ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ НА УРОКАХ ПРИ РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС НОО

**ЧЕРКАСОВА О.А, у**читель начальных классов, МБОУ гимназия №9, Воронеж

Одной из приоритетных задач ФГОС НОО является укрепление и сохранение здоровья детей. «Школа должна обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать эти знания в повседневной жизни». По концепции стандартов второго поколения здоровье понимается как совокупность нескольких составляющих, среди которых: физическое, психическое, духовное, социальное здоровье. В Примерной образовательной программе начального общего образования четко обозначены цели и задачи деятельности образовательного учреждения по данному направлению. Эта деятельность должна:

·        сформировать представление о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье, в том числе о влиянии на здоровье позитивных и негативных эмоций, получаемых от общения с компьютером, просмотра телепередач, участия в азартных играх;

·        дать представление с учётом принципа информационной безопасности о негативных факторах риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, инфекционные заболевания, переутомления и т. п.), о существовании и причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье;

·        сформировать представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;

·        научить соблюдать правила личной гигиены и развить готовность на основе правил использования самостоятельно укреплять и поддерживать своё здоровье;

·        сформировать представление о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах;

·        сформировать представление о рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха, двигательной активности, научить ребёнка планировать, анализировать и контролировать свой режим дня;

·        обучить элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);

·        сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;

·        научить учащихся делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;

·        сформировать потребность ребёнка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития.

Принципиальное значение для формирования гармонично развитой личности имеет здоровьесберегающая образовательная среда. Если в школе будет создана такая среда (климат здоровья, культуры доверия, личностного созидания), станут возможными полноценное сохранение и укрепление здоровья, обучение здоровью, формирование культуры здоровья, усвоение ее духовно-нравственных, эстетических, физических компонентов.

Воспитание экологической культуры, культуры здорового и безопасного образа жизни должно идти в следующих направлениях: учебная деятельность, внеучебная деятельность, воспитательная деятельность, социально-значимая деятельность. Таким образом здоровьесбережение должно охватывать весь учебный и воспитательный процесс. Работа должна вестись комплексно и на всех ступенях образования. К целостности системы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся, воспитанников предъявляются следующие требования: системность деятельности; взаимодействие с органами власти, научными учреждениями и учреждениями дополнительного образования, правоохранительными органами; преемственность и непрерывность обучения здоровому образу жизни; комплексный подход в оказании помощи обучающимся; контроль и отслеживания сформированности здорового образа жизни.

Для формирования здорового образа жизни к образовательному процессу предъявляются особые требования. Такие как включение в основную общеобразовательную программу разделов по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни. А также предусмотрена реализация дополнительных образовательных программ, ориентированных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни. Учителю и воспитателю необходимо использовать формы, методы обучения и воспитания, педагогические технологии, с учетом возрастных возможностей и особенностей обучающихся и воспитанников. При организации уроков и внеурочной деятельности педагог должен учитывать нормы двигательной активности. Необходимо обеспечить благоприятные психологические условия образовательной среды и учет индивидуальных особенностей учащихся.

Литература:

1.Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. М.: «ВАКО»,2004. – 296 с.

2. Дереклеева Н.И. Справочник классного руководителя: 1 – 4 классы. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: ВАКО, 2008. – 352 с.

3. Приказ Министерства министерства образования и науки РФ от 10 октября 2010 г. № 986