

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ

Ключерова Татьяна Владимировна,

учитель начальных классов,

МКООУ «Школа-интернат № 64», г. Прокопьевск;

Гордиенко Наталья Викторовна,

учитель начальных классов,

МКООУ «Школа-интернат №64», г. Прокопьевск

СИСТЕМА РАБОТЫ УЧИТЕЛЯ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ ПО ФОРМИРОВАНИЮ У УЧАЩИХСЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Аннотация. В данной статье представлена система работы учителя начальных классов по формированию у учащихся здорового образа жизни.

Ключевые слова: укрепление здоровья, учебный материал, внеурочная деятельность.

Учебный материал всех предметов начальной школы по любой программе предоставляет возможность учителю прямо на уроке формировать у учащихся навыки здорового образа жизни, давать детям знания об организме человека, учить их беречь и укреплять собственное здоровье. Я всегда помню об этом и на каждом уроке стараюсь уделять существенное внимание сохранению, а если появляется хотя бы малейшая возможность, то и укреплению здоровья детей.

Так на уроках математики я прививаю своим ученикам навыки здорового образа жизни через решение текстовых задач. Их содержание позволяет говорить о целебных свойствах мёда, овощей и фруктов, орехов и ягод. Текстовые задачи учебника «Математика» также дают возможность сообщать детям о положительном воздействии физических упражнений на здоровье каждого человека. Во время работы над задачами, мы с детьми вспоминаем свои прогулки и экскурсии в парк и говорим о том, какую пользу они приносят нашему здоровью. Задачи и задания учебника позволяют мне напомнить второклассникам о том, что утренняя зарядка, спортивные игры и состязания необходимы для того, чтобы мы были крепкими, сильными, выносливыми и красивыми. В 3 и 4 классах, когда мои ученики решают задачи на движение, я говорю им о том, что пешие, лыжные, велосипедные прогулки, а также верховая езда закаляют наш организм и укрепляют здоровье.

На уроках русского языка я обращаю внимание детей на содержание текстов и предложений, которые напоминают о пользе чистого воздуха, правильного питания и крепкого сна, указывают на то, что человеку необходимо соблюдать режим дня, заниматься спортом, как можно больше общаться с природой, чтобы сохранить и укрепить собственное здоровье. Прививать ученикам навыки здоровьесбережения мне помогают пословицы, соответствующие данной теме, которые я постоянно использую в своей работе на минутках чистописания.

Уроки литературного чтения также дают мне широкие возможности воспитывать у школьников чувство ответственности за своё здоровье и приучать их вести здоровый образ жизни. Со 2 класса я ввожу внеклассное чтение.

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ

Один из уроков был посвящён произведениям о здоровье. Вот рекомендуемый список литературы. Э.Машковская «Зоопарк», В.В.Маяковский «Что такое хорошо и что такое плохо?», С.Михалков «Прививка», К.И. Чуковский «Мойдодыр» и «Айболит». Когда в 4 классе мы читали произведения «Бедный принц» А. К. Куприна и «Зимний дуб» Ю. Нагибина, я учила детей воспринимать природу как лечебницу, как источник бодрости, радости и счастья. После прочтения стихотворемы «Витамин роста» Григорьева я говорила детям о том, что растущий организм нуждается в витаминах, которые содержатся в моркови, поэтому ребёнку необходимо употреблять её в больших количествах.

Но наибольшим потенциалом для формирования навыков здоровьесбережения обладает учебный предмет «Окружающий мир», учебник А.А. Плешакова. Содержание указанного курса обеспечивает младших школьников полными знаниями об организме человека, которые будут востребованы ими в дальнейшей жизни. На уроках окружающего мира закладывается фундамент здоровых привычек и здорового образа жизни.

Таким образом, на каждом уроке я стараюсь давать детям конкретные рекомендации по сохранению здоровья, учу ими пользоваться, воспитываю чувство ответственности за своё здоровье. Довожу до сознания детей мысль о том, что если они хотят жить долго и счастливо, то должны выбирать здоровый образ жизни.

Одним из наиболее универсальных средств укрепления здоровья человека является систематическая физическая тренировка или физкультура. В нашей школе учителя начальных классов ведут физкультуру, на этих уроках кроме комплекса упражнений, дети моего класса выполняют гимнастику для стоп по профилактике плоскостопия, гимнастику для глаз по методике Базарного, точечный массаж. За каждым видом гимнастики закреплены конкретные дети, это их поручение. На уроках использую физкультминутки, данные методистом, и связанные с материалом урока, а для развития мелкой моторики использую гимнастику для рук.

На уроках математики и русского языка поднимаю детей и стоя выполняем упражнения устного характера, чтобы сменить положение тела.

Ребята участвуют в классных, школьных, внешкольных мероприятиях, что способствует сохранению здоровья, повышая эмоциональную устойчивость организма к стрессовым ситуациям, снижая уровень тревожности детей.

С детьми проводятся классные часы, беседы о здоровье, конкурсы рисунков по профилактике детских простудных заболеваний и травматизма, пропаганде здорового образа жизни. На классных часах: «Здоровые дети в здоровой семье», «Волшебные правила здоровья», «Как выполнять домашнее задание», «Как стать нехворайкой» говорим с ребятами о здоровом образе жизни.

Ежегодно в нашей школе проводится «День Здоровья», где дети принимают активное участие. В этом году это было в октябре, я с ребятами, а также

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ

их родителями посетили парк. В результате проведения одного воспитательного мероприятия был решен целый ряд задач: активный досуг, положительное отношение к спорту, развитие основных туристических навыков, навыки безопасного поведения, правила экологической культуры на природе, культура общения, работа с родителями. Завершилось мероприятие горячим чаем со смородиновым листом и поеданием сосисок. Все остались довольны!

Укрепление и сохранение здоровья школьников невозможно без работы с родителями. Проводятся родительские собрания, индивидуальные и групповые консультации с медицинскими работниками, инструктором по ЛФК, психологом, логопедом. Для родителей я изготавливаю памятки.

Новые образовательные стандарты помимо учебных занятий включают в себя и внеурочную деятельность. Она предполагает занятость учащихся по интересам во второй половине дня. Несмотря на то, что курс внеурочной деятельности, который я веду, называется «Школа вежливых наук», но и на этих занятиях мною воспитывается экологическая культура, формируется и развивается ЗОЖ.

Опыт показывает, что использование здоровьесберегающих технологий в учебном процессе позволяет учащимся более успешно адаптироваться в образовательном и социальном пространстве, раскрыть свои творческие способности, а учителю эффективно проводить профилактику асоциального поведения, активнее приобщать родителей школьников к работе по укреплению и сохранению здоровья детей.