

# Здоровье сберегающие и здоровье формирующие ресурсы образовательного процесса в начальных классах.



Дегтярева Светлана Сергеевна  
учитель начальных классов  
ГБОУ СОШ № 2 г. Сызрань



Состояние здоровья подрастающего поколения - важнейший показатель благополучия общества и государства, не только отражающий настоящую ситуацию, но и дающий прогноз на будущее. Трудовые ресурсы страны, ее безопасность, политическая стабильность, экономическое благополучие и морально-нравственный уровень здоровья детей, подростков, молодежи.

Здоровье – это не все,  
Но все без здоровья – ничто.

Сократ

**Цель современной школы** – подготовка детей к жизни. Каждый школьник должен получить за время учебы знания, которые будут им востребованы в дальнейшей жизни. Достижение названной цели в сегодняшней школе может быть достигнуто с помощью технологий здоровьесберегающей педагогики, которые рассматриваются как совокупность приемов и методов организации учебно-воспитательного процесса без ущерба для здоровья школьников.



- -острый дефицит двигательной деятельности;
- -чрезмерное статистическое напряжение;
- -стрессовая тактика педагогических воздействий;
- -интенсификация учебного процесса;
- -нерациональная организация учебной деятельности;
- -низкая грамотность и культура учащихся и родителей в вопросах охраны и укрепления здоровья.
- Под воздействием этих факторов у детей развивается:
- Нарушение осанки
- Чрезмерное напряжение зрительного анализатора
- Накопление избыточной массы тела
- Увеличение заболеваний сердечно-сосудистой и дыхательной систем
- Нарушение обмена веществ
- Снижение уровня развития двигательных качеств

## Статистика заболеваемости детей:

Болезни органов дыхания -58,7 % детей

Заболевания глаз- 5,9 % детей

Костно- мышечной системы- 5,5% детей

Болезни нервной системы- 9,0 % детей

Заболевания системы кровообращения- 4,1% детей

Нарушение осанки- 9,3 % перед поступлением в школу, к 5 классу 13,8 % детей

Сколиоз- 0,7% перед поступлением в школу, к 5 классу 2,6%, к окончанию в школе 12,1% детей.



На уроках русского языка и чтения знакомяю учащихся с правилами культуры чтения и письма, формирую гигиенические умения и навыки чтения и письма (правильная осанка, положение тетради, учебника) в ходе урока использую стихи, пословицы, поговорки валеологической направленности.



На уроках окружающего мира даю

практические задания: измерить

температуру воздуха в классе с помощью

термометра и соотнести с нормами,

правильно организовать свой режим дня. На

уроках технологии знакомлю с правилами

безопасности на уроках.

Повысился рост мотивации к изучаемым

предметам. Отношение к учебным

предметам изменилось. На первом месте

основные предметы, что говорит о

заинтересованности и высокой мотивации к

учению.



**Внеклассные мероприятия.** Большая часть мероприятий в начальной школе посвящена получению и расширению знаний о здоровом образе жизни.

Например, праздник совместно с родителями «Что нам осень принесла?», веселый КВН «Учимся быть здоровыми»

Провожу классные часы на темы:

«Доктор Айболит предупреждает», «Уроки Мойдодыра»,

«Правильно ли мы едим?», «Зачем человек спит, или? Как сделать сон полезным?», «Что мы знаем о глазах», «Как мы слышим», «Осанка», «Как избежать болезни», «Как избежать отравления» и классный час «Вода-источник жизни»,



*Быть здоровым – это естественное желание человека. Каждый взрослый мечтает быть здоровым. Дети, к сожалению, не думают об этом. Мы обязаны помочь ребёнку осознать, что нет ничего прекраснее здоровья. Здоровый и духовно развитый человек счастлив. Такого человека мы и должны “создать” и воспитать, начиная с самого раннего детства. Каждый учитель может решить конкретные задачи по созданию в своём классе необходимого микроклимата для успешного обучения и правильного развития школьника*

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ !

