

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное  
образовательное учреждение высшего образования  
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Балашовский институт (филиал)

Кафедра биологии и экологии

**РАЗВИТИЕ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ ПРИ ИЗУЧЕНИИ БИОЛОГИИ  
ЧЕЛОВЕКА**

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студентки 5 курса 52 группы  
направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование»,  
профиль «Биология»,  
факультета математики и естественных наук  
Сушковой Валерии Викторовны

Научный руководитель,  
доцент кафедры БиЭ  
кандидат биологических  
наук \_\_\_\_\_

А.Н. Володченко

(подпись, дата)

Зав. кафедрой БиЭ  
кандидат сельскохозяйственных наук,  
доцент \_\_\_\_\_

М.А. Занина

(подпись, дата)

**Балашов 2020**

## **ВВЕДЕНИЕ**

### **Актуальность.**

Здоровье является важной составляющей благополучия человека. Поддержание здоровья населения является одним из приоритетных направлений государственной политики, так как это является основой полноценного саморазвития человека. Основные положения государственной политики закреплены в нормативно-правовых актах, концепциях и стратегиях, посвященных здоровьесбережению. Важное значение придается формированию навыков здоровьесбережения, которые помогают человеку самостоятельно отслеживать состояние своего здоровья и соблюдать правила здорового образа жизни, что способствует продуктивной и активной жизни и долголетию. Особое внимание уделяется подрастающему поколению, при этом выделяется важная роль обучающей, просветительской и воспитательной работы, проводимой как общественными организациями и учреждениями здравоохранения, так и образовательными учреждениями.

Особую роль имеет формирование культуры здорового образа жизни в школьном возрасте, на который приходится становление основных личностных качеств будущего гражданина. Проблема научения школьников культуре здоровья в настоящее время является очень актуальной. Учеными и медицинскими работниками отмечается тенденция роста заболеваемости детей школьного возраста. Об этом говорят накопленные статистические данные на основе профилактических медицинских осмотров. Увеличивается частота функциональных показателей здоровья по широкому спектру заболеваний, многие из которых приобретают хронический характер.

В связи с вышесказанным, большое значение приобретает такая организация учебно-воспитательного процесса, которая будет способствовать сохранению здоровья учащихся. И если со стороны санитарно-гигиенических нормативов соблюдается удовлетворительное качество образовательной среды, то собственные навыки учащихся по сохранению здоровья часто находятся на низком уровне. Отмечается

снижение двигательной активности детей, не соблюдение правил здорового питания, режима дня, увеличивается нагрузка на зрительный аппарат. Поэтому среди целей образования важное место занимает развитие навыков здоровьесбережения или культуры здоровья у подрастающего поколения. Приобщение учащихся к здоровому образу жизни осуществляется разнообразно, средствами различных предметов в учебной и воспитательной работе.

Однако именно в преподавании биологии даются основные знания по здоровьесбережению и формированию культуры здоровья. При изучении биологии человека происходит освоение основных данных по строению организма, функционированию систем органов, основным болезням и функциональным нарушениям.

**Целью** работы является разработка методических рекомендаций по формированию культуры здоровья при изучении биологии человека.

Для достижения поставленной цели было запланировано решение следующих **задач**:

1. Рассмотреть составляющие культуры здоровья;
2. Выявить содержание сведений о культуре здоровья в УМК разных авторских линий;
3. Изучить основные принципы формирования культуры здоровья;
4. Разработать технологические карты уроков по формированию культуры здоровья в УМК Н. И. Сониной;
5. Разработать исследовательские проекты по изучению культуры здоровья.

**Структура и объем работы.** Работа состоит из введения, трех глав, заключения и списка использованных источников. Объем курсовой работы составляет 56 страниц основного текста. В списке использованных источников приведено 32 наименования.

## **ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ**

В первой главе рассматривается формирование культуры здоровья в системе образования

Образовательные стандарты и другие нормативные документы подтверждают направленность системы образования на развитие здоровьесберегающего поведения человека, обеспечение обучающихся необходимой информацией. Современный подход к системе образования подразумевает приоритетность здоровьесбережения во всех процессах образования, в том числе и при разработке и внедрении новых инновационных технологий. Система образования должна обеспечивать достижение основных целей образования и повышение его качества при соблюдении условия поддержания и улучшения здоровья детей. Условия обучения должны обеспечивать сохранение физического, морального и психологического здоровья, формирование гармонично развитой личности.

Уровень здоровья может служить одним из показателей качества образовательной деятельности, эффективности образовательной работы, взаимодействия с учениками и их родителями и другими организациями, занимающимися обеспечением поддержания здоровья населения. Основная работа образовательных учреждений проводится по пяти направлениям.

Нормативно-правовое направление, включающее разработку и утверждение законодательных актов, санитарно-гигиенических стандартов и нормативов, определяющих правовое поле функционирования системы образования.

Организационно-педагогическое направление, направленное на совершенствование организации образовательного процесса в целях рационализации преподавания; создание и развитие в образовательных учреждениях здоровьесберегающей инфраструктуры. В школах формируется здоровьесберегающая среда и выполняются техники безопасности при выполнении различных видов учебной деятельности.

Научно-методическое направление, включающее дидактическое обеспечение учебного процесса, основой направления является внедрение результатов педагогических экспериментов в процесс обучения для формирования новых методических подходов в достижении здоровьесбережения обучающихся.

Психолого-педагогическое направление, которое обеспечивает поддержание оптимального психологического состояния обучающихся, практическое применение методических разработок в области здоровьесбережения. Также психологическое направление предусматривает диагностико-консультативную помощь детям и семьям в области здоровья.

Физкультурно-спортивное направление обеспечивает формирование у учащихся умений и навыков в области самостоятельного поддержания оптимальной физической формы, обучение их системам упражнений и приемов физической культуры, прививает любовь к спорту и занятиям физической культурой.

Реализация здоровьесбережения имеет междисциплинарный характер, во всех предметах имеется элемент реализации здоровья сбережения как в ходе организации учебного процесса, так и при преподавании учебных предметов. Вместе с тем наибольшую роль в формировании культуры здоровья имеют три предмета: безопасность жизнедеятельности, физическая культура, биология. Безопасность жизнедеятельности формирует у учащихся знание основ безопасного и здоровьесберегающего поведения в повседневной жизни при обращении с различными факторами риска для здоровья. Физическая культура развивает физическое состояние человека, знакомит учеников с разнообразием спортивных упражнений, спортивных видов спорта, помогает овладеть своим телом и формирует навыки физических упражнений. Биология же дает представления о человека как живом организме и здоровье.

В преподавании биологии реализуются организационно-педагогическое, научно-методическое и психолого-педагогическое

направления, так как биология является одной из основных дисциплин, формирующей научные основы здоровьесберегающего поведения. Преподавание биологии предусматривает информирование учащихся о строении и об основных принципах работы организма, об основных вопросах гигиены и профилактики заболеваний. Это одна из основных составляющих предметного направления «Биология человека». Также в ходе внеурочной работы и при самостоятельном изучении учащиеся могут изучать дополнительные источники литературы, расширяющие их представления о здоровье.

Изучены основные компоненты здоровьесбережения, которые должны преподаваться в школах (отдых, сон, спорт, закаливание, правильное питание).

Рассмотрены основные компоненты здоровьесбережения, представленные в учебниках по биологии в разделе «Человек» в восьмых и девярых классах концентрических и линейных линиях разных авторов. Сделаны выводы по каждому изученному учебнику.

Во второй главе рассмотрены методические аспекты преподавания темы дыхание на уроках биологии в школе. Было разработано две технологической карты уроков: «Значение дыхательной системы. Органы дыхания», «Легкие. Газообмен в легких и других тканях».

### **Технологическая карта урока «Значение дыхательной системы. Органы дыхания»**

Тип урока: Урок открытия новых знаний, обретения новых умений и навыков.

#### **Планируемые образовательные результаты**

**Предметные.** Учащиеся должны знать: сущность дыхания как процесса; названия органов дыхания, классификацию органов дыхания; основные особенности строения и функции дыхательных органов; знать основные принципы гигиены дыхания. Учащиеся должны уметь: объяснять

важность дыхания для жизни человека; рассказывать и показывать на рисунках ход процесса дыхания.

**Метапредметные.** Учащиеся должны уметь: соотносить понятия и рисунки; высказывать свою точку зрения с использованием биологической терминологии; соотносить содержание поставленных задач с теми знаниями и навыками, которыми ученик обладает.

**Личностные:** формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки; формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками; формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.

**Технологическая карта урока «Легкие. Газообмен в легких и других тканях»**

Тип урока: Комбинированный урок.

**Предметные.** Учащиеся должны знать: строение легких как органа дыхания; основные этапы газообмена в легких; Учащиеся должны уметь: объяснять важность дыхания для жизни человека; рассказывать и показывать на рисунках ход процесса дыхания.

**Метапредметные.** Учащиеся должны уметь: соотносить понятия и рисунки; высказывать свою точку зрения с использованием биологической терминологии; соотносить содержание поставленных задач с теми знаниями и навыками, которыми ученик обладает.

**Личностные:** формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки; формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками; формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.

**Технологическая карта урока «Заболевания органов пищеварения»**

Тип урока: Комбинированный урок.

**Предметные.** Учащиеся должны знать: основные причины нарушения процесса пищеварения; основные инфекции органов пищеварения и пути их проникновения в организм; Учащиеся должны уметь: объяснять важность гигиены пищеварения для жизни человека; понимать значение культуры здоровья для предотвращения болезней желудочно-кишечного тракта; высказывать свою точку зрения с использованием биологической терминологии.

**Метапредметные.** Учащиеся должны уметь: организовывать целеполагание и выстраивать программу своих действий; работать с разнообразными источниками информации, предоставлять информацию в разном виде; высказывать и аргументировать свою точку зрения с использованием логики доказательств; соотносить содержание поставленных задач с теми знаниями и навыками, которыми ученик обладает.

**Личностные:** формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки; формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками; формирование культуры здоровья, ценностного отношения к здоровому и безопасному образу жизни.

### **Технологическая карта урока «Регуляция пищеварения. Гигиена питания. Значение пищи и её состав»**

Тип урока: Комбинированный урок.

**Предметные.** Учащиеся должны знать: основные потребности человека в питательных веществах; правила норм питания, режима питания; Учащиеся должны уметь: объяснять значение сбалансированного питания для поддержания здоровья; определять суточную энергетическую потребность и нормы белков, жиров и углеводов.

#### **Метапредметные**

Учащиеся должны уметь: организовывать целеполагание и выстраивать программу своих действий; работать с разнообразными



источниками информации, предоставлять информацию в разном виде; высказывать и аргументировать свою точку зрения с использованием логики доказательств; соотносить содержание поставленных задач с теми знаниями и навыками, которыми ученик обладает.

**Личностные:** формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки; формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками; формирование культуры здоровья, ценностного отношения к здоровому и безопасному образу жизни.

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

В курсе «Биология человека» учащиеся знакомятся с основными знаниями по структуре тела человека, принципам работы, регуляции и взаимодействию всех систем человека, получают знания по гигиене и здоровьесбережению. Полученные в результате изучения курса знания и навыки становятся основой для формирования ответственного отношения ученика к своему здоровью, пониманию научных основ функционирования организма и играют значения для будущего профессионального самоопределения. Изучение биологии человека лежит в основе формирования культуры здоровья, являющейся одной из центральных качеств гармонично развитой личности.

На уроках биологии в разделе «Человек» согласно федеральным стандартам подробно изучаются вопросы культуры человека. Во время изучения основных компонентов здоровьесбережения на уроках биологии обучающиеся научатся ответственно и бережно относиться к себе, своему здоровью и здоровью окружающих. В ходе выполнения бакалаврской работы были проанализированы содержания учебников, входящих в состав четырех УМК. Результаты анализа показали, что учебные материалы не всегда полностью раскрывают программные требования, поэтому необходима методическая работа учителя для обеспечения формирования

компетентности учащихся в вопросе здоровьесбережения. При рассмотрении этих тем учителю необходимо поддерживать высокий интерес учащихся к проблемам своего здоровья и высокой мотивации к изучению темы.

В ходе выполнения бакалаврской работы были выполнены методические разработки четырех уроков по разделам «Дыхание» и «Пищеварение». На уроках предусмотрено выполнение различных видов деятельности, в том числе большое внимание уделяется самостоятельной работе учащихся. При изучении тем происходит знакомство с разнообразными терминами и понятиями.

Для формирования более полного представления об основных компонентах здоровьесбережения проведено планирование внеурочной деятельности. Разработаны два исследовательских проекта. Первый проект может быть реализован после изучения темы «Бодрствование и сон», второй проект после изучения темы «Пищевые продукты, питательные вещества и их превращение в организме». Проекты основаны на поиске и сборе необходимой информации, работе с инструктивными карточками, выполнении нескольких анкет, анализе собственной гигиены сна и своего правильного питания. Предложенные проекты являются дополнением к разработанным урокам и способны повысить интерес обучающихся к биологии.

Также было сделано планирование внеурочной деятельности. Было разработано внеурочное мероприятие, которое предусматривает дальнейшее развитие представлений учащихся о здоровье, формировании навыков здоровьесбережения и здорового образа жизни. Методические разработки выполнены с учетом современных требований к организации образовательного процесса.