

Белонович Елена Ивановна

учитель начальных классов

Климина Ирина Дмитриевна

учитель начальных классов

МБОУ «СОШ с УИОП №8»

г. Ленинск-Кузнецкий, Кемеровская область

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

***Аннотация:** исследователями отмечается, что эффективность воспитания и обучения детей младшего школьного возраста зависит от здоровья. В данной статье авторами описаны здоровьесберегающие технологии, которые реализуются посредством педагогических умений.*

***Ключевые слова:** здоровьесберегающие технологии, физическая работоспособность, умственная работоспособность, правильное питание, вредные привычки.*

Здоровье есть основа формирования личности. В течение последнего десятилетия все чаще и чаще на разных уровнях поднимаются вопросы о здоровье нации, в частности, вопрос о здоровье младших школьников.

Постоянно возрастающая по объёму и усложняющаяся по содержанию научная информация приходит в противоречие с недостаточной гибкостью учебных планов, программ, учебников, что ведёт к хронической перегрузке учащихся, падению интереса к учению, ухудшению их здоровья.

Эффективность воспитания и обучения детей младшего школьного возраста зависит от здоровья. В массовой школе условия обучения, учебные и трудовые нагрузки в целом рассчитаны на здоровых детей. В связи с этим здоровье – важнейший фактор, определяющий физическую и умственную работоспособность, успеваемость и поведение школьника.

Сегодня перед школой стоит важная задача – создание условий для сохранения здоровья учащихся.

Ведь именно педагог в учебно-воспитательном процессе способен сделать для здоровья детей больше, чем врач. В данном случае речь идет о том, что учитель не должен, конечно, выполнять функции медработника, а должен выстроить свою работу таким образом, чтобы обучение учащихся в школе не наносило вреда здоровью школьников. Учитель должен быть примером для своих воспитанников в вопросах здоровьесбережения.

Здоровьесберегающие образовательные технологии можно рассматривать как технологическую основу здоровьесберегающей педагогики – одной из самых перспективных систем XXI века, и как совокупность приемов, форм и методов организации обучения школьников без ущерба для их здоровья, и качественную характеристику любой педагогической технологии по критерию ее воздействия на здоровье учащихся и педагогов.

Здоровьесберегающие технологии в практической деятельности реализуются посредством следующих педагогических умений:

- разнообразие и адекватность приёмов установления и поддержания контакта и педагогического общения;
- использование привлекательной мотивации, способствующей активной самореализации учеников;
- выявление «зоны ближайшего развития» по теме, что послужит настройкой и позволит уточнить ориентированность учащихся в материале;
- формулирование цели урока вместе с учащимися, определение ими задач, которые следует решить для достижения цели;
- проверку домашнего задания в начале урока, сочетание ее с выявлением «зон ближайшего развития»;
- сообщение о домашнем задании с инструкцией по выполнению, во избежание затруднений по выполнению;
- использование работы в парах постоянного состава и в малых группах;
- возможность в некоторых случаях при выполнении заданий, ответах на вопросы, контрольных работах пользоваться вспомогательными средствами, например, конспектом;

- гибкость структуры уроков в соответствии не только с целью урока и спецификой материала, но и с особенностями класса;
- совместное подведение итогов урока с учениками;
- краткое напоминание учителя перед началом контрольной работы, какому разделу или теме посвящена работа, порядка ее выполнения. В ходе её выполнения – оказание тихой индивидуальной поддержки; при сообщении о результатах работы – указание на общие итоги, разделы материала, в которых выявились недоработки, без обсуждения персональных оценок и ошибок;
- при появлении признаков утомления у учащихся – изменение интонации и громкости речи, привлечение внимания учеников (например, неожиданным примером, проведением физкультминутки);
- использование папок достижений (портфолио) для учащихся.

Воспитание у детей внимательного отношения к своему здоровью осуществляется также во время проведения воспитательных мероприятий. Прежде всего, это система классных часов: беседы о том, как заботиться о своем здоровье, о вредных привычках, встречи с фельдшером школы, со стоматологом, анкетирование среди родителей, различные тренинги, выполнение режима дня, правильное питание, уроки здоровья, а также активное вовлечение в спортивные мероприятия.

Нельзя говорить о здоровом образе жизни, не имея понятия о правильном питании. Именно это понятие успешно формируется в процессе реализации программы «Разговор о правильном питании». Программа реально позволяет формировать у детей сознательное отношение к своему здоровью, осваивать навыки правильного питания. На родительских собраниях обсуждаем необходимость организации правильного питания в семье и в школе. От того, насколько правильно и качественно организовано питание школьника, зависит его здоровье, настроение, трудоспособность и качество учебной деятельности.

Важным является и вопрос о состоянии здоровья педагогов, которые работают с младшими школьниками и об отношении учителей к своему здоровью.

Педагог занимает одно из центральных мест в жизни учащихся начальных классов. Он олицетворяет для них всё то новое и важное, что вошло в их жизнь в связи с приходом в школу.

Педагог должен уметь:

- анализировать педагогическую ситуацию в условиях педагогики оздоровления;
- владеть основами здорового образа жизни;
- устанавливать контакт с коллективом учащихся;
- наблюдать и интерпретировать вербальное и невербальное поведение;
- прогнозировать развитие своих учащихся;
- моделировать систему взаимоотношений в условиях педагогики оздоровления;
- личным примером учить учащихся заботиться о своём здоровье и здоровье учащихся.

Таким образом, все вышеперечисленные умения, находятся в тесной взаимосвязи между собой, оказывают влияние на эффективность использования учителем средств, методов и приемов здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательном процессе при работе с младшими школьниками, вовлекая учащихся в систему работы в условиях педагогики оздоровления.

Список литературы

1. Коваленко В.И. Здоровьесберегающие технологии. – М.: ВАКО, 2004. – 296 с.
2. Феокистова В.Ф. Образовательные здоровьесберегающие технологии. – Учитель, 2009.
3. Научно-практический журнал «Завуч начальной школы». – 2010. – №5.
4. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. – М., 2007.
5. Желяева И.А. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.st-sh20.ru/wp-content/uploads/2013/02/статья-Желяева.doc>