

«УЧИТЕЛЬ ЗДОРОВЬЯ РОССИИ – 2016»

Подготовила

учитель начальных классов

МКОУ «Солнцевская СОШ»

Солнцевского района Курской области

Прозорова Елена Алексеевна



«Здоровый человек – самое драгоценное произведение природы»

Томас Карлейль

“Укрепить здоровье человека в детстве, – говорил Сухомлинский, – не допустить, чтобы ребёнок вступал в юность хилым и вялым, – это значит дать ему всю полноту жизненных радостей. Без радости невозможна гармония здорового тела и здорового духа. Если ребёнок, очарованный красотой полей, мерцанием звёзд, бесконечной песнью кузнечиков и запахом полевых цветов, слагает песню, значит, он находится на вершине этой гармонии тела и духа”.

В. Сухомлинский



В настоящее время в нормативных документах Министерства образования и науки и Министерства здравоохранения и социального развития России активно используется понятие «культура здоровья» как целевая установка в образовательных и оздоровительных программах для школьников. задачей школы является полноценная подготовка школьника к самостоятельной жизни, а не доведение его без болезней до последнего звонка. И мотивация школьников к здоровому образу жизни, к культивированию в себе общей культуры здоровья играет здесь очень большую роль. только 5% выпускников школ считаются практически здоровыми. Среди различных причин, неблагоприятно влияющих на здоровье школьников, особо следует выделить социальные пороки, калечащие физическое и психическое здоровье людей: бездуховность, наркоманию, алкоголизм; эколого-генетические факторы, обусловленные изменением условий среды и питания, а также малоподвижный образ жизни.

Все это говорит об актуализации решения возникшей проблемы и качественно новом подходе к воспитанию и обучению в общеобразовательных учреждениях. Поэтому, с моей точки зрения, необходимо планировать образовательный процесс так, чтобы в нем приоритетным стало формирование культуры здоровья обучающихся, духовности, нравственности.



Проблемы воспитания культуры здоровья разрабатываются в педагогике достаточно давно, их исследовали как зарубежные, так и отечественные педагоги, такие как Я.А. Коменский, И.Г. Песталоцци, Ф.А.В. Дистервег, К.Д. Ушинский, В.А. Сухомлинский. В последние годы появилось много трудов, раскрывающих сущность и содержание валеологического воспитания школьников (И.И. Брехман, Э.Н. Вайнер, В.В. Колбанов, Л.Г. Татарникова и др.).

Особенности организации воспитательного процесса в сельской школе изучены Л.В. Байбородовой, В.В. Копусовой, М.И. Рожковым, А.Н. Хузиахметовым, А.П. Чернявской.

В течение последних лет я провожу исследовательскую работу по теме «Формирование культуры здоровья младших школьников в деятельности классного руководителя общеобразовательной школы».



Диапазон опыта: проблемное структурирование деятельности классного руководителя на основе Федеральной программы «Здоровье».

В основе моего педагогического опыта лежат идеи следующих авторов:

В.Н. Ирхина, И. В. Ирхиной (о теоретических и технологических аспектах деятельности учителя по валеологизации учебного процесса);

Р. Вейсен, Дж.Оли, В.Эванс, Дж. Ли, Б. Спрунгер, Д. Пеллаукс (о создании технологии обучения жизненно важным навыкам в школе);

Е.Н. Степанова и др. (формирование представлений о современных подходах и концепциях воспитания.

Н.Е. Щурковой (о формировании у школьников образа жизни, достойной Человека)

В системной последовательности приобщение к проблеме здоровья выглядит так:

- Осознание проблемы негативного воздействия школы на здоровье учащихся и необходимости её разрешения.
- Признание своей ответственности за неблагополучие состояния здоровья учеников.
- Овладение необходимыми здоровьесберегающими образовательными технологиями.
- Изучение литературы по данной проблеме.



- Реализация полученной подготовки на практике в тесном взаимодействии с учащимися, медиками, родителями.
- Навыки здорового образа жизни формируются в основном в практической деятельности, в повседневной жизни, в поведении на экскурсиях, прогулках, уроках, в семье. Поэтому работу следует вести по системе, которая включает и занятия курса «Здоровый образ жизни», уроки «Человек и мир», физкультуры, а также внеклассную работу.



вся работа строится в тесном контакте с родителями.



**МЫ ЗА
ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ!**

Здоровый образ жизни - это радость для больших и маленьких в доме, но для его создания необходимо соблюдение нескольких условий. Одно из важнейших - создание благоприятного морального климата в семье, что проявляется в доброжелательности, готовности простить и понять, в заботе о здоровье членов семьи.

Второе условие - тесная, искренняя дружба детей и родителей, их постоянное стремление быть вместе, общаться, советоваться.

Третье условие - повышенное внимание к состоянию здоровья всех членов семьи.

Принципы здоровьесотворяющего образования и культуросотворческая среда являются фундаментом для реализации целевых установок по формированию культуры здоровья учащихся, которые, на мой взгляд, должны быть следующими:



приобретение и усвоение знаний о том, как сохранить свое здоровье и предупредить его нарушение;

формирование духовно-нравственных качеств личности (ответственности, честности, доброты, милосердия;

развитие умений и навыков безопасной, здоровой жизни; воспитание культуры здоровья (поведения, питания, общения, быта, труда, отдыха, досуга и т. д.);

воспитание трудолюбия, духовной культуры, патриотизма, национального самосознания, толерантности;

формирование устойчивого иммунитета и негативного отношения к табаку, алкоголю, наркотикам;

воспитание гуманистических ориентиров поведения, исключая жестокость, насилие над личностью;

воспитание потребности в занятии физической культурой, закаливании и совершенствовании физических способностей и возможностей организма человека;

формирование культуры взаимодействия с природой, окружающим нас миром;

развитие умений оказать первую медицинскую помощь;

формирование у обучающихся знаний о здоровой семье, роли родителей в воспитании здоровых детей.

Свою деятельность как классный руководитель я выстраиваю по следующим направлениям: мониторинг показателей здоровья обучающихся, предупреждение заболеваний, организация психологической поддержки, профилактика вредных привычек, физическое воспитание, духовно-нравственное воспитание.



В своей деятельности по формированию культуры здоровья обучающихся я использую следующие формы и методы:

1. Методы формирования сознания включают следующие формы деятельности:

классные часы, их проведение и тематику я заранее предусматриваю при составлении плана воспитательной работы; беседы и диспуты провожу с классом или индивидуально, предполагая интеллектуальную и эмоциональную активность школьников;

читательские конференции помогают не только расширить кругозор обучающихся, но и усвоить нормы и принципы нравственности;

мини-лекции использую как самостоятельную форму работы школьников, продолжительность которых не более 10-15 минут; для проведения некоторых лекций приглашаю детского врача сотрудников ГИБДД и пожарной службы.



Установление контакта с родителями по вопросам здоровья детей:

- информация врачей о здоровье учащихся на классных и общешкольных собраниях, их рекомендации по укреплению здоровья школьников;
- индивидуальные и групповые консультации «Здоровье» для родителей, совместные занятия оздоровительной физкультурой для детей родителей, спортивно-развлекательные праздники «Папа, мама, я - спортивная семья», «Вместе с сыном, вместе с дочкой»;
- лекторий для родителей (лекции врачей, учителей, работников ГАИ, пожарной охраны, психолога, социолога).



2. Методы организации деятельности и формирования опыта поведения включают в себя ряд форм:

педагогическое требование к выполнению норм поведения, правил по организации здорового образа жизни в виде просьб, совета, намека;

приучение и упражнение содействуют формированию устойчивых способов поведения, привычек здорового образа жизни и отражают сознательные установки личности; регулярное участие в спортивных и оздоровительных мероприятиях формируют качества здоровой личности;

воспитывающие ситуации я применяю с целью формирования новых норм поведения по отношению к собственному здоровью;

тренинги помогают мне изменить негативные внутренние установки обучающихся (в том числе и в отношении наркотизации), пополнить их психологические знания, сформировать определенный опыт позитивного отношения к себе, к окружающим людям, к миру в целом;

круглый стол, данные формы я применяю для формирования четких позиций, оценочных суждений в отношении тех или иных представлений о здоровом образе жизни.



3. Методы стимулирования поведения и деятельности помогают мне формировать у обучающихся умения правильно оценивать свое поведение, что способствует осознанию ими своих потребностей, пониманию смысла жизнедеятельности. Поощрение применяю в различных вариантах: одобрение, похвала, благодарность, предоставление почетных прав, награждение. Наказание состоит в лишении или ограничении определенных прав; в выражении морального порицания, осуждения.

4. Метод игровых ситуаций я применяю, так как он позволяет легко, увлекательно усваивать обучающимся на практике правила здорового образа жизни. Очень часто использую игровые ситуации проблемно-поискового характера, при этом методы убеждения и упражнения максимально сближаются, взаимопроникают; создаётся атмосфера естественного «вхождения» в конкретную ситуацию определенного содержания.



5. Методы воздействия на эмоциональную сферу предполагают формирование необходимых навыков в управлении своими эмоциями, что благоприятно сказывается на здоровье обучающихся. Таким методом является внушение. Внушать - это, значит, воздействовать на чувства, а через них на ум и волю человека. Использование этого метода способствует переживанию детьми своих поступков и связанных с ними эмоциональных состояний.

6. Метод проектов. Исследовательские проекты (организация опроса среди своих сверстников для изучения вредных привычек в начальной школе); творческие проекты (санитарные бюллетени о здоровом образе жизни).



Моя доброжелательность, вовремя сказанные слова одобрения, справедливая, хотя и строгая, оценка успехов, уважительное отношение к обучающимся формируют благоприятный психологический климат в классном коллективе, создают положительный эмоциональный фон, который способствует лучшему усвоению знаний обучающимися и формированию культуры здоровья





Процесс формирования культуры здоровья не приводит к моментальным результатам. Эффективность моей работы в этом направлении подтвердилась положительными тенденциями по ряду показателей:

активное использование обучающимися оздоровительных процедур: прогулки на свежем воздухе - 68 %; бег - 46 %; лыжные прогулки - 32 %; утренняя гимнастика - 70 %.

рост числа обучающихся, занимающихся в спортивных секциях;

уровень усвоения материала учебных занятий и внеучебных мероприятий - рефлексивно – созидающий, то есть у обучающихся возникает потребность создать свое, выразить себя в творческих работах (сценариях, рефератах, исследовательских работах);

обучающиеся овладевают практическими навыками оздоровительных методик, навыками укрепления здоровья, санитарно-гигиеническими навыками.

