Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение

« Тидибская СОШ им.Алиева И.М»

Шамильского района РД

**Выступление**

**на районном педагогическом совещании по теме:**

***«Создание современной здоровьесберегающей образовательной среды на уроках и во внеурочное время, как основного средства сохранения и укрепления здоровья учащихся и педагогов».***

**Подготовила:** учитель начальных классов

МКОУ «Тидибская СОШ им. Алиева И.М.»

**Гаджимагомедова Нажабат Магомедовна**

**28 август 2018 год**

- 1 -

В соответствии с Законом РФ «Об образовании» - здоровье школьников отнесено к приоритетным направлениям государственной политики в области образования. В современных условиях в школе, как и во всех образовательных учреждениях, изменилось содержание учебного процесса, увеличился объем информационных нагрузок, резко возросли интенсивность и эмоциональное напряжение учебного процесса. Все это неизбежно приводит к нарушению режима дня школьников, сокращению времени сна, отдыха, прогулок, двигательной активности, что отрицательно сказывается на физическом и психическом здоровье учащихся.

В процессе сохранения и укрепления здоровья главной фигурой является школьник. Но если у педагогов и родителей не сформировано ценностное отношение к здоровью, то данный процесс не будет эффективным. Взрослый не имеет права беспечно относиться к своему здоровью: он – пример для подражания и несет ответственность за последствия копирования своего опыта. Какую школу можно назвать «здоровой»? Ту, где труд и учеба доставляют радость ученикам и учителям, где нет физического и психического насилия, где человек не чувствует себя одиноким и покинутым, где действует принцип «воспитание добром». Необходимым условием сохранения и укрепления здоровья всех участников образовательного процесса, то есть учащихся и педагогов, является **формирование здоровьесберегающей среды школы.**

В связи с ухудшающимся уровнем здоровья подрастающего поколения**, существует необходимость организации урока физической культуры с акцентом на решение оздоровительных задач физического воспитания, не нарушая при этом образовательной составляющей процесса. Поэтому, на уроках физической культуры необходимо уделять особое внимание организации здоровьесберегающей образовательной среды.**

**Современная здоровьесберегающая образовательная среда**

- это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.

На сегодняшний день вопрос о сохранении и укреплении здоровья школьников в образовательных учреждениях является одним из актуальных в системе современного образования. Его актуальность заключается в том, что по данным многочисленных исследований, **именно образовательная среда является одним из наиболее сильных факторов отклонений в здоровье и развитии детей.** В связи с этим, введение в действие нового Базисного учебного плана общеобразовательных учреждений Российской Федерации, оказало на содержание теоретической и практической части урока физической культуры особое влияние.

В учебниках увеличилось число заданий теоретического и практического характера, появилось большое разнообразие упражнений для развития силы, ловкости, быстроты, увеличилось число упражнений, пробуждающих и развивающих интерес учащихся к данному предмету, активнее стали использоваться здоровьесберегающие технологии.

- 2 -

Большое место в физическом воспитании занимает **формирование у школьников санитарно-гигиенических навыков организации труда и разумного отдыха**, правильного чередования умственных занятий с физическими упражнениями и разнообразной практической деятельности; **поддержание надлежащей гигиены тела и одежды, соблюдение требований режима дня, санитарно-гигиенических правил в образовательном учреждении.**

Очень важной содержательной частью физического воспитания является **развитие у учащихся двигательных умений и навыков,** отработка и совершенствование внешней культуры поведения: осанки, походки, ловкости, быстроты двигательных реакций.

Занятия физической культурой в образовательном учреждении влияют на уровень физического здоровья школьников. Здоровьесберегающие технологии предполагают комплексный подход к укреплению здоровья учащихся. Комплекс мероприятий здоровьясбережения в рамках осуществления физического воспитания в школе включает следующие виды деятельности:

**- проведение комплексной диагностики;**

**- организация учебных занятий со здоровьесберегающей направленностью;**

**- пропаганда здорового образа жизни;**

**- применение физических упражнений для профилактики заболеваний.**

На уроках физической культуры стараюсь не только решить проблему организации физической активности учащихся, но и профилактику возникновения гиподинамии и различных заболеваний, так как поддержание и укрепление физического здоровья напрямую связано с их двигательной активностью.

По характеру действия различают следующие технологии:

**1. Стимулирующие технологии:** они позволяют активизировать собственные силы организма, использовать его ресурсы для выхода из нежелательного состояния (температурное закаливание, физические нагрузки);

**2. Защитно-профилактические технологии:** выполнение санитарно-гигиенических норм и требований, ограничение предельной нагрузки, исключающей переутомление, использование страховочных средств и защитных приспособлений в спортзалах, исключающих травматизма.

**3. Компенсаторно-нейтрализующие технологии:** физкультминутки, физкультпаузы, которые нейтрализуют неблагоприятное воздействие статичности уроков.

**4. Информационно-обучающие технологии** обеспечивают обучающимся уровень грамотности, необходимый для эффективной заботы о здоровье.

- 3 -

В нашем образовательном учреждении физическая активность организуется двумя направлениями:

**- занятия больших форм** (уроки физической культуры и работы в спортивных секциях во внеурочное время);

**- занятия малых форм**, вводимые в структуру учебного дня (гимнастика до учебных занятий, физкультминутки и физкультпаузы, физические упражнения на удлинённой перемене).

Двигательная активность учащихся складывается из ежедневной утренней зарядки, ходьбы, подвижных перемен, пауз в режиме дня, уроков физической культуры.

Важным моментом здоровьесберегающей деятельности является проблема внеурочной занятости детей, организации досуга, дополнительного образования. **Поэтому в школе есть все условия для того чтобы сохранять и укреплять здоровье детей не только в урочное время, но и во внеурочное**. На базе школы действуют несколько спортивных кружков: две группы футбола, две группы волейбола, две группы шахмат, СОК «Олимп» - работает уже 8 лет, где занимаются не только дети, но и взрослые.

**К основным мероприятиям здоровьесберегающей деятельности, которые реализуются, относятся:**

**- физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия;** в школе постоянно проводятся: Дни здоровья, легкоатлетическая спартакиада, фестивали футбола, волейбола и баскетбола, первенство школы по настольному теннису и шахматам, хоккейные баталии и соревнования по скоростному бегу на коньках, лыжные гонки. Организуются постоянные матчевые встречи с ребятами из второй Тидибской школы, на каникулах очень популярны спортивные праздники «Мы молоды – мы вместе», в которых на равне с детьми участвуют родители наших учеников.

**- просветительской работы** с учениками и родителями по формированию культуры отношения к своему здоровью; проводятся беседы на классных часах и выступления на тему здоровьясбережения на родительских собраниях. Чтобы сохранить здоровье детей необходимо сотрудничество с родителями. Проведены такие родительские собрания «Режим дня в жизни школьника», «Пути преодоления вредных привычек у подростков», «Здоровый образ жизни на примере родителей». На собраниях проводятся анкеты, даются памятки, анализируются ситуации, что пример родителей имеет большое значение, даются консультации-какие упражнения выполнять, чтобы снять зрительное утомление, как правильно чистить зубы, правильно питаться, как исправить осанку, посадка во время подготовки домашних заданий. Родители знакомятся с комплексом физкультминуток, с памятками по профилактике гриппа, простудных заболеваний, по профилактике дорожного травматизма. Обучить ребенка школа может и без помощи его родителей, но эффективно осуществить процесс воспитания без поддержки (а часто и при противодействии) со стороны семьи крайне трудно.

- 4 -

Главной отдушиной ребенка, жаждущего общения, нередко становится экранный мир. Многочасовое сидение у экранов телевизоров, работа с компьютером привели к росту заболеваемости глаз, нарушениям опорно-двигательного аппарата. Излишнее употребление углеводистой пищи, способствует развитию ожирения, кариеса, заболеваний ЖКТ. Недостаточность этического и эстетического воспитания в семье способствует приобщению подростков к алкоголю, курению, употреблению наркотиков; не у всех детей сформированы элементарные гигиенические навыки.

Поэтому, главнейшей своей задачей считаю - **формирование у школьников устойчивого интереса и потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом и навыков здорового образа жизни, развитие и саморазвитие** личности ребёнка через интегрированное и проектное обучение основам здорового образа жизни.

**В методике обучения физической культурой** основной задачей является: сделать обязательным использование на уроках игр и занимательных упражнений, оказывающих стимулирующее воздействие на развитие познавательного интереса и уровня физической подготовленности учащихся.

Интерес к физической культуре в нашей школе закладывается уже в начальных классах: применением на уроках игр, общеразвивающих упражнений, вопросов, заданий. Интересные игры и практические задания, проведение соревнований привлекают внимание детей, усиливают и развивают их физически, служат основой для занятий спортом.

К основным принципам в рамках организации здоровьесберегающей среды для детей, относятся:

**- учет индивидуальных особенностей и возможностей каждого учащегося;**

**- формирование ответственности учащихся за свое здоровье;**

**- способствование формированию собственного отношения учащихся к проблеме сохранения и защиты своего здоровья.**

Как показывает практика, здоровье детей во многом зависит от среды в образовательном учреждении, поэтому создание современной здоровьесберегающей среды на уроках и во внеурочное время, **способствуют сохранению и укреплению здоровья детей любого школьного возраста.**

Спасибо за внимание !