**РЕШЕНИЕ ЗАДАЧ** **ЗДОРОВЬЯСБЕРЕЖЕНИЯ МЛАДШЕГО**

**ШКОЛЬНИКА В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ**

«Забота о здоровье ребёнка –это

не просто комплекс санитарно-

гигиенических норм и правил…

и не свод требований к режиму,

питанию, труду, отдыху.

Это прежде всего забота о

гармоничной полноте всех

физических и духовных сил, и

венцом этой гармонии является

радость творчества»

В.А.Сухомлинский

Здоровьесберегающие образовательные технологии можно рассматривать как технологическую основу здоровьесберегающей педагогики – одно из самых перспективных систем ХХI века, и как совокупность приемов, форм и методов организации обучения школьников, без ущерба для их здоровья, и качественную характеристику любой педагогической технологии по критерии ее воздействия на здоровье учащихся.

Многие годы человек проводит в стенах образовательных учреждений, поэтому ценностное отношение к здоровью не может формироваться без участия педагогов. Долгое время наше образование не уделяло должного внимания сохранению, укреплению и развитию здоровья, уходило от оценок влияния педагогического процесса на психическое состояние обучаемых, не рассматривало образовательные технологии с точки зрения здоровьесберегающей направленности. В основном проводились спортивные мероприятия в учебное время и не уделялось должного внимания оздоровительному отдыху во время каникул. Как показывает статистика, лишь малая часть выпускников школы относятся к числу здоровых. Таким образом, каждому учителю необходимо учитывать, что присутствующий на уроке в обычной школе ребенок, как правило, не здоров.

Проблема сохранения и развития здоровья в последнее десятилетие приобрела статус приоритетного направления. Одним из показателей эффективности образовательного процесса в современной школе является уровень сформированности компонентов здоровья. Основополагающим в развитии здорового ребёнка является духовно – нравственный компонент здоровья, определяющий умение строить отношения с близкими и друзьями, реализацию потребности в самопознании и самосовершенствовании.

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья и интеллектуальное развитие ребёнка должны быть взаимодополняющими и взаимоопределяющими компонентами в системе формирования целостной личности. Одним из условий здоровья личности является успешность в его деятельности. Это деятельность детей в школе. В большинстве случаев, активные позиции в школе, хорошая успеваемость – это факторы благополучного самочувствия детей. В свою очередь, возможность развивать свои индивидуальные способности и раскрывать свой творческий потенциал – главное условие в обеспечении благоприятных условий.

Начальная школа играет исключительно важную роль в общей системе образования и должна обеспечить целостное развитие личности ребёнка, его социализацию, становление элементарной культуры деятельности и поведения, формирование интеллекта и общей культуры.

Процесс организации здоровьесберегающего обучения должен носить комплексный характер, поскольку здоровье представляет собой «состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов».

Поэтому для формирования, сохранения и укрепления этих составляющих  целостного здоровья человека  в деятельность нашего образовательного учреждения, в частности, в начальную школу, внедряются здоровьесберегающие технологии, которые помогают решить важнейшие задачи - сохранить здоровье ребенка, приучить его к активной здоровой жизни. Учителя начальных классов продолжают поиски педагогических технологий, позволяющих решить задачу совмещения высокой продуктивности учебного процесса с такими педагогическими технологиями, которые позволяют сохранить, а в некоторых случаях и укрепить уровень имеющегося здоровья.

Решение задачи оздоровления имеет различную реализацию в

соответствии с особенностями каждого возраста. Например, среди различных

возможностей оздоровительной работы в школе большое значение имеют

физические упражнения. Движение стимулирует процессы роста, развитие и

формирование организма, способствует становлению и совершенствованию

высшей психической и эмоциональной сферы, активизирует деятельность

жизненно важных органов и систем, способствует повышению общего тонуса.

Для этого в режим дня учащихся начальных классов были введены

физкультурные паузы и удлиненны перемены. Благодаря этому увеличили

объём двигательной активности школьников. Большое оздоровительное

значении в режиме дня учащихся имеет подвижная перемена. Игры – хороший

отдых между уроками; они снимают чувство усталости, тонизируют нервную

систему, улучшают эмоциональное состояние и повышают работоспособность.

Во время уроков применяются физкультминутки, направленные не только на

снятие усталости, но и на снятие усталости глаз.

Таким образом, правильная организация обучения даёт возможность предотвратить перегрузки и усталость у школьников, а также помогает детям осознать важность сохранения здоровья.

Литература

* 1. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе 1-4 классы М.: Вако. 2004.
  2. Лецких А.А. «Подвижный» способ обучения и его влияние на развитие учащихся // Завуч начальной школы. 2004. №1.
  3. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. М.: АПК ПРО. 2002.