

## ПРОПАГАНДА СПОРТА И ЗОЖ НА УРОКАХ РУССКОГО ЯЗЫКА

*Аннотация:* в статье рассматриваются вопросы пропаганды здорового образа жизни учащихся в школе. Автор приводит примеры формирования у детей необходимых знаний и умений по здоровому образу жизни на уроках русского языка.

Современное состояние общества, высокие темпы его развития предъявляют высокие требования к человеку и его здоровью. И одной из важнейших задач, стоящих перед школой, является сохранение здоровья детей.

От того, насколько работа каждого учителя отвечает задачам здоровьесбережения зависит результат влияния школы на здоровье учащихся.

*Здоровье* – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.

Именно в школе, под «присмотром» учителей, школьники проводят значительную часть времени, и не помогать им сохранить здоровье, было бы проявлением бездушия и непрофессионализма. Поэтому, главное действующее лицо, заботящееся о здоровье учащихся в образовательных учреждениях – это педагог.

Одним из направлений по здоровьесбережению я считаю ведение пропаганды здорового образа жизни.

Формировать у ребенка необходимые знания, умения по здоровому образу жизни можно на разных уроках, а русский язык, очень подходящий предмет для этого. Ежедневно, ненавязчиво, изучая орфограммы и закрепляя правописание, ученик знакомится с вопросами правильного питания, узнает о профилактике различных заболеваний, учится говорить «нет» вредным привычкам.

*Вот некоторые мои находки, которые я использую в работе:*

1. Диалоги о здоровье во время проверки словарного диктанта «гигиена, поликлиника, гимнастика, стрессы, фитнес, медицина, недостаток кислорода, пагубные привычки, профилактика заболеваний, негативные эмоции, авитаминоз, компьютер, депрессия, советы специалиста, рациональное питание, бессонница, безопасное поведение, иммунитет» Задания: *Подчеркните в своем диктанте слова и словосочетания, значения которых направлены на укрепление здоровья человека.*

2. Перед вами афоризмы известных людей. Выберите наиболее вам понравившиеся, объясните, как вы их понимаете.

1) Здоровье не ценят, пока не приходит болезнь (*Томас Фуллер*).

2) Здоровье – вещь удивительная, потому что его можно накопить (*Г. Александров*).

3) Здоровье не купишь, так как им можно только расплачиваться (*С. Крытый*).

4) Если не бегаешь, пока здоров, придется побегать, когда заболеешь (*Горащий*).

3. Составьте сложные предложения из двух простых, используя подчинительные союзы:

– Морковь содержит витамины и минеральные вещества. Она особенно полезна детям.

– Теннис тренирует все мышцы, укрепляет сердце, кости, улучшает кровообращение.

Многие люди выбирают этот вид спорта.

– Прививка от гриппа была поставлена вовремя. Удалось избежать болезни.

– Компьютер дает большую нагрузку на зрение. Необходимо соблюдать некоторые правила работы с ним.

Для двигательной активности на уроках я использую заготовленные карточки, когда ученику нужно встать, найти пару в классе, чтобы вместе из рассыпанных слов-карточек составить пословицы, объяснить их смысл.

Другой вид физкультминуток, это, например, определить часть речи названного слова. Если это существительное – ученики должны хлопать, если глагол – топать. «Вакцина, бежать, насморк, забыть, микстура, прививка, вырасти, гигиена, закаляться, ангина, витамины, беречь, чувствовать, нездоровиться, болезнь». Можно раздать по одной карточке с различными видами спорта предполагая работу как с орфограммами, так и сгруппироваться по принципу: «летние виды спорта», «зимние виды спорта» (Группа-летние виды спорта, 2 гр.- зимние виды спорта).

Предлагаю ученикам приготовить подобные физкультминутки самим. Цель таких заданий – обогатить словарный запас учащихся, закрепление орфографических и пунктуационных навыков на материале, который поможет детям грамотно заботиться о своем здоровье, предупреждать вредные привычки, будет способствовать их стремлению к здоровому образу жизни.

Очень благодарной темой в этом учебном году стала подготовка к зимней Олимпиаде в Сочи. Ученики интересуются всеми видами спорта, знают спортсменов, именно на этом интересе можно построить разнообразные задания. Мы пишем письма известным спортсменам со словами поддержки, благодарности, причем сами ребята выбирают своих кумиров. Телевидение предлагает разнообразные репортажи соревнований, средства ИКТ позволяют показать одну-две яркие фотографии, можно держать определенный их набор и при утомлении учеников, показав, предложив подобрать имена прилагательные какими качествами должны обладать биатлонисты? После 2–3 минут заинтересованного обсуждения и пары упражне-

ний–работоспособность восстанавливается.

Я веду работу по толкованию разнообразных терминов, например, что такое «Талисман». «Талисман для каждой Олимпиады выбирается принимающей страной по своему усмотрению. Обычно талисманом выбирают какое-либо животное или иное изображение, которое ассоциируется в представлении большинства людей с принимающей страной.

Традиция была положена во время X зимних Олимпийских игр в Гренобле в 1968 году, когда талисманом стало изображение лыжника».

На этом материале можно выполнять разнообразные творческие задания, развивающие словарный запас, пропагандирующие занятия спортом. И не только это поклонению своим кумирам, но и наши местные события. Приятно, когда после общешкольной игры «Папа, мама и я – спортивная семья», ученики пишут, что нужно заниматься спортом, что им дали эти соревнования, когда и папа, и мама рядом. Поселковые лыжные соревнования или день здоровья, репортаж о встрече Олимпийского огня в краевом центре, даже поход в лес классом–все может дать толчок к раздумью, стать темой работы на уроке русского языка – а формы такой работы разнообразны. Использую такие формы уроков и виды работы на уроках, как:

– проведение уроков в форме викторин, турниров по обобщающим и итоговым темам;

– «Творческие работы» сочинение об изучаемых частях речи («Путешествие в Страну Причастие»); сочинение сказки на тему ЗОЖ, т.к. пропаганда здорового образа жизни, занятий физкультурой «Что мне дает занятие в спорт клубе «Олимпиец»» – и т.п.);

– составление и решение кроссвордов;

– интеллектуальные разминки, игровые пятиминутки: «Кто больше... (назовёт пословиц, поговорок о спорте, подберёт омонимов, синонимов, антонимов).

Урок я обычно заканчиваю вопросами, которые являются рефлексией:

*Какими качествами должны обладать олимпийские чемпионы?*

*Какие виды спорта вы узнали?*

*Сколько зимних видов спорта принимают участие в Олимпиаде?*

*Почему важно быть здоровым?*

Я считаю, что используемые мною приемы на уроках русского языка обогащают словарный запас учащихся, закрепляют орфографические и пунктуационные навыки на материале, который поможет детям грамотно заботиться о своём здоровье, предупредить вредные привычки, будет способствовать их стремлению к здоровому образу жизни.

#### **Список литературы**

1. Сократов Н.В., Тиссен П.П. «Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе школьников». Оренбург. Издательство ОГПУ. 2007 г.
2. Митина Е.П. Здоровьесберегающие технологии сегодня и завтра // «Начальная школа», 2006, № 6