

Рамазанова Ирина Юрьевна
учитель начальных классов МБОУ «СОШ» г. Котовска
«Использование здоровьесберегающих технологий во внеурочной деятельности в начальной школе.»

Образовательный процесс в условиях меняющегося современного мира постоянно усложняется и требует от детей младшего школьного возраста большого умственного и нервно-психического напряжения.

Многочисленные исследования последних лет показывают, что около 25-30% детей, поступающих в 1 класс, имеют те или иные отклонения в состоянии здоровья. За период обучения в школе число здоровых детей уменьшается. Поэтому проблема здоровья детей, сегодня как никогда актуальна. В настоящее время можно с уверенностью утверждать, что именно учитель в состоянии сделать для здоровья современного ученика больше, чем врач. Это не значит, что он должен выполнять обязанности медицинского работника. Просто учитель должен работать так, чтобы обучение в школе не наносило ущерба здоровью учащихся.

Здоровье согласно определению Всемирной организации здравоохранения – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.

Поэтому охрана здоровья учащихся является задачей общеобразовательных учреждений (школ). Составной частью учебно-воспитательного процесса и одной из форм организации свободного времени учащихся является внеурочная деятельность.

Она понимается сегодня преимущественно как деятельность, организуемая во внеурочное время для удовлетворения потребностей учащихся в содержательном досуге, их участии в самоуправлении и общественно-полезной деятельности.

В сегодняшних условиях мы сталкиваемся с существенным общим ухудшением состояния здоровья детей, что связано с экономическим и социальным неблагополучием многих молодых семей, ослаблением иммунитета, генетических нарушений, плохой экологической обстановкой и т. д. Поэтому необходимо научить детей самим заботиться о своем здоровье, формировать установки на поддержание здорового образа жизни.

Для эффективности внеклассной работы в этом направлении использую следующие формы и методы работы: тематические и информационные классные часы – это форма воспитательной работы в классе, которая способствует формированию у учащихся системы отношений к окружающему миру. Планируя классные часы по основам здорового образа жизни, ставлю следующие задачи:

- формирование у учащихся потребности в здоровье и сознательном отношении к нему;

- формирование системы знаний о здоровье и здоровом образе жизни;
- формирование нравственной культуры, самопознания, умений и навыков по физическому самосовершенствованию.

На протяжении трех лет классные часы проводятся по следующим направлениям:

- здоровье и здоровый образ жизни;
- режим дня, учебы и отдыха;
- основы правильного питания;
- личная гигиена;
- значение физкультуры и закаливания;
- вредные привычки;
- чувства и эмоции человека;
- безопасность в доме, на улице, на дорогах;
- детский травматизм;
- профилактика заболеваний;

Помимо классных часов развитие физического потенциала происходит в различных организованных культурных мероприятиях и самостоятельной двигательной деятельности, а закрепление и демонстрация приобретенных знаний, двигательных умений и навыков на спортивных праздниках, развлечениях, проводимых во внеурочное время. В упорядоченной среде ребенок выстраивает мир в себе и перестает бороться со взрослыми, приобретает свой жизненный опыт, накапливает внутреннюю энергию самозащиты и самосовершенствования.

Важнейшим направлением в воспитании здоровых детей является организация экскурсий. Виды проводимых экскурсий различны. Это и экскурсии в природу, и в музей, на выставки, в библиотеку. Важное место в плане работы учителя занимают экскурсии в природу, где учащиеся общаются с природой, наблюдают взаимоотношения природных объектов и их связь со средой обитания. Проведение таких экскурсий повышает работоспособность учащихся, активизирует их интерес к познанию, воспитывает любовь к окружающему миру. Все эти показатели благотворно воздействуют на психику школьника, на его состояние физического и психического здоровья.

Важным аспектом в воспитательном процессе является формирование здоровьенаправленного мышления не только у детей, но и у их родителей. Наиболее приемлемая форма работы с родителями – лекции и беседы на классных собраниях, индивидуальные беседы. Тесная связь с родителями дает возможность своевременно информировать их о здоровье детей, консультировать по вопросам профилактики эмоциональных перегрузок и срывов,

совместно анализировать следствия и причины неудовлетворительного состояния учащихся.

Поскольку родители являются социальными заказчиками школы, они должны активно участвовать в учебно-воспитательном процессе в школе и в своих классах. Родители привлекаются к проведению различных классных часов. Успешно участвуют в различных праздниках, КВНах, конкурсах, спортивных соревнованиях, туристических походах, днях здоровья. Тесная связь с родителями дает возможность своевременно информировать их о здоровье детей, консультировать по вопросам профилактики эмоциональных перегрузок и срывов, совместно анализировать следствия и причины неудовлетворительного состояния учащихся.

При работе с родителями осуществляется тесная связь со школьным психологом. Помощь, которую оказывают психологи, ведется по трем направлениям:

- психологическое просвещение учащихся и их родителей;
- психолого-педагогическая диагностика;
- коррекционная работа с родителями и их детьми.

Школьный психолог помогает классному руководителю исследовать аспекты личности ученика и вместе с родителями вести серьезную целенаправленную коррекционную работу в плане психологического здоровья учащихся.


Немаловажное место в сохранении и укреплении здоровья имеет занятость учащихся в различных спортивных секциях и кружках. В моем классе 100 % учащихся посещают следующие секции и кружки: гимнастика, «Валеология», «Земля наш дом», «Экос», «Юный натуралист».

Некоторые из учеников занимаются футболом (24%), танцевальный кружок (20%), посещают художественную школу (16%), легкой атлетикой (4%). Участвуя в школьных, городских и районных соревнованиях, ребята имеют различной степени результаты и достижения.

**Использование
здоровьесберегающих
технологий во внеурочной
деятельности в начальной школе**



*Выполнила
Рамазанова Ирина Юрьевна
учитель начальных классов
МБОУ «СОШ»*



«...**Здоровье** - это категория резерва жизни, жизнеспособности человека как целостного существа в единстве его телесных и психических характеристик. Это жизнеспособность формируется в процессе воспитания. Следовательно, здоровье - это категория педагогическая».

академик В.Ф.Базарный

Внеурочная деятельность – это часть основного образования, которая нацелена на помощь педагогу и ребёнку в освоении нового вида учебной деятельности.



КЛАССНЫЕ ЧАСЫ

«Значение физкультуры и закаливания»



«Безопасность в доме, на улице, на дорогах»



СПОРТИВНЫЕ ПРАЗДНИКИ

«День здоровья»



«Арбузник»



ЭКСКУРСИИ

«Городской музейный комплекс»



«Пожарная часть»



РАБОТА С СЕМЬЕЙ

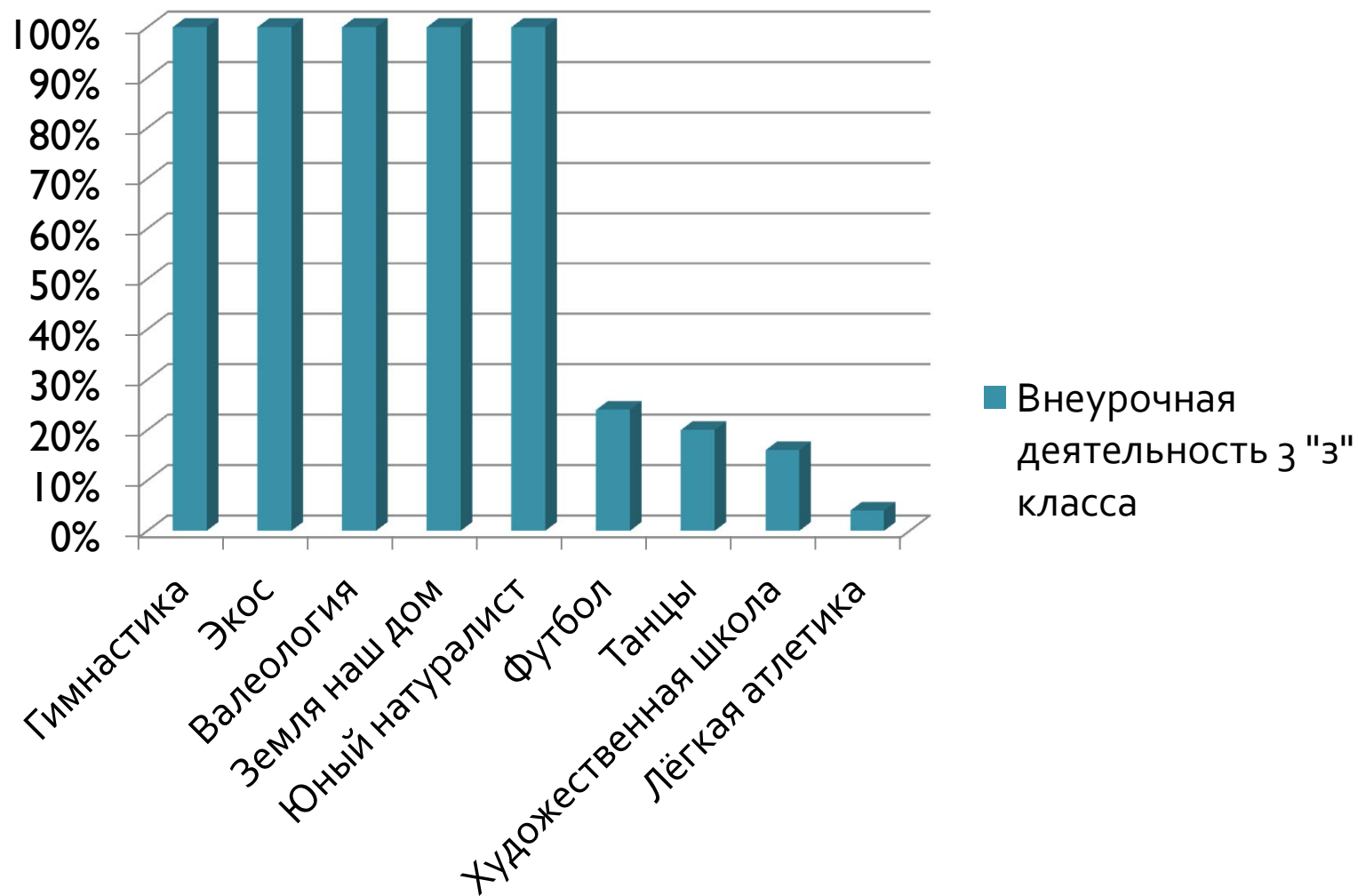
*Родительское собрание
«Мы и наши дети»*



«День матери»



Внеурочная деятельность 3 "з" класса



Спасибо за внимание !!!

