**УДК 159.942.5 *Бяшарова Н.Н.***

**ВОСПИТАНИЕ ЧУВСТВА ОТВЕТСТВЕННОСТИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ЗА СВОЁ ЗДОРОВЬЕ**

Россия, Самарская обл., Нефтегорский р-он,

ГБОУ СОШ с. Утёвка

e-mail: [Natasha.1970@yandex.ru](mailto:Natasha.1970@yandex.ru)

Школа нового поколения – школа успеха. Школа нового поколения - учит мыслить. Работа учителя направлена на   развитие у учащихся умений мыслить, рассуждать, искать решения проблем. Этому способствует деятельностный подход в обучении, через применение различных образовательных развивающих технологий. Дети должны получить возможность раскрыть свои способности, подготовиться к жизни в высокотехнологическом конкурентном мире. Школа нового поколения – школа здоровья, в которой задачи физического развития и формирования здоровья имеют приоритетное значение. Здоровье ребёнка должно пониматься как единое целое, которое состоит из отдельных, но тесно взаимосвязанных аспектов: духовного, физического, психического и социального здоровья. Каждое образовательное учреждение призвано обеспечить не только учебный процесс, но равно содействовать развитию учащихся и охране их здоровья. Поэтому одной из целей педагогической деятельности стало *формирование основ здорового образа жизни младших школьников средствами здоровьесберегающих технологий в процессе обучения и воспитания.* Задача педагога – найти *формы и методы работы, которые позволят сохранить и улучшить здоровье детей, сформировать у них основы валеологической грамотности, ценностного отношения к здоровью.*

Для достижения поставленной цели нужно проводить диагностическую работу (оказание психолого-педагогической помощи, ежегодный медицинский осмотр, экспрессдиагностика состояния здоровья учащихся, «дневники наблюдения» классного руководителя); лечебно-оздоровительную работу (вакцинопрофилактика, витаминизация, посещение санаториев, изучение санитарных норм); профилактическую работу – общеоздоровительные мероприятия (горячее двухразовое питание, участие в массовых оздоровительных мероприятиях, двигательные действия на уроке, подвижные перемены, эмоциональные разрядки, оздоровительная гимнастика, физкультминутки, упражнения правильной осанки, самомассаж, гимнастика до уроков на свежем воздухе, игры, экскурсии, прогулочные занятия, физический труд как форма активного отдыха).

Перечисленное должно входить в целостную воспитательно-образовательную систему, которая учитывает индивидуальность и возможности образовательного учреждения. Сбережение и укрепление здоровья детей – одна из острых проблем современной жизни. Она многогранна и требует усилий со стороны многих специалистов, в том числе и учителей начальных классов, через внедрение системы знаний о человеке, о его здоровье, способах его формирования и сохранения. Главное в работе по здоровьесбережению детей – воспитать потребность вести здоровый образ жизни, который предполагает выполнение правил сохранения и укрепления здоровья: содержать в чистоте своё тело, одежду и жилище, правильно питаться, сочетать труд и отдых, вести подвижный образ жизни, отказаться от вредных привычек. Вся жизнь человека должна быть наполнена творчеством, созиданием, непрерывным трудом по самосовершенствованию. Весь мир бытия человека, пронизанный феноменом творчества, вбирает в себя всё богатство культуры человечества, его традиций. Творчество как «норма жизни» и здоровье как «норма жизни» находятся в неразрывном и взаимовыгодном единстве. В педагогическом контексте процесс творчества и здоровьетворения носит обоюдный характер. Так через организацию креативной образовательной среды формируется и развивается культура здоровья и здоровьетворения педагога и воспитанника. Здоровьесбережение – один из факторов созидания общества, развития культуры и двигатель прогресса. Это не только потребность человека, это его достояние и жизненная ценность и, наконец, это его обязанность – быть здоровым, вести продуктивный в социальном и экономическом плане образ жизни. В полноценном развитии младших школьников первостепенное значение имеет создание оптимальных условий для образовательного процесса, отдыха и оздоровления детей.

В настоящее время стал актуальным вопрос об учебных перегрузках учащихся. Для того чтобы предупредить у школьников утомление или переутомление на уроках, необходимо использовать инновационные образовательные технологии. Большинство детей приходят в школу с ослабленным здоровьем, и в процессе обучения здоровье продолжает ухудшаться, что напрямую зависит, в том числе от учебных нагрузок. Причинами перегрузок учащихся являются интенсификация учебного процесса, несоблюдение норм СанПиН, иногда непрофессионализм учителя. Перегрузка зависит не столько от количества, сколько от качества работы. Учебная нагрузка напрямую зависит от психологического отношения школьников к учению: если процесс получения знаний интересен и мотивирован, то усвоение материала не создаёт эффекта перегрузки. И, наоборот, то, что вызывает у учащихся отторжение или кажется им бессмысленным, может вызвать переутомление даже при небольших объёмах учебного материала. Здоровьесберегающие образовательные технологии – это система мер по охране и укреплению здоровья учащихся, совокупность принципов, приёмов, методов педагогической работы, дополняющих традиционные педагогические технологии. Понятие «здоровьесберегающая» - качественная характеристика любой образовательной технологии. Педагог должен не только прививать ребенку умение сохранять свое здоровье и психику в потоке стремительного роста информации и стрессов, закреплять в сознании радостное ощущение жизни, но и уметь владеть собой, формировать здоровьетворящее мышление, которое направлено на достижение согласия с самим собой и окружающим миром. Конечно, многое зависит от условий жизни в семье, от родителей. Но дети проводят в школе значительную часть дня. Поэтому к каждому ученику нужно применять индивидуальный подход, минимизирующий риски для здоровья в процессе обучения. Как педагог начальной школы я хочу поделиться опытом, как я справляюсь с данной задачей и представить программу по внеурочной деятельности «Хочу быть здоровым!». И по мере взросления моих детей я приведу им такие слова *А. Шопенгауэра:* «*Девять десятых нашего счастья зависит от здоровья. Здоровье до того перевешивает все остальные блага жизни, что поистине здоровый нищий счастливее больного короля».*

**Выводы по работе**

Задача нашей школы заключается в необходимости помочь каждому ребенку осознать свои способности, создать условия для их развития, способствовать сохранению и укреплению здоровья ребенка, т.е. осуществлять личностно-ориентированный подход при обучении и воспитании.Еще В.А. Сухомлинский писал: «Опыт убедил нас в том, что примерно у 85% всех неуспевающих учеников главная причина отставания в учебе – плохое состояние здоровья, какое-нибудь недомогание или заболевание, чаще всего совершенно незаметное и поддающееся излечению только совместными усилиями матери, отца, врача и учителя». Поэтому, создавая здоровьесберегающую среду в школе, мы достигаем двух целей:

1. Сохраняем здоровье учащихся.

2. Добиваемся положительных результатов в учебном процессе.

Но транслировать детям можно только то, чем обладаешь сам.Выдающийся философ XX века Бертран Рассел заметил: «Если вы не думаете о своем будущем, у вас его не будет…»Наше будущее – это наши дети. Школа здоровья – непростой, но интересный, наполненный событиями, личными достижениями и перспективами путь саморазвития и постижения жизни. Совместная задача педагога и родителей вырастить их здоровыми, любознательными, активными, целеустремленными, компетентными людьми. Культура здорового образа жизни личности - это часть общей культуры человека, которая отражает его системное и динамическое состояние, обусловленное определенным уровнем специальных знаний, физической культуры, социально-духовных ценностей, приобретенных в результате воспитания и самовоспитания, образования, мотивационно-ценностной ориентации и самообразования, воплощенных в практической жизнедеятельности, а также в физическом и психофизическом здоровье.Мы вместе учимся думать, беречь, заботиться и укреплять свое здоровье. Здоровый ребенок – хороший ученик.

**Литература**

1. Карасева Т.В. Современные аспекты реализации здоровьесберегающих технологий // «Начальная школа», 2005, №11.

2. Мирошниченко.Т.А. Система работы по внедрению здоровьесберегающих технологий в образовании. Волгоград, 2007.

3. НагавкинаЛ.С., Татарникова Л.Г. Валеологические основы педагогической деятельности. СПб., 2005.

4. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы. М., 2003.

5. Соловьёв Г.М., Соловьёва Н.И. Здоровьесберегающая система образования и обеспечение здоровья и формирования культуры здорового образа жизни учащихся. М., 2007.

**Интернет – ресурсы:**

1. <http://www.shkolnymir.info/>. О. А. Соколова. Здоровьесберегающие образовательные технологии.