни школьников» проводилась диагностика

знаний в марте 2025 года в 3в классе. Анкета и ключ представлены в приложении. Сводная таблица результатов размещена в приложении.

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

Высокий уровень – 20-22 баллов – осознанное отношение школьников к собственному здоровью; ведение здорового образа жизни; самостоятельное целенаправленное овладение практическими навыками сохранения и преумножения здоровья.

Средний уровень – 18-20 баллов – частичное понимание школьниками важности сохранения, укрепления здоровья и ведения здорового образа жизни, эпизодическое овладение практическими навыками сохранения и преумножения здоровья.

Низкий уровень – менее 17 баллов и меньше – отсутствие у школьников понимания ценности и значимости здоровья, ведение образа жизни, способствующего развитию болезней

Суждение понимания ценности и значимости здоровья, ведения здорового образа жизни точны и приведены в систему. Результаты диагностики отражены в таблице 1.

Таблица 1 – Результаты уровня понимания ценности и значимости здоровья у обучающихся 3 класса

Уровень понимания ценности и значимости здоровья, ведения здорового образа жизни	N (количество)	%
Высокий (20-22 баллов)	3	17
Средний (18-20 баллов)	9	51
Низкий (0-17 баллов)	7	32

Наглядно результаты таблицы 1 представим на рисунке 1.

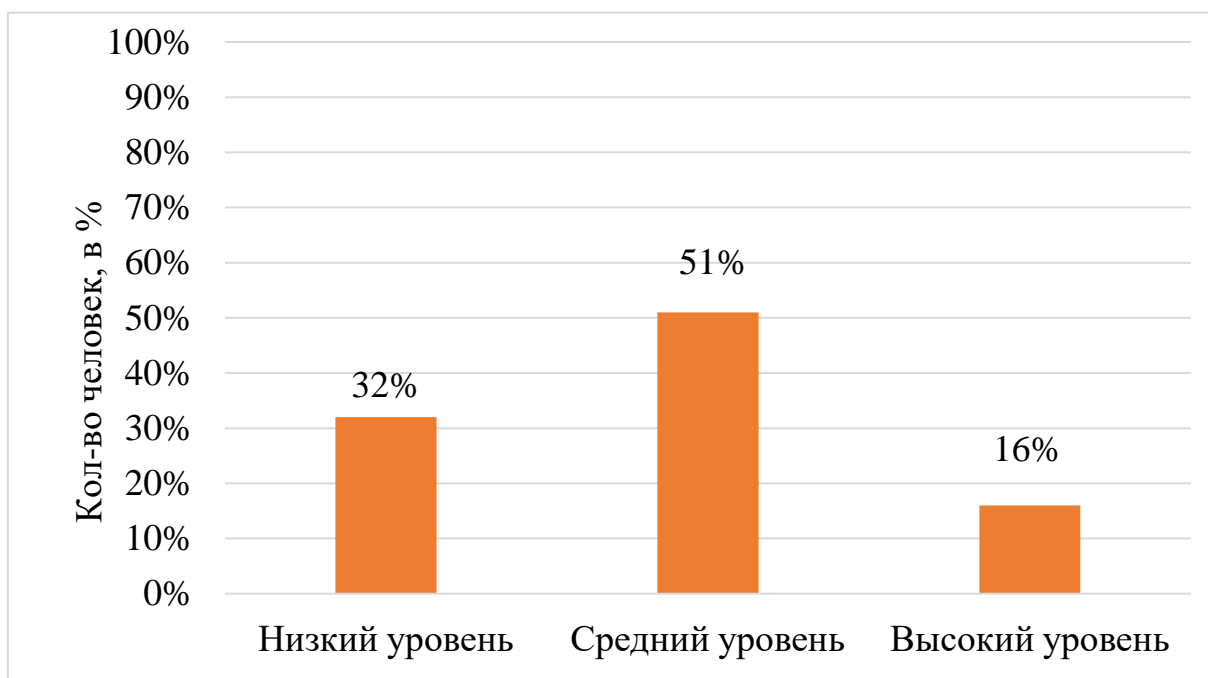


Рисунок 1 – Результаты уровня понимания ценности и значимости здоровья

Согласно рисунку 1 только у 16% учеников наблюдается высокий уровень знаний, что свидетельствует о полноценных знаниях школьников о том, что такое здоровый образ жизни. У 32% обучающихся наблюдается низкий уровень, это означает, что дети не знают, что входит в понятие ЗОЖ. Средний уровень знаний выявила у 51% обучающихся, что сигнализирует о том, что дети знакомы с понятием ЗОЖ, но не в полной мере.

Второй проведенной методикой стала анкета Ю.В. Вивича «Знания о здоровье» Анкета и ключ представлены в приложении. Сводная таблица результатов размещена в приложении.

Цель: изучить уровень информированности младших школьников о здоровье и ЗОЖ.

0-6 баллов – низкий уровень. Знания о здоровье и здоровом образе жизни фрагментарны, ответы недостаточно осознанные и полные. Система знаний отсутствует.

7-12 баллов – средний уровень. Хорошая ориентировка в Вопросах сферы здраво – созидания. Знания достаточно полные, осознанные и

систематизированные.

13-18 баллов – высокий уровень. Необходимый объем и глубина знаний и представлений о ЗОЖ и здоровье.

Результаты диагностики отражены в таблице 2.

Таблица 2 – Результаты уровня информированности младших школьников о здоровье и ЗОЖ

Уровень информированности младших школьников о здоровье и ЗОЖ	N (кол-во)	%
Высокий (13-18 баллов)	3	16
Средний (7-12 баллов)	8	62
Низкий (0-6 баллов)	4	22

Наглядно результаты таблицы 2 представим на рисунке 2.

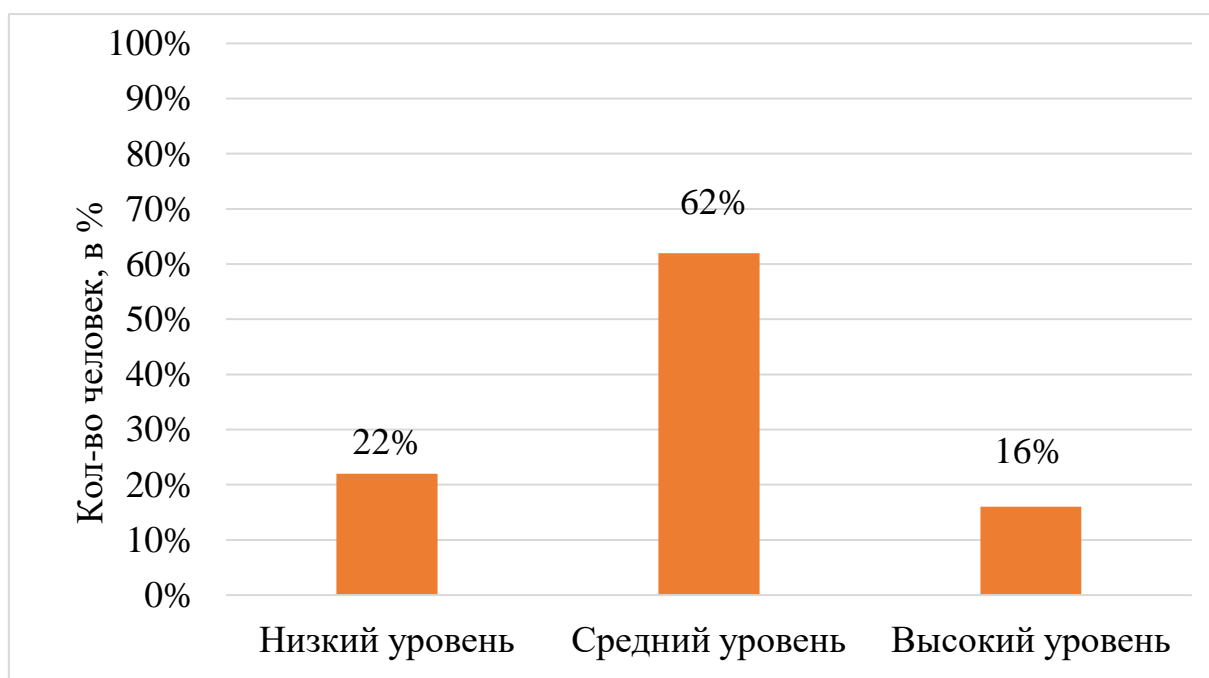


Рисунок 2 – Результаты уровня информированности младших школьников о здоровье и ЗОЖ

Анкетирование показало, что у 16% детей сформирован высокий и 62% средний уровень информированности младших школьников о здоровье и ЗОЖ. Анкетирование показало, что 4 обучающихся, что составляет 22%, находятся на низком уровне информированности о здоровье и здоровом образе жизни. Эти обучающиеся не знают о здоровье, но имеют знания о личной гигиене .

Третьей проведенной методикой стала анкета Е.А. Терпугова «Закончи предложения». Анкета и ключ представлены в приложении. Сводная таблица результатов размещена в приложении.

Цель: изучить уровень мотивации младших школьников к ведению здорового образа жизни.

Низкий уровень (0-10 баллов). Активность детей инициирует педагог, поддерживая их интерес к разговору. У детей слабо развита мотивация к здоровому образу жизни. Испытуемые, которые имеют низкий уровень, не задумываются о том, для чего нужно вести здоровый образ жизни.

Средний уровень (15-20 баллов). Дети отчасти понимают важность ведения здорового образа жизни. Не на все вопросы ребята дают адекватные ответы, затруднялись отвечать. Часть ответов всё же сопровождается детскими неисчерпывающими комментариями. Испытуемые имеют неустойчивую мотивацию к ведению здорового образа жизни.

Высокий уровень (25-30 баллов). Дети активно включаются в беседу. Предложения полные и осмысленные. Дети уверенно владеют общими знаниями, с интересом принимают участие высокий средний низкий в игре. Дети данной группы отличаются устойчивой мотивацией к ведению здорового образа жизни.

Результаты диагностики отражены в таблице 3.

Таблица 3– Результаты уровня мотивации младших школьников.

Уровень мотивации младших школьников к ведению здорового образа жизни	N(кол-во)	%
Высокий(25-30 баллов)	6	34
Средний (15-24 балла)	7	49
Низкий (0-14 баллов)	4	17

Наглядно результаты таблицы 3 представим на рисунке 3.

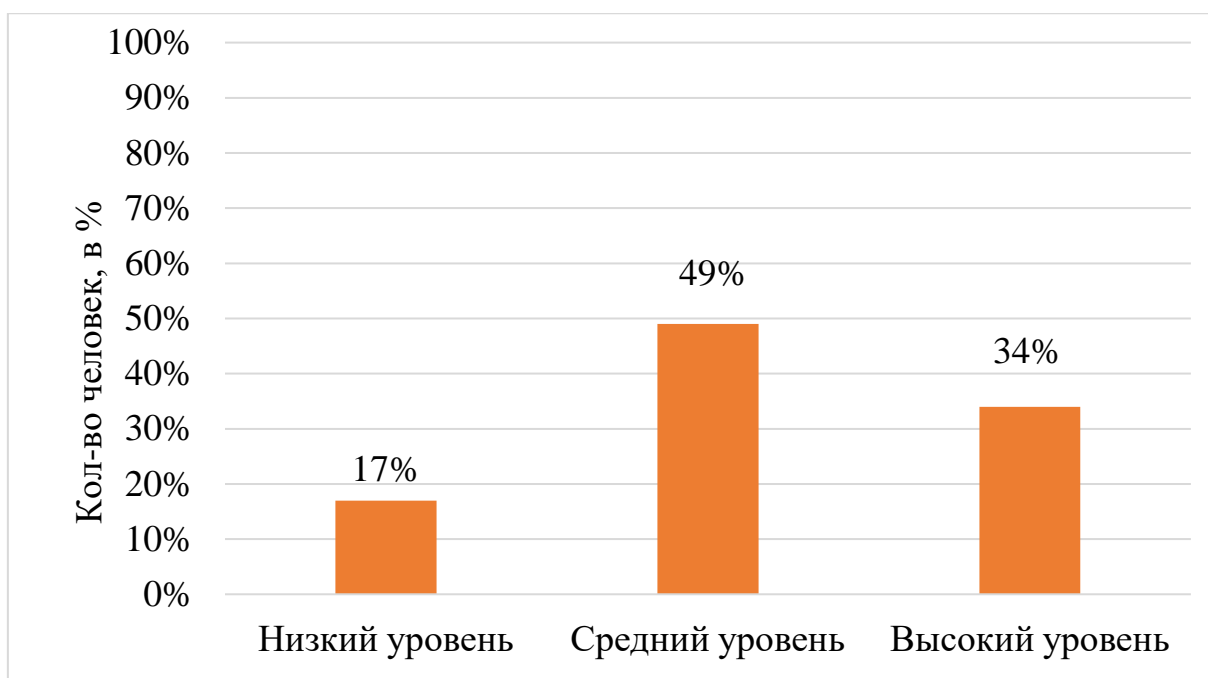


Рисунок 3 – Результаты уровня сформированности мотивации младших школьников к ведению здорового образа жизни

Анкетирование показало, что у 34% детей сформирован высокий и 48% средний уровень мотивации младших школьников к ведению здорового образа жизни. Низкий уровень показали 17% детей. Эти обучающиеся слабо ориентируются в вопросах сохранения и поддержания здоровья.

Таким образом, результаты проведенных методик свидетельствуют о том, что уровень знаний младших школьников о здоровье и здоровом образе жизни сформирован не полностью. В связи с этим рекомендуется проведение комплексных упражнений по развитию здорового образа жизни.

2.2. Сборник дидактических игр для уроков окружающего мира

Полученные результаты позволили приступить к созданию сборника дидактических игр, направленный развитие ЗОЖ младших школьников.

Данный комплекс разделен на три блока:

1. Первый блок состоит из игр, направленных на формирование понятий о личной гигиене.
2. Второй блок состоит из игр, направленных на формирование понятий о правильном питании.
3. Третий блок состоит из игр, направленных на привитие интереса к

спорту у младших школьников.

Первый блок: Личная гигиена

1. Игра «Правила Чистюли»

Цель: закреплять культурно-гигиенические навыки (умывание, одевание, чистка зубов, причесывание, купание), учить показывать эти движения при помощи мимики и жестов и отгадывать по показу.

Ход игры: Воспитатель предлагает детям изобразить при помощи мимики и жестов изобразить какое-либо правило гигиены или отгадать правило, изображаемое педагогом.

2. Дидактическая игра «Вымоем куклу»

Цель: закрепить знания о предметах личной гигиены для мытья и умывания, последовательность действий, способствовать формированию привычки к опрятности.

Материал: картинки с изображением предметов личной гигиены, последовательности умывания, кукла.

Ход игры: Детям предлагается вымыть куклу, подобрав для этого необходимые предметы личной гигиены

3. Игра «Ровным кругом».

Цель: уточнить знания детей о предметах личной гигиены развивать творчество, воображение.

Материал: шапочки – мыло, полотенце, мочалка, зеркало, расчески, зубной щетки, шампуни.

Игровая задача: выполнить соответствующее движение.

Ход игры: Дети, взявшись за руки, идут по кругу, в центре ребенок в шапочке мыла. Дети идут по кругу и поют: Ровным кругом друг за другом будем весело шагать. Что на мыло здесь покажет, то и будем выполнять.

По окончании слов мыло показывает, как надо намыливать руки. Дети повторяют эти движения. Затем в круг встает другой ребенок в шапочке полотенца, затем расчески, мочалки, шампуни и зубной щетки и показывает соответствующее движение.

4. Игра «Помоги Мишутке принять душ».

Цель: закрепить с детьми умение находить и называть предметы личной гигиены для принятия душа. Формировать основы здорового образа жизни детей. Воспитывать привычку ежедневного соблюдения гигиенических процедур.

Материал: карточки с изображением предметов личной гигиены.

Правила игры: Ребенку предлагается помочь собрать Мишутке вещи, которые, понадобятся ему для принятия душа.

5.Игра «Правила гигиены».

С помощью считалки выбирается водящий, он выходит из группы. Воспитатель с детьми договариваются, кто и что будет изображать. Затем водящего приглашают, дети по очереди показывают навыки гигиены при помощи жестов, мимики. Ведущий должен отгадать, что показывают дети: умывание, чистку зубов, обтирание, причесывание, купание.

2 блок: Правильное питание.

1.Дидактическая игра «Пирамида здоровья»

Цель: учить детей правильно питаться, знать соотношение продуктов в рационе. Познакомить с продуктами, полезными для организма человека. Развивать внимание, зрительное восприятие. Формировать потребность в сохранении здоровья. Воспитывать культуру еды.

Материал: Мелкие карточки с продуктами питания, большие карты, треугольные карточки с половинками изображения.

Игровая задача: собрать из треугольных карточек пирамиду; закрыть большие карты – маленькими карточками.

Ход игры:

1) ведущий раздает игрокам по 1 большой карте, маленькие кладет лицевой стороной вниз. По одной карточке ведущий показывает их игрокам и спрашивает: «Кому нужна эта карточка?» Игрок, у которого есть данная карточка, берет ее и закрывает аналогичный рисунок на своей карте. Выигрывает тот, кто быстрее закроет большую карту;

2) игроки делят поровну треугольные карточки. У кого вершина, тот ходит первым. Следующий подбирает карточку, чтобы половинки совпали, если карточки нет, ход переходит к другому игроку. Выигрывает тот, у кого вперед закончатся карточки. В результате должна получиться пирамида.

2. Дидактическая игра «Здоровье и корзинки»

Цель: сформировать у детей потребность в здоровой пище. Закрепить умение выбирать продукты питания, полезные для зубов и здоровья в целом.

Материал: 2 корзинки, муляжи: конфет, пирожного, овощи и фруктов, мочалка, зубная паста, зубная щетка, мыло, полотенце, шампунь.

Игровая задача: выбрать из корзинки те предметы, которые помогают сохранить и укрепить здоровье человека.

Ход игры: воспитатель предлагает детям подумать и выбрать те предметы, которые укрепляют здоровье и зубы.

3. Дидактическая игра «Полезная и вредная еда»

Цель: закрепить представления детей о том, какая еда полезная, а какая – вредная для организма. Подвести их к пониманию противоречия: мне нравится эта еда, а моему организму она полезна? Развивать внимание. Формировать основы здорового образа жизни.

Материал: карточки красного и зеленого цветов, предметные картинки или муляжи продуктов питания.

Игровая задача: детям предлагается разложить предметные полезности вредности.

Ход игры: ребятам раздают картинки с изображением разных продуктов питания. Рядом с зеленой карточкой – кладут картинки с полезной едой, а рядом с красной – с вредной.

4. Дидактическая игра «Веселые витаминчики».

Цель: дать детям представление о том, в каких продуктах содержится наибольшее количество витаминов А, В и С.

Материал: Бумажные буквы А, В и С, картинки овощей, фруктов, ягод (капуста, лук, морковь, помидор, свекла, перец, лимон, яблоко, персики,

черная смородина, клубника, малина), хлебобулочных изделий (батон, хлеб), продуктов животного происхождения: мясо, масло сливочное, яйца, молоко.

Игровая задача: отгадать загадку, соотнести картинки с буквенным изображением витаминов.

Ход игры: на фланелеграф прикрепить буквы А, В и С. Карточки перемешать и раздать детям. Затем, преподаватель, предлагает узнать в каких, продуктах содержатся тот или иной витамин, который называется и загадывает загадку. Ребенок, у которого оказалась карточка с данным продуктом, подходит к фланелеграфу и под заданной буквой прикрепляет свою карточку.

5. Игра «Можно – нельзя».

Используя картинки, можно провести с ребенком или с группой детей игру.

Ход игры. Раздать детям по три сигнала (красный, желтый, зеленый). Взрослый называет один из продуктов. Дети должны поднять красный сигнал, если назван продукт, который не является полезным, хотя он и вкусен (например, торт, карамель и т. д.). Дети должны поднять желтый сигнал, если речь идет о продуктах, которые не являются полезными, но и не наносят вреда организму (манная каша, белый хлеб), количество этих продуктов следует ограничивать. Дети должны поднять зеленый сигнал, если называется продукт полезный (фрукты, овощи, рыба, сок).

3 блок: Спорт.

1. Дидактическая игра «Назови вид спорта»

Цель: закрепить знание названий видов спорта, умение узнавать их по картинке.

Материал: картинки с изображением различных видов спорта.

Ход игры: детям предлагается отгадать и назвать вид спорта, изображенный на картинке.

2. Дидактическая игра «Угадай вид спорта по показу»

Цель: учить выполнять движения, характерные для некоторых видов

спорта, и узнавать их по показу.

Ход игры: Детям предлагается по показу определить действие, характерное для того или иного вида спорта и назвать его.

3. Дидактическая игра «Малыши – крепыши».

Цель: Учить обучающихся вести здоровый образ жизни. развивать интерес к физкультуре и спорту.

Материал: сюжетные картинки, стихи к ним.

Игровая задача: подобрать к стиху соответствующую картинку.

Ход игры: Взрослый читает стих, дети подбирают в соответствии с текстом картинку.

4. «Разрезные картинки»

Цель: повторение и закрепление знаний детей о видах спорта; развивать мышление, внимание,

Материал: Разрезанные на 8-10 частей картинки с изображением видов спорта.

Ход игры: Игроки получают разрезанные картинки и начинают собирать их. Побеждает тот, кто соберет картинку первым. После этого игроки называют виды спорта, которые изображены на

5. «Модный дизайнер спортивной одежды»

Цель: формировать у детей интерес к спорту. Продолжать знакомить детей с видами спорта, предметами одежды спортсменов и спортивным инвентарем. Расширять кругозор детей, воображение.

Материал: плоскостные изображения кукол – мальчика и девочки, чистые листы бумаги, карандаши, фломастеры, ножницы, картинки с изображением людей в спортивной одежде.

Ход игры: предложить детям, на вырезанные фигурки девочки и мальчика, создать дизайнерскую коллекцию спортивной одежды. Эта игра способствует воспитанию усидчивости, развитию воображения, подготовки руки к письму, развитию интереса к различным видам спорта.

Таким образом, нами был разработан комплекс дидактических игр для

уроков окружающего мира. Данный комплекс разделен на три блока: первый блок состоит из игр, направленных на формирование понятий о личной гигиене; второй блок состоит из игр, направленных на формирование понятий о правильном питании; третий блок состоит из игр, направленных на привитие интереса к спорту у младших школьников.

2.3 Сравнительный анализ констатирующего и контрольного этапов эксперимента

После реализации комплекса дидактических игр для уроков окружающего мира было проведено повторное исследование младших школьников по тем же самым методикам.

Результаты исследования младших школьников по методике «Гармоничность образа жизни школьников» (Н.С. Гаркуша) представлены на рисунке 4 и в приложении 3 (таблица 3.1).

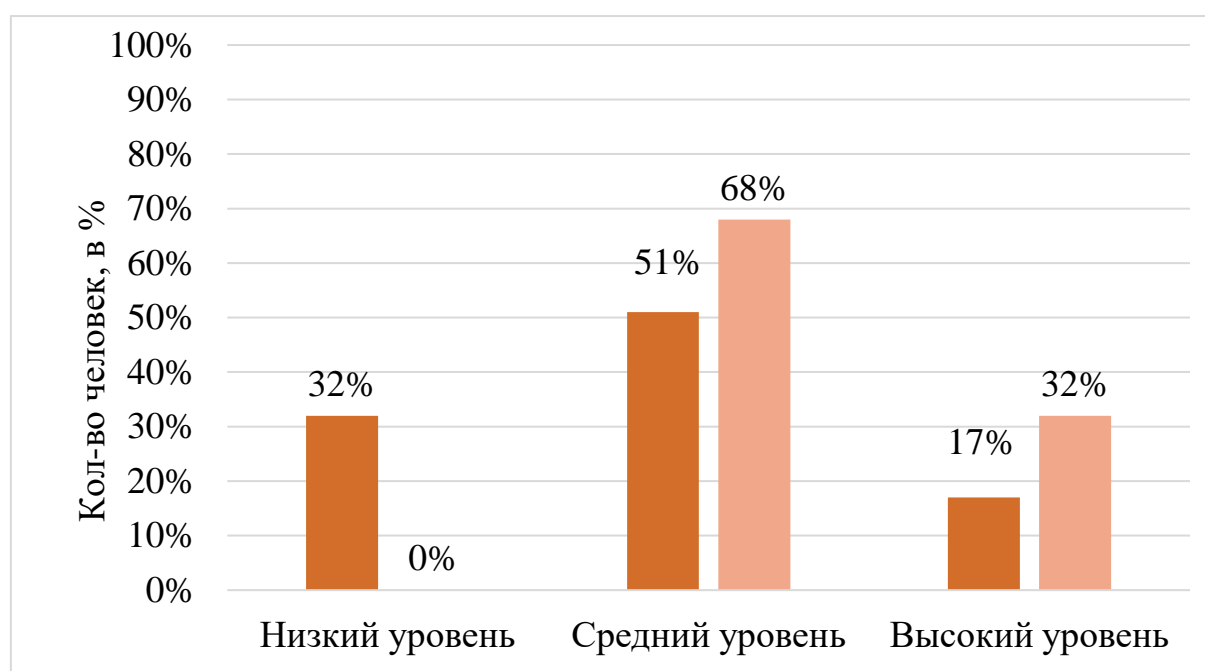


Рисунок 4 – Результаты исследования младших школьников по методике «Гармоничность образа жизни школьников» (Н.С. Гаркуша)

Результаты исследования показывают, что на констатирующем этапе эксперимента высокий уровень был выявлен у 3 (17%) человек, что составляет 17%. На контрольном этапе эксперимента анализ результатов

показал, что уровень знаний повысился и был выявлен у 6 человек, что составляет 32%. Тем самым, качественное улучшение продемонстрировали знания обучающихся в области гармоничного здорового образа жизни.

Результаты исследования показывают, что на констатирующем этапе эксперимента средний уровень был выявлен 9 (51%) человек, что составляет 51%. На контрольном этапе эксперимента анализ результатов показал, что уровень знаний повысился и был выявлен у 13 человек, что составляет 68%. Положительная динамика наблюдается в росте осведомленности обучающихся о правилах и методах ведения здорового образа жизни.

Результаты исследования показывают, что на констатирующем этапе эксперимента низкий уровень был выявлен у 7 (32%) человек, что составляет 32%. На контрольном этапе эксперимента анализ результатов показал, существенное улучшение показателей знаний о здоровом образе жизни: значительно увеличилось количество детей с высоким и средним уровнем информированности, при этом полностью исчезло число учащихся с нулевым уровнем осведомленности.

Результаты исследования младших школьников по методике «Знания о здоровье» (Ю.В. Вивич) представлены на рисунке 5 и в приложении 3 (таблица 3.2).

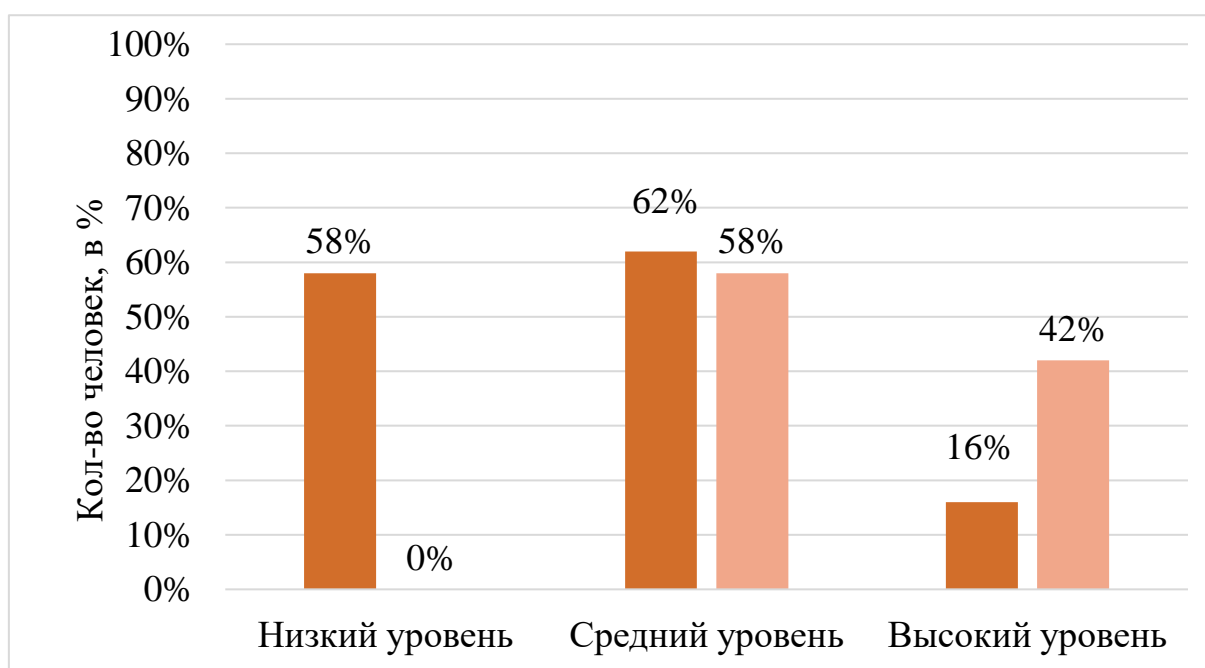


Рисунок 5 – Результаты исследования младших школьников по методике «Знания о здоровье» (Ю.В. Вивич)

Результаты исследования показывают, что на констатирующем этапе эксперимента высокий уровень был выявлен у 3 (16%) человек, что составляет 16%. На контрольном этапе эксперимента анализ результатов показал, что уровень повысился и был выявлен у 8 человек, что составляет 42%. Значительный рост показателей информированности обучающихся: увеличилось количество детей с приемлемым и высоким уровнем знаний о здоровье, при этом существенно сократилась доля обучающихся с низким уровнем

Результаты исследования показывают, что на констатирующем этапе эксперимента средний уровень был выявлен у 12 (62%) человек, что составляет 62%. На контрольном этапе эксперимента анализ результатов показал, что уровень снизился и был выявлен у 11 (58%) человек. Видимый прогресс в освоении знаний: увеличилось число обучающихся, демонстрирующих глубокое понимание принципов ЗОЖ и способность применять полученные знания на практике.

Результаты исследования показывают, что на констатирующем этапе эксперимента низкий уровень был выявлен у 11 (58%) человек, что составляет 58%. На контрольном этапе эксперимента анализ результатов показал, что уровень снизился и не был выявлен 0 (0%) человек.

Результаты исследования младших школьников по методике «Закончи предложения» (Е.А. Терпугова) представлены на рисунке 6 и в приложении 3

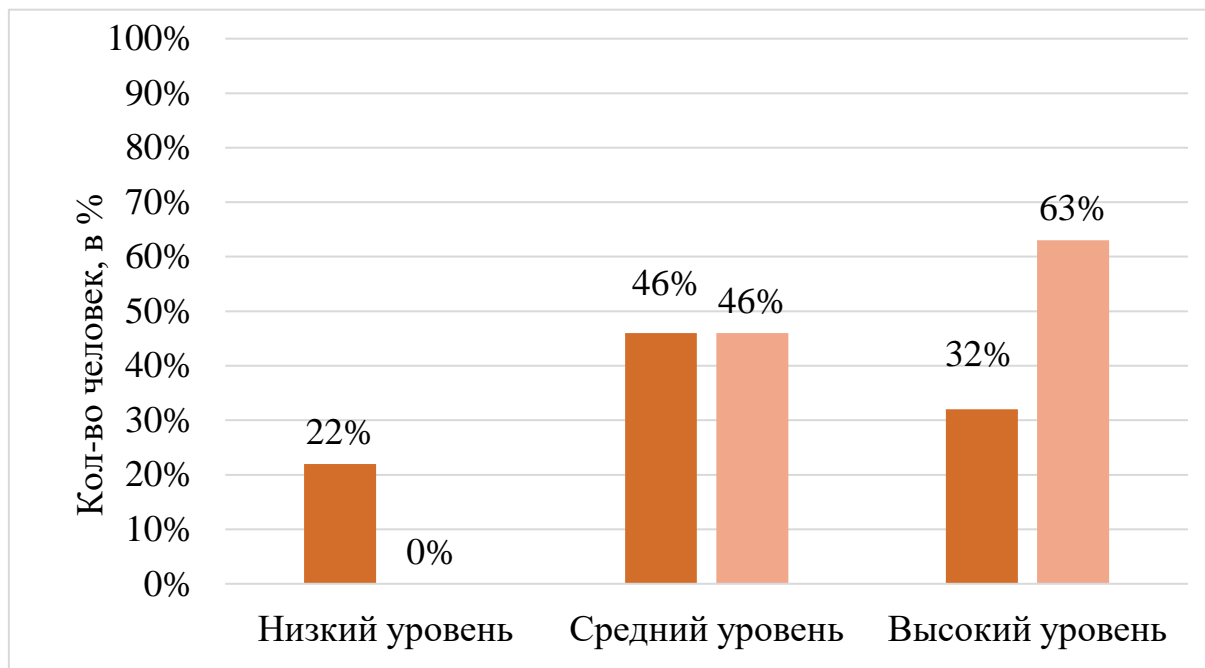


Рисунок 6 – Результаты исследования младших школьников по методике «Закончи предложения» (Е.А. Терпугова)

Результаты исследования показывают, что на констатирующем этапе высокий уровень был выявлен у 6 (32%) человек, что составляет 32%. На контрольном этапе эксперимента анализ результатов показал, что уровень повысился и был выявлен у 12 (63%) человек. Обучающиеся показали положительную динамику. Ученики стали активнее участвовать в занятиях, улучшили свои навыки и знания, а также повысили мотивацию к здоровому образу жизни.

Средний уровень на констатирующем и контрольном этапе остался прежним и был выявлен у 7 (46%) человек.

Результаты исследования показывают, что на констатирующем этапе эксперимента низкий уровень был выявлен у 4 (22%) человек, что составляет 22%. На контрольном этапе эксперимента анализ результатов показал, что уровень снизился и не был выявлен 0 (0%) человек.

Следовательно, результаты исследования показывают, что после реализации комплекса дидактических игр на уроках окружающего мира у младших школьников повысился уровень знаний культуры здорового образа

жизни. Отношение младших школьников к здоровому образу жизни повысилось благодаря комплексу дидактических игр на уроках окружающего мира.

Таким образом, после реализации комплекса игр мы провели повторное исследование младших школьников и выявили, что у младших школьников повысился уровень культуры здорового образа жизни.

Выводы по второй главе

Целью опытно-экспериментальной работы явилась диагностика уровня развития культуры здорового образа жизни младших школьников.

Опытно-экспериментальная работа по развитию основ культуры здорового образа жизни младших школьников осуществлялась на базе МБОУ «Кундравинская СОШ», с привлечением 19 детей младшего школьного возраста 3в класса.

Были проведены диагностики уровня и развития здорового образа младших школьников на основе следующих методик:

1. Диагностическая методика «Гармоничность образа жизни школьников» (Н.С. Гаркуша).
2. Диагностическая методика «Знания о здоровье» (Ю.В. Вивич)
3. Методика «Закончи предложения» (Е.А. Терпугова)

Результаты констатирующего эксперимента свидетельствуют о том, что уровень знаний младших школьников о здоровье и здоровом образе жизни сформирован не полностью. В связи с этим рекомендуется проведение комплексных упражнений по развитию здорового образа жизни.

Нами был разработан комплекс дидактических игр для уроков окружающего мира. Данный комплекс разделен на три блока: первый блок состоит из игр, направленных на формирование понятий о личной гигиене; второй блок состоит из игр, направленных на формирование понятий о правильном питании; третий блок состоит из игр, направленных на привитие интереса к спорту у младших школьников.

После реализации комплекса дидактических игр для уроков окружающего мира было проведено повторное исследование младших школьников по тем же самым методикам.

Результаты исследования младших школьников по методике «Гармоничность образа жизни школьников» показали: На констатирующем этапе высокий уровень был выявлен у 3 (17%) человек, а на контрольном этапе уровень повысился и был выявлен у 6 (32%) человек;

На констатирующем этапе средний был выявлен у 9 (51%) человек, а на контрольном этапе уровень повысился и был выявлен у 13 (68%) человек; низкий на констатирующем этапе был выявлен у 7 (32%) человек, а на контрольном этапе снизился и не был выявлен 0 (0%) человек.

Результаты исследования младших школьников по методике «Знания о здоровье» (Ю.В. Вивич) показали: на констатирующем этапе высокий уровень был выявлен у 3 (16%) человек, а на контрольном этапе уровень повысился и был выявлен у 8 (42%) человек; на констатирующем этапе средний был выявлен у 12 (62%) человек, а на контрольном этапе уровень снизился и был выявлен у 11 (58%) человек; на констатирующем этапе низкий был выявлен у 11 (58%) человек, а на контрольном этапе снизился и не был выявлен 0 (0%) человек.

Результаты исследования младших школьников по методике «Закончи предложения» (Е.А. Терпугова) показали: на констатирующем этапе высокий уровень был выявлен у 6 (32%) человек, а на контрольном этапе уровень повысился и был выявлен у 12 (63%) человек; средний на контрольном и констатирующем этапах остался прежним и был выявлен у 7 (46%) человек; на констатирующем этапе низкий был выявлен у 4 (22%) человек, а на контрольном этапе снизился и не был выявлен 0 (0%) человек.

Результаты исследования показали, что после реализации комплекса дидактических игр на уроках окружающего мира у младших школьников повысился уровень культуры здорового образа жизни.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Первой задачей нашего исследования было рассмотреть понятия «здоровье», «здоровый образ жизни», «культура здорового образа жизни» в психолого-педагогической литературе. Мы выяснили, что «Здоровье—это такое состояние организма, при котором он биологически полноценен, трудоспособен, функции всех его составляющих и систем уравновешены, отсутствуют болезненные проявления. Основным признаком здоровья является уровень адаптации организма к условиям внешней среды, физическим и психоэмоциональным нагрузкам», – В.И. Дубровский.

Вторая задача исследования заключалась в том, чтобы рассмотреть виды дидактических игр, направленных на развитие здорового образа жизни младших школьников. Мы выяснили, что дидактические игры – один из способов формирования основ культуры здорового образа жизни у младших школьников, в том числе на уроках окружающего мира. Дидактические игры позволяют обучать детей посредством интересной для них деятельности. Через правила и действия игр у детей формируется позитивное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, интерес к физической стороне своей жизни. Во время проведения комплекса дидактических игр происходит процесс закрепления знаний о здоровом образе жизни, формируется навык осознанного их использования в повседневной жизни.

Третья задача исследования заключалась в том, чтобы изучить особенности использования дидактических игр на уроках окружающего мира. Мы выясняли, что дидактические игры являются эффективным инструментом для развития познавательного интереса на уроках окружающего мира в начальных классах. Они способствуют развитию самостоятельности, внимания, стремления к знаниям и фантазии у детей. Использование дидактических игр делает процесс обучения интересным, занимательным и облегчает усвоение учебного материала.

Четвертая задача исследования заключалась в описании педагогического опыта по проведению диагностики сформированности культуры здорового образа жизни.

Целью опытно-экспериментальной работы явилась диагностика уровня развития культуры здорового образа жизни младших школьников.

Опытно-экспериментальная работа по развитию основ культуры здорового образа жизни младших школьников осуществлялась на базе МБОУ «Кундравинская СОШ», с привлечением 19 детей младшего школьного возраста 3в класса.

Нами были подобраны три методики для исследования уровня и развития здорового образа младших школьников на основе следующих методик:

1. Диагностическая методика «Гармоничность образа жизни школьников» (Н.С. Гаркуша).
2. Диагностическая методика «Знания о здоровье» (Ю.В. Вивич).
3. Методика «Закончи предложения» (Е.А. Терпугова).

Мы провели первый диагностический срез и получили следующие результаты:

– по методике «Гармоничность образа жизни школьников» (Н.С. Гаркуша) было выявлено у 17% учеников высокий уровень знаний, у 32% обучающихся низкий уровень, средний уровень у 51% обучающихся;

– по методике «Знания о здоровье» (Ю.В. Вивич) было выявлено, что у 16% детей сформирован высокий, у 62% средний уровень и низкий уровень у 22% детей;

– по методике «Закончи предложения» (Е.А. Терпугова) было выявлено, что у 34% детей сформирован высокий, у 48% средний уровень мотивации младших школьников к ведению здорового образа жизни, низкий уровень у 17% детей.

Результаты констатирующего эксперимента свидетельствуют о том, что уровень знаний младших школьников о здоровье и здоровом образе

жизни сформирован не полностью. В связи с этим рекомендуется проведение комплексных упражнений по развитию здорового образа жизни.

Пятая задача исследования заключалась в создании сборника дидактических игр для уроков окружающего мира. Нами был разработан комплекс дидактических игр для уроков окружающего мира. Данный комплекс разделен на три блока: первый блок состоит из игр, направленных на формирование понятий о личной гигиене; второй блок состоит из игр, направленных на формирование понятий о правильном питании; третий блок состоит из игр, направленных на привитие интереса к спорту у младших школьников.

Шестая задача исследования заключалась в проведении сравнительного анализа констатирующего и контрольного этапов эксперимента. После реализации комплекса дидактических игр для уроков окружающего мира было проведено повторное исследование младших школьников по тем же самым методикам.

Результаты исследования младших школьников по методике «Гармоничность образа жизни школьников» показали: до высокий уровень был выявлен у 3 (17%) человек, а после уровень повысился и был выявлен у 6 (32%) человек; средний до был выявлен у 9 (51%) человек, а после уровень повысился и был выявлен у 13 (68%) человек; низкий до был выявлен у 7 (32%) человек, а после снизился и не был выявлен 0 (0%) человек.

Результаты исследования младших школьников по методике «Знания о здоровье» (Ю.В. Вивич) показали: до высокий уровень был выявлен у 3 (16%) человек, а после уровень повысился и был выявлен у 8 (42%) человек; средний до был выявлен у 12 (62%) человек, а после уровень снизился и был выявлен у 11 (58%) человек; низкий до был выявлен у 11 (58%) человек, а после снизился и не был выявлен 0 (0%) человек.

Результаты исследования младших школьников по методике «Закончи предложения» (Е.А. Терпугова) показали: высокий уровень был выявлен у 6 (32%) человек, а после уровень повысился и был выявлен у 12 (63%) человек;

средний до и после остался прежним и был выявлен у 7 (46%) человек; низкий до был выявлен у 4 (22%) человек, а после снизился и не был выявлен 0 (0%) человек.

Результаты исследования показали, что после реализации комплекса дидактических игр на уроках окружающего мира у младших школьников повысился уровень культуры здорового образа жизни.

Таким образом, цель достигнута, задачи решены в полном объеме, гипотеза подтверждена.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Аленушкина Е. А. Формирование основ культуры питания и здорового образа жизни у младших школьников / Е. А. Аленушкина, О. Д. Мерцалова, Н. Н. Мальцева // Наука и образование: отечественный и зарубежный опыт. – 2020. – С. 86–89.
2. Андреева И. Г. Теоретические основы формирования культуры здоровья младших школьников / И. Г. Андреева // Вестник Академии детско-юношеского туризма и краеведения. – 2017. – №. 4. – С. 64–74.
3. Биктимерова Р. Ф. Формирование здорового образа жизни у младших школьников средствами урочной и внеурочной деятельности / Р. Ф. Биктимерова // Вестник науки. – 2023. – Т. 5. – №. 1 (58). – С. 70–76.
4. Волошина Л. Н. Игровые технологии в формировании основ здорового образа жизни / Л. Н. Волошина // Начальная школа. – 2017. – №. 4. – С. 19–24.
5. Гладуш Е. М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у младших школьников на уроках окружающего мира / Е. М. Гладуш // Печатается по решению Редакционно-издательского совета ФГБОУ ВО «Хакасский государственный университет им. НФ Катанова». – 2018. – Т. 37. – С. 74.
6. Горбачева В. В. Формирование основ культуры здорового образа жизни у младших школьников / В. В. Горбачева // Проблемы повышения эффективности научной работы в оборонно-промышленном комплексе России. – 2020. – С. 353–355. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=43359156> (дата обращения: 16.05.2025).
7. Готовцева Т. Н. Формирование основ культуры безопасности жизнедеятельности младших школьников / Т. Н. Готовцева, Е. Э. Сидорова // Научный электронный журнал Меридиан. – 2018. – №. 4. – С. 348–350.
8. Грунина Е. В. Дидактические игры как средство повышения знаний у учеников начальных классов на уроках окружающего мира / Е. В. Грунина // Вопросы педагогики. – 2019. – №. 4-2. – С. 88–91.

9. Губарь Е. А. Формирование основ культуры здорового образа жизни у младших школьников во внеурочной деятельности / Е. А. Губарь, М. В. Жукова // *Фундаментальная и прикладная наука*. – 2015. – С. 68–70. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=24940408> (дата обращения: 16.05.2025).
10. Долгорукова Е. П. Формирование представлений о здоровом образе жизни у младших школьников на уроках окружающего мира / Е. П. Долгорукова // *В мире научных открытий*. – 2017. – С. 57–59.
11. Емельянова Т. В. Условия формирования здорового образа жизни у младших школьников / Т. В. Емельянова // *Научный альманах*. – 2015. – №. 10-2. – С. 170–174. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=25078574> (дата обращения: 16.05.2025).
12. Жукова М. В. Возможности внеурочной деятельности в процессе формирования основ культуры здорового образа жизни у младших школьников / М. В. Жукова, Е. А. Губарь // *Молодой ученый: вызовы и перспективы*. – 2016. – С. 58–63.
13. Ильина О. Г. Использование занимательного материала в формировании представлений о здоровом образе жизни у младших школьников / О. Г. Ильина // *Современная наука: актуальные вопросы, достижения и инновации*. – 2020. – С. 125–129.
14. Капиева К. Р. Формирование здорового образа жизни у младших школьников / К. Р. Капиева, А. В. Кутуева // *Инновационные технологии профилактики дисгармоничных отношений в семьях, воспитывающих детей с ОВЗ*. – 2019. – С. 33–37.
15. Кожурова А. А. Формирование основ здорового образа жизни младших школьников во внеурочной деятельности / А. А. Кожурова, В. О. Халикова // *Проблемы современного педагогического образования*. – 2023. – №. 80-3. – С. 114–117.
16. Котова М. А. Использование занимательных заданий в формировании культуры здорового образа жизни у младших школьников на

уроках окружающего мира / М. А. Котова //Аллея науки. – 2020. – Т. 1. – №. 5. – С. 806–809.

17. Ксензова М. Р. Дидактические игры на уроках окружающего мира как средство развития познавательных универсальных учебных действий младших школьников / М. Р. Ксензова //Материалы Всероссийской научно-практической конференции «Наука и социум». – 2017. – №. 4. – С. 18–23.

18. Курбатова А. С. Формирование здорового образа жизни младших школьников в рамках реализации ФГОСС НОО / А. С. Курбатова, Г. Н. Шкода Г. Н. //Современные проблемы науки и образования. – 2015. – №. 6. – С. 552–554.

19. Мамай В. В.Формирование установки на здоровый образ жизни у младших школьников / В. В. Мамай, М. В. Лабунина // Психология и педагогика XXI века: актуальные вопросы, достижения и инновации. – 2022. – С. 429–434.

20. Махфоз Ю. Н. Особенности формирования основ культуры здорового образа жизни у младших школьников / Ю. Н. Махфоз, Л. М. Лукьянова // Наука-2020. – 2020. – №. 4 (40). – С. 103106.

21. Морозова В. И.Формирование основ здорового образа жизни у младшего школьника / В. И. Морозова, Т. И. Пахомова //Молодежь и научно-технический прогресс. – 2022. – С. 514–517.

22. Миллер А. А. Использование занимательного материала на уроках окружающего мира как условие формирования основ здорового образа жизни у младших школьников / А. А. Миллер //Инновационная наука. – 2023. – №. 5-1. – С. 106–108.

23. Мирзаянова Р. Р.Дидактическая игра как средство активизации познавательной деятельности младших школьников на уроках окружающего мира / Р. Р.Мирзаянова, Л. В. Мамедова //Современная наука: актуальные проблемы теории и практики // Серия: Познание. – 2020. – №. 12. – С. 96–99.

24. Михалёва Л. П. Формирование экологической культуры младших школьников через применение на уроках окружающего мира экологических игр / Л. П. Михалёва //Вестник научных конференций. – ООО Консалтинговая компания Юком, 2017. – №. 6-3. – С. 82–83.

25. Мурсалова А. Г. Дидактическая игра как средство формирования познавательного интереса у младших школьников при изучении окружающего мира / А. Г. Мурсалова //Научный альманах. – 2015. – №. 10-2. – С. 319–322.

26. Норбаа Ш. Д. Формирование у младших школьников представлений о здоровом образе жизни на уроках окружающего мира / Ш. Д. Норбаа //Редакционная коллегия. – 2022. – С. 230.

27. Нуриева А. Р. Игра как средство развития познавательных процессов младших школьников на предмете окружающий мир / А. Р. Нуриева, Э. Н. Храмова //Вестник науки. – 2021. – Т. 4. – №. 6 (39). – С. 20–25.

28. Нуруллина Г. Г. Особенности процесса формирования здорового образа жизни у младших школьников / Г. Г. Нуруллина //Педагогическое мастерство и педагогические технологии. – 2016. – №. 1. – С. 164–167.

29. Оганнисян Д. А. Психолого-педагогические условия формирования здорового и безопасного образа жизни детей младшего школьного возраста / Д. А. Оганнисян //Мир науки. Педагогика и психология. – 2023. – Т. 11. – №. 2. – С. 13.

30. Павлова Е. П. Формирование основ здорового образа жизни в воспитании младших школьников / Е. П. Павлова, В. О. Халикова // Проблемы современного педагогического образования. – 2022. – №. 77-1. – С. 226–228.

31. Скоморохова М. И. Формирование культуры здорового образа жизни младших школьников средствами педагогической технологии / М. И. Скоморохова //Азимут научных исследований: педагогика и психология. – 2017. – Т. 6. – №. 1 (18). – С. 184–188.

32. Танайлова В. Г. Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни обучающихся в условиях образовательного процесса школы / В. Г. Танайлова // Вестник научных конференций. – ООО Консалтинговая компания Юком, 2016. – №. 11-2. – С. 111–116.

33. Толмачева Е. Ю. Формирование навыков здорового образа жизни у младших школьников на уроках окружающего мира / Е. Ю. Толмачева, Н. В. Моргачева // Молодежь и наука: шаг к успеху. – 2021. – С. 51–53.

34. Тома Ж. В. Здравосберегающая компетентность родителей в формировании основ здорового образа жизни детей младшего школьного возраста / Ж. В. Тома, О. Н. Опарина, С. Е. Лазарева // Современный ученый. – 2019. – №. 2. – С. 144–148. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=38255508> (дата обращения: 16.05.2025).

35. Третьякова А. Ю. Использование игровых приемов на уроках окружающего мира как условие формирования культуры здорового образа жизни у младших школьников / А. Ю. Третьякова // Инновационная наука. – 2023. – №. 4-2. – С. 154–156.

36. Фомина Т. А. Формирование культуры здоровья и безопасного образа жизни у младших школьников / Т. А. Фомина // Молодой ученый. – 2016. – № 15 (119). – С. 513–518. – URL: <https://moluch.ru/archive/119/32968/> (дата обращения: 16.05.2025).

37. Формирование здорового образа жизни у детей младшего школьного возраста : научно-методическое пособие / авторы-составители: А.А. Гучетль, А.Я. Чамокова ; отв. за выпуск Ж.К. Шорова. – Майкоп : АРИПК, 2021. – 86 с.

38. Хабибуллина Г. Ф. Некоторые аспекты формирования основ здорового образа жизни у младших школьников / Г. Ф. Хабибуллина // Вопросы устойчивого развития общества. – 2021. – №. 12. – С. 1001–1006.

ПРИЛОЖЕНИЯ

ПРИЛОЖЕНИЕ 1: ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ МЕТОДИКА

«ГАРМОНИЧНОСТЬ ОБРАЗА ЖИЗНИ ШКОЛЬНИКОВ» (Н.С. ГАРКУША)

Цель: определить уровень физического воспитания младших школьников

Вопрос №1.

Двое мальчиков боролись и упали на пол. Стоявшие рядом одноклассники стали с криками падать на них и создали «Кучу-малу».

Что будешь делать ты?

А. Попрошу ребят остановиться.

Б. Приму участие в «Куче-мале».

В. Останусь стоять в стороне.

Вопрос №2.

Кто из обучающихся знает правила ношения спортивной формы?

А. Ученик после урока физической культуры надел школьную одежду на спортивную форму.

Б. Ученик после урока снял спортивную форму и аккуратно сложил ее в сумку.

В. Ученик носит спортивную форму как повседневную одежду.

Вопрос №3.

Кто из обучающихся соблюдает гигиену ношения спортивной обуви на уроках физической культуры.

А. Ученик перед уроком физической культуры переобулся в кроссовки и после его окончания – и положил в пакет.

Б. Ученик занимается на уроках физической культуры в спортивной обуви, которую носит целый день.

В. Ученик пришел на урок физической культуры в обуви, не предназначенной для урока физической культуры.

Вопрос №4.

В какой последовательности должны выполняться физические упражнения?

А. Физические упражнения выполняются на туловище, руки, ноги.

Б. Физические упражнения выполняются на ноги, руки, туловище.

В. Физические упражнения выполняются на руки, туловище, ноги.

Вопрос №5.

После чего ты приступаешь к выполнению физических упражнений?

А. После легкого бега и ходьбы.

Б. После бега.

В. Сразу приступаю к выполнению физических упражнений.

Вопрос №6.

Учитель дал домашнее задание – выполнять упражнения на гибкость Мои действия:

А. Дома меня никто не видит, поэтому я не выполняю.

Б. Систематически выполняю упражнения на гибкость. При помощи родителей стараюсь придумывать больше упражнений, слежу за ростом развития гибкости.

Вопрос №7.

Выполняя самостоятельно физические упражнения:

А. Можно не обращать внимание на темп, дозировку, на умение расслабляться.

Б. Можно отвлекаться, между упражнениями, занимаясь другими делами.

В. Постепенно увеличивать нагрузку, слежу за темпом и самочувствием.

Вопрос №8.

Дети слушают разные мнения о физических упражнениях от разных людей. Как ты думаешь?

А. Ежедневные занятия физическими упражнениями улучшают деятельность органов дыхания, сердечно-сосудистой системы, развивают опорно-двигательный аппарат.

Б. Необязательно выполнять физические упражнения, они не оказывают большое внимание на развитие основных систем организма.

В. Занятия физическими упражнениями – лишняя трата энергии, они не влияют на развитие организма.

Вопрос №9.

Чтобы научиться быстро бегать надо:

А. Беречь силы, чтобы на соревновании или на зачете хорошо выступить.

Б. Заниматься только бегом, не развивая другие физические качества.

В. Систематически выполнять упражнения для развития быстроты, силы, выносливости, гибкости и бегать на время (результат).

Вопрос №10.

Самоконтроль - это:

А. Наука, занимающаяся изучением состояния здоровья, физического развития и функциональных возможностей организма.

Б. Система наблюдений за своим здоровьем, физическим развитием, переносимостью тренировочных и соревновательных нагрузок.

В. Деятельность по созданию физической готовности к жизни.

Вопрос №11

Здоровье – это:

А. Состояние, когда организм обеспечивает активное приспособление в ответ на действие болезнетворного фактора, характеризующееся мобилизацией функциональных резервов.

Б. Состояние полного физического, психического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.

В. Состояние, когда человек не болеет.

Вопрос №12.

Физическая культура – это:

А. История образования, развития и совершенствования физических упражнений, народных игр и состязаний, двигательной активности человека для укрепления здоровья и развития физических способностей.

Б. Система, увеличивающая адаптационные возможности человека в любом возрасте, независимо от того соответствует ли это возрастным и индивидуальным особенностям.

В. Органическая составная часть общей культуры общества и личности, вид социальной деятельности людей, направленный на укрепление здоровья и развитие физических способностей, на подготовку к жизненной практике.

Вопрос №13.

Под культурой здоровья я подразумеваю:

А. Здоровый образ жизни, включающий занятие физической культурой.

Б. Занятие одним видом спорта.

В. Исключение правильного питания

Вопрос №14.

Твое мнение. Человек должен заниматься физической культурой.

А. С детства и всю жизнь для укрепления и сохранения здоровья.

Б. Когда возникает необходимость в оздоровлении.

В. Можно обойтись и без него.

Вопрос №15.

Для чего нужны физические упражнения?

А. Для поддержания тонуса.

Б. Для сохранения и развития мышечной ткани, внешней красоты.

В. Для улучшения жизнедеятельности всех органов, нормального функционирования всех систем организма.

Вопрос №16

Твое мнение. Умение бегать мне понадобится.

А. Для преодоления за короткий отрезок времени при необходимости.

Б. Думаю, что мне ничего не даст.

В. Для улучшения работы всех органов и систем организма.

Вопрос №17.

Закаливание – это:

А. Приучение организма легко переносить холод.

Б. Регулярное приучение организма легко переносить холод и жару.

В. Купание в открытых холодных водоемах, сопровождающееся улучшением общего состояния организма, повышением аппетита, хорошим сном, бодрым настроением.

Вопрос №18.

Важное место в правильном физическом воспитании детей принадлежит закаливанию с помощью природных факторов:

А. Грозы, солнца, воздуха.

Б. Воздуха, воды, луны.

В. Солнца, воздуха, воды.

Вопрос №19.

Занятия по закаливанию называются:

А. Медицинскими процедурами.

Б. Закаливающими процедурами.

В. Спортивными процедурами.

Вопрос №20.

Соревнования проводятся для того, чтобы:

А. Хвастаться своими успехами перед одноклассниками, соседями, учителями и родителями.

Б. Получить почетную грамоту или подарок.

В. Узнать, кто из обучающихся добился больших успехов в занятиях физической культурой. У кого лучше других получается выполнение физических упражнений. Кто хорошо научился играть в игры.

Вопрос №21.

Физические упражнения – это:

А. Двигательные действия, с помощью которых человек укрепляет свой организм, развивает дыхание и улучшает кровообращение, повышает уровень физической подготовленности.

Б. Физическая нагрузка, которая может принести существенный вред растущему организму.

Вопрос №22.

Осанка – это:

А. Положение тела человека, когда он лежит, стоит, сидит.

Б. Физическое состояние человека.

В. Привычное положение тела человека, когда он стоит, сидит или передвигается.

Результаты теста: 20-22 баллов – высокий уровень физического воспитания, 18-20 баллов – средний уровень; менее 17 – низкий уровень

Диагностическая методика «Знания о здоровье» (Ю.В. Вивич).

Цель: изучить уровень информированности младших школьников о здоровье и ЗОЖ.

Организация: учащимся предлагается ответить на вопросы анкеты, отметив знаком «+» те варианты ответов, которые, по их мнению, являются наиболее точными (один, несколько или все).

1. Что такое здоровье?
 - а) отсутствие болезней;
 - б) способность работать долгое время без усталости;
 - в) стремление быть лучше всех;
 - г) хорошее настроение;
2. Почему важно соблюдать режим дня?
 - а) чтобы все успевать;
 - б) чтобы быть здоровым;
 - в) чтобы меньше уставать;
 - г) чтобы не ругали родители;
3. Какие из перечисленных правил являются правилами личной гигиены?
 - а) мыть руки, вернувшись с улицы, после посещения туалета, перед едой;
 - б) чистить зубы два раза в день;
 - в) своевременно подстригать ногти;
 - г) следить за порядком в доме;
4. Для чего нужно закаляться?
 - а) чтобы укрепить здоровье;
 - б) чтобы все завидовали;
 - в) чтобы не бояться холода и жары;
 - г) чтобы тренировать силу воли;
5. Что значит «питаться правильно»?
 - а) есть все, что нравится;
 - б) есть в одно и то же время;
 - в) есть не менее 4 раз в день;
 - г) есть полезную для здоровья пищу;
6. Почему нужно больше двигаться?
 - а) чтобы быть выносливым, ловким;
 - б) чтобы быть быстрее всех;
 - в) чтобы хорошо себя чувствовать;
 - г) чтобы не болеть;

Обработка данных: за выбор правильного варианта ответа на вопрос (кроме вариантов 1в, 2г, 3г, 4б, 5а, 6б) учащиеся получают 1 балл. Сумма набранных баллов характеризует уровень знаний о ЗОЖ.

Высокий уровень (9–10 баллов) — необходимый объём и глубина знаний и представлений о ЗОЖ и здоровье. Суждения о принципах и сущности здоровьесбережения точны и приведены в систему.

Средний уровень (6–8 баллов) — знания о здоровье и ЗОЖ фрагментарны, ответы недостаточно осознанные и полные. Система знаний отсутствует.

Низкий уровень (0–5 баллов) — слабая ориентировка в вопросах сохранения и поддержания здоровья, знания отрывочные и бессистемные.

Методика «Закончи предложения» — методика Е. А. Терпуговой, которая позволяет оценить, насколько велики интерес и желание ребёнка вести здоровый образ жизни.

Задача детей — закончить предложения:

- «Моё здоровье — это...»;
- «Иногда я болею, потому что...»;
- «Когда я думаю о своём здоровье, то мне хочется...»;
- «Когда я думаю о здоровье, то представляю себе...»;
- «Когда мои друзья болеют, то я...»;
- «Если б у меня была волшебная палочка здоровья, то я...».

В зависимости от того, насколько правильно, эмоционально и активно отвечает ребёнок, оценивается его мотивация:

Низкий уровень 0-10 баллов. Дети слабо владеют валеологическим содержанием беседы, активность ребёнка инициирует педагог, поддерживая его интерес к разговору. На большинство вопросов ребёнок даёт неадекватные ответы, затрудняется отвечать или не отвечает совсем.

Средний уровень. 15-20 баллов. Дети отчасти понимают важность ведения здорового образа жизни. Дети затрудняются отвечать, дают адекватные ответы лишь на некоторые вопросы. Часть ответов сопровождается детскими неисчерпывающими комментариями. Дети имеют неустойчивую мотивацию к здоровому образу жизни.

Высокий уровень. 25 -30 баллов. Дети активно включаются в беседу, отвечают осмысленными предложениями, уверенно владеют общими знаниями, с интересом принимают участие в игре. Дети отличаются устойчивой мотивацией к здоровому образу жизни.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2: РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ПО МЕТОДИКЕ «ГАРМОНИЧНОСТЬ ОБРАЗА ЖИЗНИ ШКОЛЬНИКОВ» (Н.С. ГАРКУША)

№ испытуемого	Балл	Уровень
Обучающийся 1	16	Низкий
Обучающийся 2	22	Высокий
Обучающийся 3	18	Средний
Обучающийся 4	19	Средний
Обучающийся 5	15	Низкий
Обучающийся 6	18	Средний
Обучающийся 7	21	Высокий
Обучающийся 8	14	Низкий
Обучающийся 9	20	Средний
Обучающийся 10	18	Средний
Обучающийся 11	14	Низкий
Обучающийся 12	22	Высокий
Обучающийся 13	19	Средний
Обучающийся 14	12	Низкий
Обучающийся 15	19	Средний
Обучающийся 16	18	Средний
Обучающийся 17	13	Низкий
Обучающийся 18	18	Средний
Обучающийся 19	15	Низкий
Итого:	Высокий – 3 (17%) человек Средний – 9 (51%) человек Низкий – 7 (32%) человек	

Таблица 2.2 – Результаты исследования младших школьников по методике «Знания о здоровье» (Ю.В. Вивич)

№ испытуемого	Балл	Уровень
Обучающийся 1	6	Средний
Обучающийся 2	9	Высокий
Обучающийся 3	5	Средний
Обучающийся 4	7	Средний
Обучающийся 5	6	Средний
Обучающийся 6	8	Средний
Обучающийся 7	10	Высокий
Обучающийся 8	3	Низкий
Обучающийся 9	6	Средний
Обучающийся 10	8	Средний
Обучающийся 11	7	Средний
Обучающийся 12	9	Высокий
Обучающийся 13	6	Средний
Обучающийся 14	4	Низкий
Обучающийся 15	8	Средний
Обучающийся 16	7	Средний
Обучающийся 17	5	Низкий

Продолжение таблицы 2.1

Обучающийся 18	6	Средний
Обучающийся 19	4	Низкий
Итого:	Высокий – 3 (16%) человек Средний – 12 (62%) человек Низкий – 4 (22%) человек	

Таблица 2.3 – Результаты исследования младших школьников по методике «Закончи предложения» (Е.А. Терпугова)

№ испытуемого	Балл	Уровень
Обучающийся 1	15	Средний
Обучающийся 2	25	Высокий
Обучающийся 3	16	Средний
Обучающийся 4	26	Высокий
Обучающийся 5	15	Средний
Обучающийся 6	17	Средний
Обучающийся 7	25	Высокий
Обучающийся 8	5	Низкий
Обучающийся 9	15	Средний
Обучающийся 10	18	Средний
Обучающийся 11	30	Высокий
Обучающийся 12	29	Высокий
Обучающийся 13	17	Средний
Обучающийся 14	6	Низкий
Обучающийся 15	15	Средний
Обучающийся 16	16	Средний
Обучающийся 17	4	Низкий
Обучающийся 18	27	Высокий
Обучающийся 19	7	Низкий
Итого:	Высокий – 6 (32%) человек Средний – 7 (46%) человек Низкий – 4 (22%) человек	

Приложение 3. Результаты исследования на контрольном этапе

Таблица 3.1 – Результаты исследования младших школьников по методике «Гармоничность образа жизни школьников» (Н.С. Гаркуша)

№ испытуемого	Балл	Уровень
Обучающийся 1	18	Средний
Обучающийся 2	21	Высокий
Обучающийся 3	19	Средний
Обучающийся 4	19	Средний
Обучающийся 5	20	Средний
Обучающийся 6	18	Средний
Обучающийся 7	22	Высокий
Обучающийся 8	18	Средний
Обучающийся 9	20	Высокий
Обучающийся 10	21	Высокий
Обучающийся 11	18	Средний
Обучающийся 12	21	Высокий
Обучающийся 13	18	Средний
Обучающийся 14	19	Средний
Обучающийся 15	18	Средний
Обучающийся 16	22	Высокий
Обучающийся 17	20	Средний
Обучающийся 18	19	Средний
Обучающийся 19	19	Средний
Итого:	Высокий – 6 (32%) человек Средний – 13 (68%) человек Низкий – 0 (0%) человек	

Таблица 3.2 – Результаты исследования младших школьников по методике «Знания о здоровье» (Ю.В. Вивич)

№ испытуемого	Балл	Уровень
Обучающийся 1	10	Высокий
Обучающийся 2	10	Высокий
Обучающийся 3	8	Средний
Обучающийся 4	9	Высокий
Обучающийся 5	9	Высокий
Обучающийся 6	8	Средний
Обучающийся 7	10	Высокий
Обучающийся 8	7	Средний
Обучающийся 9	8	Средний
Обучающийся 10	10	Высокий
Обучающийся 11	10	Высокий
Обучающийся 12	9	Высокий
Обучающийся 13	8	Средний
Обучающийся 14	8	Средний
Обучающийся 15	8	Средний
Обучающийся 16	7	Средний
Обучающийся 17	7	Средний

Продолжение таблицы 3.2

Обучающийся 18	8	Средний
----------------	---	---------

Обучающийся 19	8	Средний
Итого:	Высокий – 8 (42%) человек Средний – 11 (58%) человек Низкий – 0 (0%) человек	

Таблица 3.3 – Результаты исследования младших школьников по методике «Закончи предложения» (Е.А. Терпугова)

№ испытуемого	Балл	Уровень
Обучающийся 1	25	Высокий
Обучающийся 2	27	Высокий
Обучающийся 3	29	Высокий
Обучающийся 4	30	Высокий
Обучающийся 5	21	Средний
Обучающийся 6	16	Средний
Обучающийся 7	27	Высокий
Обучающийся 8	19	Средний
Обучающийся 9	28	Высокий
Обучающийся 10	29	Высокий
Обучающийся 11	29	Высокий
Обучающийся 12	26	Высокий
Обучающийся 13	16	Средний
Обучающийся 14	17	Средний
Обучающийся 15	28	Высокий
Обучающийся 16	27	Высокий
Обучающийся 17	15	Средний
Обучающийся 18	26	Высокий
Обучающийся 19	17	Средний
Итого:	Высокий – 12 (63%) человек Средний – 7 (46%) человек Низкий – 0 (0%) человек	