**Формирование здорового образа жизни младших школьников в условиях специализированного спортивного класса в учебно-воспитательном процессе**

В уставе Всемирной организации здравоохранения здоровье определяется как "Состояние полного физического, духовного и социального благополучия", а не только отсутствие болезней и физических дефектов. Здоровье во все времена считалось высшей ценностью, основой активной творческой жизни, счастья, радости и благополучия человека. В современном обществе оно становится еще и условием выживания. Одно из современных определений здоровья дается, как способность адаптироваться, приспосабливаться к жизни.

По словам президента Российской Академии медицинских наук  
Михаила Ивановича Давыдова:

«Снижение интеллектуального, трудового, репродуктивного потенциала общества и государства – это сегодня, одна из самых важных проблем, требующих глубоко обсуждения, ибо несёт в себе угрозу безопасности самому существованию нации…»

Правительство РФ одобрило Стратегию развития физкультуры и спорта до 2020 года и предлагает увеличить число россиян, которые регулярно занимаются спортом с 22 до 44 миллионов человек.

Министр по делам спорта, туризма и молодежной политике

Виталий Мутко подчёркивает, что

« Приоритет в Стратегии связан с системой подготовки атлетов для спорта высших достижений».

Министр сообщил, что стране требуется 3,5 тысячи атлетов по 45 видам спорта...

В ТО ЖЕ ВРЕМЯ!

По данным НИИ педиатрии:

* 14 % детей практически здоровы;
* 50 % детей имеют отклонения в развитии опорно-двигательного аппарата;
* 35 – 40 % детей страдают хроническими заболеваниями.

На Научной сессии «Здоровье и образование детей — основа устойчивого развития российского общества и государства»

Прозвучало:

* Ни одного абсолютно здорового выпускника!
* От начальных классов к старшим продолжает расти доля хронических заболеваний, переходящих с возрастом в хроническую патологию.

Каковы **причины** этого?

* Непрерывное увеличение объёма и сложности учебного материала, дезадаптация, хроническое переутомление детей, обучающихся в спортивных классах;
* Низкий уровень мотивации потребности учащихся в здоровом образе жизни;
* Необходимость подготовки атлетов для профессионального спорта
* Неразработанность системы формирования здорового образа жизни детей-спортсменов

Я попыталась сформулировать **противоречия:**

С одной стороны – это ***непрерывное увеличение объема и сложности***

***учебного материала, интенсификация учебного процесса***  **и *дезадаптация детей, хроническое переутомление, провоцирующее рост заболеваний (с другой стороны).***

А так же (с одной стороны) – ***это необходимость подготовки атлетов для спорта высших достижений***  **и неразработанность системы формирования здорового образа жизни детей, обучающихся в спортивных классах (с другой стороны).**

На основании этого я считаю, что **проблема** заключается в

Cохранении здоровья учащихся спортивного класса с насыщенной тренировочной нагрузкой и

привития им навыков здорового образа жизни

В связи с этим тема представленного опыта звучит так:

**Формирование здорового образа жизни младших школьников в условиях специализированного спортивного класса в учебно-воспитательном процессе**

Я считаю, что она актуальна в масштабах страны, так как здоровье нации в опасности, как сказал президент мед. наук. Эта тема актуальна для наших детей, т.к. дети – это наше будущее.

Эта тема особенно актуальна для детей моего класса, так как это единственный специализированный класс в нашей школе, где обучаются дети, подающие большие надежды в спорте.

В основу разрабатываемой системы легли:

* идеи и положения валеологического образования,
* концепция физкультурного образования и формирования здорового образа жизни
* ключевые позиции концепции начального образования

На основании распоряжения главы города Смоленска   
01 сентября 2005 года в нашей школе, совместно с специализированной детско-юношеской спортивной школой Олимпийского резерва №1 был открыт специализированный класс по спортивной гимнастике с углублённым учебно-тренировочным процессом.

Изучив теоретические основы, я поставила перед собой цель:

Создание условий, способствующих обеспечению охраны здоровья учащихся, формированию культуры здорового образа жизни, способствующей высоким достижениям в спорте в условиях совместной работы с детско-юношеской спортивной школой олимпийского резерва №1.

В этот класс были отобраны 14 детей (7 мальчиков и 7 девочек, занимающихся спортивной гимнастикой с 3-5 лет). Дети занимались у разных тренеров, поэтому моё взаимодействие впоследствии осуществлялось с шестью тренерами. У каждого свой подход, свои методы, но все они нацелены на то, чтобы добиться от детей высоких результатов в спорте.

Однако, анализ заболеваемости по материалам медицинских карт показал, что всего из спортивного класса здоровых только

2 человека, которые имеют I группу здоровья.

Ко II группе (т.е. с небольшими отклонениями в здоровье) – 8 человек.

III группу здоровья (т.е. дети с хроническими заболеваниями) имеют 4 человека

В ходе бесед с медицинскими работниками спортивной школы, я с удивлением для себя выяснила, что основные заболевания детей, серьёзно занимающихся спортивной гимнастикой - это:

* Сколиоз и ассиметричная осанка (в моём классе – это 6 человек)
* Плоскостопие и плоско-вальгусная установка стоп (4 чел)

В связи с этими данными, изучив теоретические основы, я поставила перед собой цель:

создание условий, способствующих обеспечению охраны здоровья учащихся, формированию культуры здорового образа жизни, способствующей высоким достижением в спорте в условиях совместной работы с детско-юношеской спортивной школой Олимпийского резерва № 1.

Для достижения этой цели я поставила перед собой следующие задачи:

* Обеспечить создание и развитие здоровьесберегающей среды обучения и воспитания учащихся класса;
* Создать систему физкультурно-оздоровительной работы
* Обеспечить педагогические условия, препятствующие хроническому переутомлению детей-спортсменов
* Создать систему внеурочной просветительской работы, направленной на формирование ЗОЖ.

Модель здоровьесберегающей образовательной среды, неразрывно соединяет педагогику, психологию, медицину, школу и семью.