

Никитина Мария Владимировна

учитель английского языка

Липатова Елена Александровна

учитель английского языка

МБОУ г. Астрахани «СОШ №51»

г. Астрахань, Астраханская область

ЗДОРОВАЯ ШКОЛА – ЗДОРОВЫЕ ДЕТИ

Аннотация: статья посвящена комплексному исследованию формирования культуры здоровья. Особое внимание уделено здоровьесберегающим технологиям на уроке английского языка.

Ключевые слова: здоровье детей, сознательное отношение, здоровье, культура поведения, здоровьесберегающие технологии.

Все будущее жизни находится в руках школы... прямое назначение школы, примиренной с жизнью – быть руководителем жизни на пути к будущему.

Н.И. Пирогов

Здоровье – одна из главных ценностей в жизни. Существует более трехсот определений понятия «здоровье». Согласно определению Всемирной организации здравоохранения «здоровье – это состояние полного физического, психического, социального благополучия», а не только отсутствие болезней или физических дефектов.

Нормой жизни и поведения каждого человека должно быть сознательное и ответственное отношение к здоровью, как общественной ценности. Нет сомнения, что уровень и продолжительность жизни человека, а также состояние его здоровья во многом определяются моделью поведения, формируемой в детстве. И одной из сторон данного процесса должно явиться формирование культуры здоровья, как части общей культуры человека – осознание здоровья, как жизненно важной ценности, воспитания, ответственного отношения к своему

здоровью, здоровью окружающих людей и природной среды. Каждый ребенок хочет быть сильным, бодрым, энергичным: бегать не уставая, кататься на велосипеде, плавать, играть с ребятами во дворе, не болеть. Плохое самочувствие и болезни являются причиной отставания в росте, неудач в образовательной деятельности, играх, спорте. Здоровый образ жизни пока не занимает первое место в иерархии ценностей и потребностей человека в нашем обществе, но если мы научим детей с самого раннего детства ценить, беречь и укреплять свое здоровье, если мы сами будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то можно надеяться, что будущее поколение будет более здоровым и развитым не только физически, но и личностно, интеллектуально, духовно.

Младший школьный возраст является решающим этапом в формировании фундамента физического и психического здоровья ребенка. В этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма. Наметившаяся в последние годы устойчивая тенденция ухудшения здоровья детей, увеличение количества детей с нарушениями физического, психического и речевого развития диктует необходимость поиска путей, позволяющих изменить эту ситуацию.

Современная педагогика имеет особое направление – «педагогика оздоровления», «здоровьесберегающая педагогика», которая уделяет особое внимание условиям нахождения в образовательных учреждениях, рациональной организации образовательного процесса в соответствии с возрастными, индивидуальными особенностями, соответствию учебной и физической нагрузки возрастным возможностям ребенка, необходимому и рационально организованному двигательному режиму.

Основная и самая важная цель здоровьесберегающей технологии – это обеспечить школьнику высокий уровень реального здоровья, вооружить его необходимым багажом знаний, умений и навыков, необходимых для ведения здорового образа жизни и воспитать у него культуру здоровья.

Общеобразовательная школа, работающая в классно-урочной системе, не всегда может продолжить начатую в дошкольных образовательных учреждениях

работу по закаливанию детей, по использования большого количества подвижных игр, но школа должна стать «руководителем жизни по пути к будущему».

Уроки английского языка, как и другие уроки позволяют решать задачи по формированию у школьников представления об ответственности за собственное здоровье и здоровье окружающих. Любимые темы детей начальных и 5–6 классов – «Еда», «День рождения», позволяют ненавязчиво и интересно рассказывать о здоровой еде, о продуктах, излишнее употребление которых сильно вредит здоровью. Выпуск газет на иностранном языке – «Полезно и красиво», «Вкусно и опасно» привлекает внимание детей, позволяет перейти от ораторства к рассуждениям дискуссии на важные темы. Изучая грамматическое время «Present Simple» и рассказывая о распорядке дня мы говорим не только о том, как важно чистить зубы и делать зарядку, но и учим через примеры, рассказы из жизни понимать и любить себя, окружающих людей, жизнь. Проводя инструктаж по технике безопасности и изучая определённые фразы и конструкции на английском языке, мы также прививаем навыки соблюдения правил безопасности при обращении с предметами домашнего обихода, снижаем риск бытового травматизма, формируем умение прогнозировать развитие опасных ситуаций, соблюдать правила дорожного движения.

Говоря о здоровьесбережении как о системе, необходимо отдельно остановиться на проблеме общения педагога с ребёнком. Урок – немалое напряжение сил ребенка и оно должно быть направлено на позитивную цель – развитие ученика, а не преодоление стресса и страха перед учителем или отдельными видами учебной работы.

У каждого учителя свои приёмы создания атмосферы урока: стиль общения с учениками, приёмы выражения требовательности и доброжелательности, приёмы включения детей в учебную работу, приемы, обеспечивающие снятие напряжения во время урока (эмоциональные паузы, физкультминутки, использование музыки т. д.) Эти приемы во многом зависят от возрастных особенностей детей, от состава класса.

Начальная школа и даже возраст отрочества все еще благодатный возраст для использования элементов игры, ролевых игр, таких как «Поход в магазин», «Евровидение», «Театр» и т. д. Уроки проведенные в подобной форме проходят очень эмоционально, живо, при завершении можно констатировать, что дети глубоко усвоили материал, у них прекрасное настроение, а это способствует их эмоциональной устойчивости, физическому и духовному здоровью.

Список литературы

1. Азаров Ю.П. Семейная педагогика. – М., 1994. – С. 263.
2. Николаев М.Е. Вечная ценность семьи. – М.: Антиква, 2006. – С. 183.