

Смирнова Эльвира Худаёровна

учитель начальных классов

МОУ «Ронгинская средняя общеобразовательная школа»

д.Шуледур, Республика Марий Эл

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ

***Аннотация:** школьная среда – мощный фактор, влияющий на здоровье детей. Важно эту среду сделать органичной, естественной для ребенка, помогающей ему не только сохранить свое здоровье, но и укрепить его.*

Единственная красота, которую я знаю, это здоровье...

Генрих Гейне

В соответствии с этими требованиями общества к школе был издан приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2010 г. № 889 и введен Федеральный государственный образовательный стандарт образования второго поколения, где были определены первостепенные цели воспитания школьников. Большое внимание в них уделено созданию в общеобразовательных учреждениях условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья обучающихся, повышению роли физической культуры в воспитании современных школьников, увеличению объема двигательной активности обучающихся, совершенствованию физической подготовленности детей, привитию навыков здорового образа жизни.

Таким образом, школа становится местом, где необходимо «соединить»: педагогику, психологию, медицину, школу, семью, социум. Выполняя такие требования, были разработаны здоровьесберегающие методики в начальной школе, где мы постарались слить воедино требования Стандарта, просьбы родителей и интерес детей.

Здоровый ребенок – здоровье нации. Последнее время много пишут о здоровье и здоровьесберегающих технологиях.

Актуальность темы очевидна. Все больше и больше детей приходят в школу, имея различные заболевания, часто хронические. Безусловно, это не проходит бесследно и приводит к комплексу школьных проблем, потому что состояние здоровья детей и успешность обучения тесно связаны.

Поэтому педагогический коллектив нашей школы, активно включился в поиск эффективных путей сохранения здоровья детей, формирования основ культуры здоровья. Перед нами, педагогами встала серьезная задача: как сохранить и укрепить здоровье ребенка, как сделать так, чтобы он хотел идти в школу, хотел учиться. Мы понимаем, что дети идут в школу с радостью, только тогда когда им комфортно. Когда они реализованы творчески.

Педагогическим коллективом нашей школы создана программа «Азбука здоровья». Предлагаемая программа нацелена на формирование у ребёнка ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, на расширение знаний и навыков, учащихся по гигиенической культуре. Мы хотим научить детей быть здоровыми душой и телом, стремиться творить своё здоровье, применяя знания и умения в согласии с законами природы, законами бытия. Данную программу реализуем через:

- работу по программам внеурочной деятельности;
- проведение дней Здоровья;
- акции, КВНы, викторины, походы;
- классные часы;

Наряду с традиционными формами работы, такими как: проведение физкультурминуток, организации динамических перемен и пауз, мы реализуем в своей деятельности и нетрадиционные формы:

- посещение сухого бассейна;
- игротерапию;
- сказкотерапию;
- совместные праздники с родителями.

Правильная организация учебного процесса, система диагностики и мониторинга, рациональное питание, соблюдение двигательного режима, умелое применение здоровьесберегающих технологий – помогает нам в организации здоровьесберегающей среды в школе.

Не секрет, что период адаптации первоклассников является одним из сложных периодов в начальной школе. С первых дней школьной жизни начинают формироваться системы отношений ребенка с миром и самим собой, с одноклассниками и взрослыми. Он должен приспособиться к нескольким сферам жизнедеятельности: о владение навыками учебной деятельности, приобретение дружеских отношений, формирование адекватного поведения.

Входная диагностика, проводимая в первых числах сентября у первоклассников, выявила, что не все дети адаптированы к школе. В решении данной проблемы помогает сказка, потому что это самый любимый детьми жанр.

Сказка простым и доступным языком рассказывает ему о жизни, учит, развлекает, и утешает, мастерски пряча нравоучения, и назидания под яркими красками сказочных историй. Сказка побуждает ребенка сопереживать персонажам, в результате чего у него появляются новые представления о людях, предметах, новый эмоциональный опыт. Занятия с детьми проводятся 1 раз в неделю. Занятия сказкотерапевтической группы проходят в рамках кружка «В гостях у сказки». Это занятие включает в себя: инсценировки, лепка, рисование героев сказок, рассмотрение различных жизненных ситуаций. Через восприятие сказок мы воспитываем ребенка, развиваем его внутренний мир, лечим душу, даем знания о законах жизни и способах проявления творческой силы и смекалки, а также помогаем ему лучше узнать и понять самого себя,

стать свободнее и счастливее, а значит быть здоровым.

Введение ФГОС позволило нам адаптировать в нашей школе и применить на практике сухого бассейна. Сухой бассейн с шариками – у нас в школе! Внутри бассейна находятся мягкие цветные шарики, благодаря чему игрушка может превратиться в сухой бассейн, в котором ребёнок будет весело проводить время. Погружаясь как можно глубже в наполнитель, руки ребенка массируются, пальцы становятся более чувствительными, а их движения – координированными. Целью самомассажа кистей и пальцев рук в сухом бассейне были:

- нормализация мышечного тонуса;
- стимуляция тактильных ощущений;
- увеличение объема и амплитуды движений пальцев рук;
- формирование произвольных, координированных движений пальцев рук.

Психологический комфорт на каждом уроке и на любом занятии – главное условие нашей работы. Все, что доставляет детям радость, во время занятий дает положительный результат деятельности учащихся.

В наших руках наше здоровье. Об этом мы должны постоянно напоминать детям, постараться дать понять причины ухудшения здоровья, получить мотивацию на здоровый образ жизни, включиться в активную деятельность по сохранению и формированию своего здоровья посредством правильного питания, соблюдения правил личной гигиены, отрицательного отношения к вредным привычкам. Здоровье не купишь, его разум дарит.

Список литературы

1. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе 1-4 классы М.: Вако. 2004.
2. Лецких А.А. «Подвижный» способ обучения и его влияние на развитие учащихся // Завуч начальной школы. 2004. №1.
3. Семенкова Т.Н. Реструктуризация сельской школы: опыт, проблемы, перспективы. Кемерово: КРИПК и ПРО. 2005.
4. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. М.: АПК ПРО. 2002.