

ВЕСТИ ИЗ ПОСЕЛЕНИЙ: КЛАССНЫЙ ЧАС

# КАЖДАЯ ШКОЛА ДОЛЖНА СТАТЬ «ШКОЛОЙ ЗДОРОВЬЯ»



*Если раньше говорили: «В здоровом теле – здоровый дух», то не ошибется тот, кто скажет, что без духовного не может быть здорового.*

Здоровье человека – тема достаточно актуальная для всех времен и народов, а в XXI веке она становится первостепенной. Состояние здоровья российских школьников

порождает факторы риска нарушений здоровья, с действием которых связано 20–40 % негативных влияний, ухудшающих здоровье детей школьного возраста.

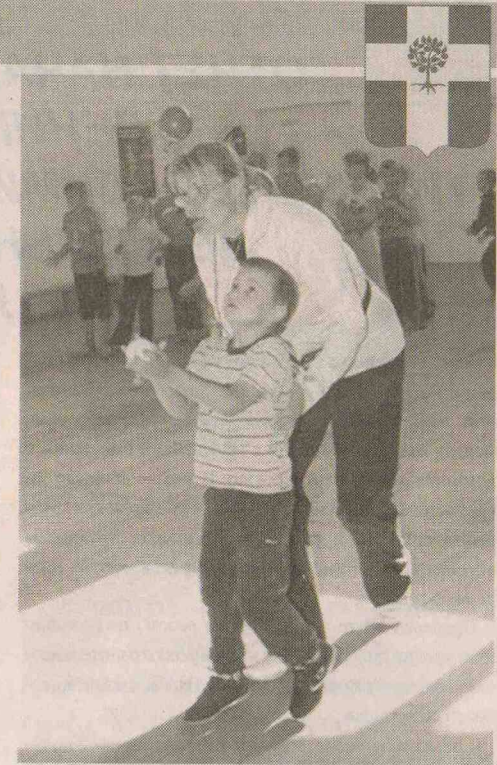
Таким образом, традиционная организация образовательного процесса создает у школьников постоянные стрессовые нагрузки, которые приводят к поломке механизмов

В обстановке психологического комфорта и эмоциональной приподнятости работоспособность класса заметно повышается, что в конечном итоге приводит и к более качественному усвоению знаний, и, как следствие, к более высоким результатам. По окончании урока ученики покидают класс с хорошим настроением, поскольку в течение этого времени отрицательные факторы практически отсутствовали.

## КОМПЛЕКСНОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЛИЧНОСТНО-ОРИЕНТИРОВАННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

Среди здоровьесберегающих технологий можно особо выделить технологии личностно-ориентированного обучения, учитывающие особенности каждого ученика и направленные на возможно более полное раскрытие его потенциала. Сюда можно отнести технологии проектной деятельности, дифференцированного обучения, обучения в сотрудничестве, разнообразные игровые технологии. Личностно-ориентированное обучение предполагает использование разнообразных форм и методов организации учебной деятельности.

В последнее время становится понятной некоторая ограниченность традиционной



пособия и т. п.

Здоровый образ жизни не занимает пока первое место в иерархии потребностей и ценностей человека в нашем обществе. Но если мы научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять свое здоровье; если мы будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то только в этом случае можно надеяться, что будущие поколения будут более здоровы и развиты не только личностно, интеллектуально, духовно, но и физически.

Здоровый ребенок – практически дости-

вызывает серьезную тревогу специалистов. Наглядным показателем неблагополучия является то, что здоровье школьников ухудшается по сравнению с их сверстниками двадцать или тридцать лет назад. При этом наиболее значительное увеличение частоты всех классов болезней происходит в возрастные периоды, совпадающие с получением ребенком общего среднего образования.

Здоровье ребенка, его социально-психологическая адаптация, нормальный рост и развитие во многом определяется средой, в которой он живет. Для ребенка от 6 до 17 лет этой средой является система образования, т. е. с пребыванием в учреждениях образования связаны более 70 % времени его бодрствования. В то же время в этот период происходит наиболее интенсивный рост и развитие, формирование здоровья на всю оставшуюся жизнь, организм ребенка наиболее чувствителен к экзогенным факторам окружающей среды.

По данным Института возрастной физиологии РАО, школьная образовательная среда

саморегуляции физиологических функций и способствуют развитию хронических болезней. В результате существующая система школьного образования имеет здоровьезатратный характер.

Все здоровьесберегающие технологии, применяемые в учебно-воспитательном процессе, можно разделить на три основные группы: технологии, обеспечивающие гигиенически оптимальные условия образовательного процесса; технологии оптимальной организации учебного процесса и физической активности школьников; разнообразные психолого-педагогические технологии, используемые на уроках и во внеурочной деятельности педагогами и воспитателями.

Одним из важнейших приоритетов работы современного учителя сегодня является создание условий для психологического комфорта школьников во время урока. С одной стороны, таким образом решается задача предупреждения утомления учащихся, с другой – появляется дополнительный стимул для раскрытия творческих возможностей каждого ребенка.

классно-урочной системы организации учебного процесса, в связи с чем актуальна задача поиска наиболее эффективного применения современных образовательных технологий.

С целью укрепления психологического здоровья школьников важно добиваться на уроке благоприятного психологического настроения с помощью создания ситуаций успеха, корректности и объективности оценки деятельности учеников на уроке, на основе искреннего уважения и доверия к обучающимся; избегать в собственном поведении отрицательных эмоций для себя и для учащихся, так как они являются здоровьеразрушающими.

За последние годы физкультура и спорт становятся популярны в нашей стране. Это связано с изменением отношения к ним со стороны общества. Это и популяризация спорта в средствах массовой информации – трансляция спортивных соревнований различных видов спорта по радио и телевидению, статьи в газетах. Выпуск различной литературы спортивной направленности: книги, брошюры, методические и учебные

Оздоровление – не совокупность лечебно-профилактических мер, а форма развития психофизических возможностей детей.

Индивидуально-дифференцированный подход – основное средство оздоровительно-развивающей работы с учащимися.

Большая работа в школе по укреплению здоровья учащихся должна вестись во внеурочное время. Должны проводиться уроки здоровья, Дни здоровья, спортивные праздники «Веселые старты», «Папа, мама, я – спортивная семья» и т. д. Работа многочисленных спортивных секций, соревнований между командами классов по футболу, волейболу, баскетболу, легкой атлетике и др. Одним из основных направлений образования должно быть – формирование у обучающихся здорового образа жизни.

Каждая школа должна стать «школой здоровья», а сохранение и укрепление здоровья учащихся должно стать приоритетной функцией образовательного учреждения.

*Анастасия Третьяк,  
учитель физкультуры  
МОУ «Отраденская СОШ»*