**КУЛЬТУРА ЗДОРОВЬЯ,КАК ФАКТОР ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ СРЕДЫ В ШКОЛЕ**

**Кириллова Ирина Петровна**

**ГБОУ ООШ с.Шпановка**

**2014г**

**“Если вы не думаете о своем будущем,   
у вас, его не будет…”  
выдающий философ XX века  
Бертран Рассел.**

**Актуальность проблемы.**

В законе РФ “Об образовании” сказано: “ Образовательное учреждение создает условия, гарантирующие охрану и укрепление здоровья обучающихся”

Нынешние первоклассники, переступающие порог школы, совершенно не такие, какими были мы в их возрасте, или более старшее поколение. Современная школа находится в процессе поиска новых моделей обучения, предусматривающих разностороннее развитие личности с учетом индивидуальных психофизиологических и интеллектуальных возможностей. В связи с существенным обновлением содержания образования, форм и методов обучения, техническим переоснащением школ, созданием новых моделей образовательного учреждения Формирование молодого поколения происходит сегодня в условиях быстро меняющегося мира, наблюдается усиленная интенсификация учебного процесса. При этом учебные программы не адаптированы к особенностям развития и состоянию здоровья современных школьников.

Сохраняется пассивная позиция семьи и детей по отношению к собственному здоровью. Государственная финансовая поддержка недостаточна. Нет единого программного обеспечения школ, занимающихся проблемами здоровья.

Регионы, школы разрабатывают свои программы, исходя из собственного понимания проблемы.

Все это создает реальные предпосылки для дальнейшего ухудшения здоровья школьников.

Поэтому одной из приоритетных задач, стоящих перед школой в течение последних лет, является сохранение и укрепление здоровья детей. И мотивация школьников к здоровому образу жизни, к культивированию в себе общей культуры здоровья играет здесь очень большую роль. Сейчас как никогда важно помнить о влиянии школы на здоровье учащихся, о ее возможностях организовать качественное развитие, воспитание и обучение детей без ущерба для их здоровья. Грамотное решение этой задачи на всех уровнях – от программно-нормативного до проведения отдельного урока, от отношений в классе и его связей с внешним миром до управления образовательным учреждением. Ведь именно в пространстве школьного детства формируются основы физического, психического и социального здоровья детей. В связи с этим в последнее время наблюдается усиленное внимание к проблемам создания здоровьесберегающей среды, проектированию здоровьесберегающего пространства и **собственно формирование культуры здоровья у участников образовательного процесса**

Проблема создания культуры здоровья рассматриваются в педагогике достаточно давно, их исследовали как зарубежные, так и отечественные педагоги, такие как Я.А.Коменский, И.Г.Песталоцци, Ф.В. Дистервег, К.Д.Ушинский, В.А.Сухомлинский и многие другие.

Раскрывая сущность и структуру понятия “ культура здоровья”, мы рассмотрели его в семантической последовательности понятий: “здоровье”, “культура”, “культура здоровья”, “воспитание”, “воспитание культуры здоровья”.

Как известно, в научной литературе – медицинской, педагогической, психологической, социальной и т.д. – представлено большое количество определений понятия “здоровье”, которое уже в исторически отдаленные времена связывалось с отсутствием болезни и с заключением о том, что если человек не болен, значит, он здоров. Происходящие в настоящее время радикальные изменения в социокультурной ситуации современного общества порождают трансформацию понятий *здоровье, здоровьесберегающая педагогика и здоровьесберегающее пространство, культура здоровья***,**расширяя спектр их значений, и выдвигают их на одно из центральных мест в образовательной практике.

Исследуя понятие “здоровье”, я обнаружила около 300 определений здоровья. Среди них можно выделить основные, где здоровье определяется как:

1) состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов;

2) совокупность физических и духовных способностей, которыми располагает организм, живая личность человека (жизнеспособность);

3) целостное многомерное динамическое состояние в процессе реализации генетического потенциала в условиях конкретной социальной и экономической среды, позволяющее человеку в различной степени осуществлять его биологические и социальные функции;

4) состояние психической деятельности, которое способствует гармоническому взаимодействию обстоятельств действительности и отношением индивидуума к ним, иначе говоря, способность личности контролировать свое поведение, планировать и осуществлять свой жизненный путь в микро– и макросоциальной среде.

Суммируя ряд основных определений, где **здоровье определяется как состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов; совокупность физических и духовных способностей, которыми располагает организм, живая личность человека.**Исходя из этого, что понятие “культура” является сложным междисциплинарным понятием, а точного определения культуры до сих пор нет, мы различаем несколько составляющих общей культуры: нравственную, физическую, национальную, правовую, валеологическую. Т.образом, понятие **“ Культура здоровья”** – **это совокупность элементов, оказывающих жизненно значимое влияние на нормальную деятельность детского организма в процессе образован*ия***.

**К элементам, определяющим культуру здоровья можно отнести:**

* Организация и проведение урока с учетом здоровьесберегающих элементов и технологий;
* Социальное здоровье учащихся;
* Здоровье учителя;
* Благоприятный эмоциональный микроклимат в коллективе.

**“Воспитание культуры здоровья”** – **процесс создания педагогических условий, обеспечивающих развитие личности школьника как субъекта оздоровительной деятельности в соответствии с его интересами, склонностями, способностями, ценностными установками на самосохранение здоровья, а также знаниями, умениями и навыками обоснованного ведения здорового образа жизни.**

**Здоровым** в полной мере можно признать того ребенка, который способен гармонично включаться в свое социальное окружение, при этом адекватно действуя и полноценно реализуясь в нем.

– Здоровый ребенок – практически достижимая норма детского развития. Здоровье ребенка считается в норме, если он:

* В физическом плане – умеет преодолевать усталость, здоровье позволяет действовать в оптимальном режиме;
* В интеллектуальном плане – проявляет хорошие умственные способности, любознательность, воображение, самообучаемость;
* В нравственном плане – честен, самокритичен, *э*ипатичен;
* В социальном плане – коммуникабелен, понимает юмор, сам умеет шутить;
* В эмоциальном плане – уравновешен, способен удивлятся и восхищаться.

– Здоровый ребенок рассматривается в качестве целостного телесно– духовного организма;

Оздоровление понимается как форма развития и расширения психофизиологических возможностей ребенка. Индивидуально – дифференцированный подход является средством оздоровительно – развивающей работы (учет психомоторики, тревожности, интеллекта).

Успешность обучения в школе определяется уровнем состояния здоровья, с которым ребенок пришел в 1 класс. Это исходный фон. В дальнейшем состояние здоровья также имеет главное значение, но не менее важны и условия образовательной среды для сохранения здоровья ребенка, а именно:

* Строгое соблюдение режима школьных занятий (урок – перемена, каникулы, нагрузка);
* Построение урока с учетом динамичности детей, их работоспособности, использование ТСО и средств наглядности;
* Обязательное выполнение гигиенических требований (свежий воздух, адекватная температура, световое, цветовое оформление т.п.);
* Благоприятный эмоциональный настрой (доброжелательность учителя, юмор).

**Вывод:**

Необходимость усиления работы педагогического коллектива по укреплению здоровья детей очевидна. Наши дети сегодня – это наше общество завтра. Будет ли оно здоровым, – об этом необходимо думать уже сегодня. Формированию здорового и безопасного образа жизни школьников может способствовать формирование культуры здоровья.