Климов А.П.

ФГБОУ ВПО ЯГПУ им. К.Д. Ушинского

г. Ярославль

*Современный подход к здоровьесбережению обучающихся в рамках реализации ФГОС второго поколения*

В современных условиях реализации ФГОС начального общего образования основная ориентация учителя начальных классов должна быть связана с усилением внимания к таким важным качествам, как формирование ценностных ориентиров, в том числе отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих людей. «Одной из современных задач начального образования является сохранение и укрепление 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.» [1]

Современные школьники всё реже стали вести подвижный образ жизни. Это связано в первую очередь с тем, что появилось большое количество новых цифровых технологий: планшеты, смартфоны, компьютеры и игровые консоли. Из режима дня школьников практически исключились прогулки на свежем воздухе, мало кто занимается в спортивных секциях. В следствие этого появляются проблемы в концентрации внимания, памяти, запоминания учебного материала, проблемы с усидчивостью на уроках, школьные страхи. У таких детей появляются проблемы личностного плана. Наоборот, здоровый ребёнок жизнерадостен, оптимистичен, открыт в общении со сверстниками и взрослыми и способен быстро налаживать контакт с другими людьми.

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; сформировать представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни; научить выполнять правила личной гигиены и развить готовность на основе их использования самостоятельно 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 составлять, анализировать и контролировать свой режим дня, и это ещё не все пункты по здоровьесбережению учащихся, которые прописаны в данном документе.[2]

Здоровьесберегающие технологии позволяют обучающимся следить за своим здоровьем не только во время учебного процесса, но так же во время внеурочной деятельности. Давайте рассмотрим несколько форм работы по здоровьесбережению обучающихся во время учебного процесса.

1. Уроки физической культуры. В начальной школе на этот предмет отводится, с 1 по 4 класс, 3 часа в неделю. Во время урока, обучающиеся, выполняя физические упражнения, укрепляют свои мышцы, отдыхают от умственных нагрузок и снимают эмоциональное напряжение.

2. Физкультминутка. Это неотъемлемая часть любого урока в начальной школе. Небольшое количество упражнений, позволяют детям расслабить мышцы, немного отдохнуть и настроиться на дальнейшую работу.

3. Прибегая к своему опыту работы в школе, я отмечаю следующее, что работа педагога по здоровьесбережению обучающихся строится не только во время уроков, а также во внеурочной деятельности. В частности, в моем классе разработана программа по внеурочной деятельности, в которой присутствует один из модулей «Уроки доктора Здоровье». Изучение данного модуля началось с 1 класса и завершится в 4 классе. На данных занятиях проводятся беседы с обучающимися по различным темам здоровья, игры на свежем воздухе, разрабатываются проекты.

4. В рамках общешкольных мероприятий проводятся спортивные вечера для обучающихся и их родителей «Папа, мама, я – спортивная семья», в которой принимают участие как начальная школа, так и основная школа.

Таким образом, можно утверждать, что современный подход к здоровьесбережению обучающихся направлен на:

1. обеспечение физического и психического здоровья;

2. повышение мотивации учебной деятельности, предотвращение утомляемости и усталости;

3. создание благоприятной и комфортной среды на уроке;

4. создание условий самовыражения обучающихся.

Библиографический список

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

2. Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения. Начальная школа / [сост. Е. С. Савинов]. — 4-е изд., перераб. — М. : Просвещение, 2012. — 223 с.