**Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение**

**«Ишкартынская средняя общеобразовательная школа».**

**Доклад на тему:**

**"Формирование системы**

**здоровьесбережения детей в условиях**

**ФГОС"**

**Учитель начальных классов:**

**Муртазаева Суният Кагировна**

**«Ишкарты 2017г»**

Проблема здоровья детей сегодня стоит настолько остро, что мы вправе поставить вопрос: “Что для нас важнее – их физическое состояние или обучение”. Еще А.Шепенгауэр говорил: “Здоровье до того перевешивает все остальные блага, что здоровый нищий – счастливее больного короля”. Такая озабоченность вполне понятна. Свою долю ответственности за сложившуюся ситуацию несет система образования. Период взросления, приходящийся на пребывание ребенка в дошкольных учреждениях и школе, оказался одним из периодов, в течение которого происходит ухудшение состояния здоровья детей и подростков, притом, что именно эти годы проходят под постоянным, почти каждодневным контролем со стороны специалистов-педагогов.

По оценкам различных отечественных и зарубежных специалистов, у современных младших школьников в последнее время наблюдается снижение темпов роста и функциональных показателей, отмечается замедление развития по сравнению с данными 10-20-летней давности. И хотя традиционно считается, что основная задача школы – дать необходимое образование, может ли система образования, каждый профессионально подготовленный педагог бесстрастно относиться к неблагополучному и прогрессивно ухудшающемуся состоянию здоровья своих воспитанников? Отвечая на этот вопрос, в последние 2-3 года были разработаны “здоровьесберегающие технологии”, цель которых – достижение того или иного образовательного результата в обучении, воспитании, развитии. Под  здоровьесберегающей  технологией  можно понимать систему, которая создает максимально возможные  условия для развития духовного, интеллектуального, физического, личностного здоровья всех субъектов образовательного процесса.

Охрану здоровья детей можно назвать приоритетным направлением деятельности всего общества, поскольку лишь здоровые дети в состоянии должным образом усваивать полученные знания и в будущем способны заниматься производственно – полезным трудом.

Технология работы учителя на уроке, составляет основу здоровьесберегающих  образовательных технологий, которые реализуются на основе личностно – ориентированного подхода. Осуществляемые на основе личностно – развивающих ситуаций, они относятся к тем жизненно важным факторам, благодаря которым учащиеся учатся жить вместе и эффективно взаимодействовать , предполагают  активное участие самого обучающегося в освоении культуры человеческих отношений, в формировании опыта здоровьесбережения, который приобретается через постепенное расширение сферы общения и деятельности учащегося, развитие его саморегуляции, становление самосознания и активной жизненной позиции на основе воспитания и самовоспитания , формирования ответственности за своё здоровье,  жизнь и здоровье других людей.

Подготовленный педагог бесстрастно относиться к неблагополучному и прогрессивно ухудшающемуся состоянию здоровья своих воспитанников? Отвечая на этот вопрос, в последние 2-3 года были разработаны “здоровьесберегающие технологии”, цель которых – это достижение того или иного образовательного результата в обучении, воспитании, развитии. Здоровьесбережение не может выступать в качестве основной и единственной цели образовательного процесса, а только в качестве условия, одной из задач достижения главной цели. Каждый урок должен быть приятным для ребенка, поэтому при планировании и проведении любого урока учитель должен помнить заповедь здоровьесберегающей педагогики: “Не навреди!” Итак, целью здоровьесберегающей педагогики является последовательное формирование в школе здоровьесберегающего образовательного пространства с обязательным использованием всеми педагогами здоровьесберегающих технологий. В этом случае получение учащимися образования происходит без ущерба для здоровья, отсюда вытекают следующие задачи: воспитание грамотности в вопросах здоровья, практическое воплощение потребности вести здоровый образ жизни; внедрение в работу школы рекомендаций, приемов, технологий, которые связаны со здоровьесберегающей педагогикой; реализация всех позитивных возможностей, которыми располагает каждый учитель и каждая школа, стремящаяся дать ученику старт  счастливой жизни. Поэтому при построении своих уроков учитываю такие требования:

1. Обстановка и гигиенические условия в классе должны соответствовать норме (температура и свежесть воздуха, рациональность освещения класса и доски).

2. Продолжительность урока -  40 мин. Однообразность урока способствует утомлению школьников. Частая же смена одной деятельности другой потребует у учащихся дополнительных адаптационных условий.

3. Средняя положительность и частота чередования различных видов учебной деятельности – 7-10 минут. Работа на ИКТ не больше 5-7 минут.

4. На урок следует выбирать такие методы, которые бы способствовали активизации инициативы и творческого самовыражения самих учащихся.

5. На уроке должна присутствовать смена поз учащихся, которые соответствовали бы видам работы.

6. Должны присутствовать оздоровительные моменты: физкультминутки, минутки релаксации, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз. Норма: на 15-20 минут урока по одной минуте из 3-х легких упражнений с 3-4 повторениями каждого.

7. В урок следует включать вопросы, связанные со здоровьем и здоровым образом жизни.

8. Наличие мотивации учебной деятельности. Внешняя мотивация: оценка, похвала, поддержка, соревновательный метод. Стимуляция внутренней мотивации: стремление больше узнать, радость от активности, интерес к изучаемому материалу.

9. Следует помнить, что на состояние здоровья оказывают большое влияние эмоциональные разрядки: шутка, улыбка, музыкальная минутка, небольшое стихотворение.

В содержательную часть урока включаются вопросы, связанные со здоровьем и здоровым образом жизни. Вносятся в задания тексты, смысловое содержание которых носит здоровьесберегающий характер, например:

**математика** - решение задач с использованием материала по здоровьесбережению, подвижный устный счет

**русский язык** - диктант на тему о здоровье, роли спорта, тренировочные упражнения по русскому языку, связанные с темой здоровья.

**чтение** – тексты здоровьесберегающего характера.

 Нельзя оставлять без внимания и проведение тематической **работы с родителями**, направленной на формирование в их семьях здоровьесберегающих условий, интереса к здоровому образу жизни, профилактику вредных привычек: это тематические родительские собрания, проведение спортивных праздников с участием родителей, организация педагогического лектория по вопросам здорового образа жизни, организация походов с выходом на природу с участием родителей. Для родителей первоклассников проводятся родительские собрания: «О введении новых образовательных стандартов», «О проблеме адаптации первоклассников», «О телевизоре в жизни семьи», «Об эмоциях положительных и отрицательных». Родители принимают активное участие во внеклассной работе, проведении праздников, классных часов.

 Здоровьесбережение не должно носить характер акций, разовых мероприятий. Здоровьесбережение – это постоянная системная работа

 В определённой степени эту проблему решают общеобразовательные стандарты второго поколения- ФГОС. В них включены регламенты внеучебной (внеурочной) деятельности школьников (10 часов в неделю), которая, согласно нового Базисного образовательного плана становится обязательным элементом школьного образования. Часы, отводимые на занятия должны проводиться в форме экскурсии, походов, кружков, секций, круглых столов, проектной деятельности и прочее. Проведение этих занятий может быть обеспечено не только учителем начальной школы, но и педагогом учреждения дополнительного образования. У нас ученики посещают кружки: «Шахматы и шашки», «Бисероплетение», «Краеведения».

Я провожу с учащимися 1 час в неделю кружок «Разговор о правильном питании». Занятия теории чередуются с занятиями практики. Мы совершаем заочные экскурсии в продовольственные магазины. Дети узнают о полезных и вредных продуктах, учатся считать калории, покупать нужные и важные продукты. Учатся готовить для себя. Занятия проходят в непринуждённой обстановке.

**Школа** может и должна научить ребёнка необходимости заботы о своём здоровье. Каким должен быть стимул, побуждающий его вести здоровый образ жизни? **«Это нужно мне» - только такой мотив может побудить к действию и стать смыслом и целью для личности.**