**«Решение проблем здоровьесбережения в учебном процессе через развитие познавательных способностей младших школьников»**

Учитель начальных классов Кучерявая Наталья Владимировна

*Ничто так не содействует успеху нашей деятельности,*

*как крепкое здоровье.*

*Наоборот, слабое здоровье слишком мешает ей.
Френсис Бэкон*

*Слова, сказанные английским философом в далеком прошлом, очень актуальны и в ХХI веке.*

*Самое драгоценное, что есть у человека- это здоровье. С этим трудно не согласиться.* Однако в последние десятилетия здоровье детей вызывает у специалистов большую тревогу. По данным разных исследований за последние годы здоровы лишь от 5 до 25% школьников. А ведь хорошее самочувствие ребенка - важное условие успешного усвоения им школьной программы. Поэтому, здоровье детей должно быть в центре внимания общества.

 Нельзя сделать человека счастливым принудительным путем, так и нельзя его сделать здоровым принудительно. Необходимо помнить, что бережное отношение к своему здоровью, а соответственно и ориентация на здоровый образ жизни не появляются у детей сами собой, а формируются в результате целенаправленного педагогического воздействия.

Я работаю по развивающей системе Л.В.Занкова, главной задачей которой является общее развитие ребенка. У ребенка, обучающегося по данной программе, создается представление о школе как месте, где он будет принят целиком - со всеми своими чувствами, мыслями, переживаниями. Данная технология помогает ребенку построить содержательный образ «настоящего школьника». Но как сделать, чтобы ребенку было интересно учиться? Как, не навредив здоровью, развивать его познавательную активность? Ведь активизация познавательной деятельности учащихся - одна из актуальных проблем на современном этапе развития педагогической теории и практики.

Важнейшим фактором в развитии познавательной деятельности является создание действенных и эффективных условий для развития познавательных способностей детей, их интеллекта и творческого начала, расширения кругозора. Развитие активности, самостоятельности, инициативности, творческого подхода к делу – это требования самой жизни. Поиски путей развития активизации познавательной деятельности у младших школьников, развитие их познавательных способностей и самостоятельности – задачи, которые нужно решать.

Психологические особенности младших школьников, их природная любознательность, отзывчивость, особая расположенность к усвоению нового, готовность воспринимать всё, что даёт учитель, создают благоприятные условия для развития познавательной деятельности.

**Факторы, формирующие познавательную активность учащихся можно выстроить в следующую цепочку:**



Работа в системе развивающего обучения убедила меня в том, что у учащихся возрастают глубина понимания учебного материала, познавательная активность и творческая самостоятельность. Но нельзя забывать о здоровье учащихся. Здоровье - во все времена считалось высшей ценностью жизни.

 Анализ результатов медицинских осмотров учащихся моего класса, состояние посещаемости занятий - свидетельствует о том, что отклонение в здоровье имеет значительная часть ребят. Поэтому, я уделяю большое внимание - здоровью своих учеников и во внеурочное время.

 ***В целях повышения здоровья учащихся решаю следующие задачи***:

 Рационально организовываю учебный процесс и режим учебной нагрузки учащихся; формирую собственное отношение учащихся к проблемам сохранения и защиты своего здоровья; учащиеся класса принимают активное участие в спортивных соревнованиях «Веселых стартах», «Днях здоровья». Пропагандирую занятия детей в спортивных секциях и кружках. Использую в образовательном процессе малые формы здоровьесбережения: физкультурные паузы, подвижные перемены. Уроки провожу в доброжелательной обстановке. Использую разнообразные формы учебной деятельности, что снимает усталость учащихся. Обязательный учет возрастных гигиенических норм режима труда и отдыха. Организация рационального питания, питьевого режима, общественно-полезного труда. Профилактика нарушения зрения: рассаживание учащихся по медицинским показателям, проведение гимнастики для глаз. Повышаю своё педагогическое мастерство и квалификацию. Работаю в контакте с медицинским работником, родителями.

**Формы и методы, которые я использую для укрепления здоровья учащихся в моем классе**.

 Считаю, что успешное обучение может осуществляться только если учитель будет постоянно уделять внимание укреплению здоровья учащихся. Поэтому, я на своих уроках создаю положительный эмоциональный настрой на индивидуальные способности, стараюсь создать ситуацию успеха для каждого ребенка. Чтобы в процессе обучения больше влиять на продвижение учеников ввожу более трудные вопросы и задания на всех этапах обучения. Даю задания на сравнение, группировку. Чтобы все учащиеся класса справлялись с заданиями на группировку, я их дифференцирую, варьирую по уровню трудности. Использую на уроках игровые моменты, провожу уроки-путешествия, уроки-викторины. На уроках математики даю задачи на смекалку, стихотворные математические задачи, головоломки. Работая над головоломками, дети могут, не отвлекаясь, подолгу упражняться в преобразовании фигур по заданному образцу, по собственному замыслу. После выполнения самостоятельных заданий провожу коллективное обсуждение, в работу вовлекаю всех учащихся. На своих уроках организовываю групповую, коллективно-распределительную деятельность учащихся. Поощряю активность детей на уроке.

От учителя зависит, какое воздействие на здоровье ребят окажет образовательный процесс, он может дискредитировать грамотно выстроенную систему заботы о здоровье школьников. Но также в этот процесс должны быть включены все участники образовательного процесса: педагог, учащиеся и родители.