

Справка
«Профилактика заболеваний, пропаганда здорового образа жизни в
начальной школе»

Здоровье человека — тема актуальная для всех времен, а в XXI веке она становится первостепенной. Неутешительные данные статистики свидетельствуют о том, что длительное время наблюдается тенденция ухудшения здоровья детей всех возрастов.

Цель современной школы - подготовка детей к жизни. Каждый школьник должен получить за время учебы знания, которые будут востребованы ими в дальнейшей жизни.

Подготовка к здоровому образу жизни ребенка на основе здоровьесберегающих технологий должна стать приоритетным направлением в деятельности каждого педагога. В начальной школе мы не говорим детям с первого класса, какой вред наносит организму употребление наркотиков или курение, но мы приучаем детей заботиться о своем здоровье, потому что ребенок, который знает, каким сокровищем является здоровье человека, не будет впоследствии его уничтожать.

Пропаганда здорового образа жизни в начальной школе ведется и во время учебной деятельности и во внеурочное время, т.е. в группе продленного дня.

В учебной деятельности это выражается через непосредственное обучение детей элементарным приемам здорового образа жизни: различным видам гимнастик: оздоровительной, пальчиковой, дыхательной. Для профилактики простудных заболеваний, для бодрости, мы обучаем детей самомассажу. Кроме того, во время учебной деятельности используются здоровьесберегающие технологии процесса обучения и развития: физкультминутки, офтальмотренажер, гимнастика для глаз, проветривание, функциональная музыка, чередование занятий с высокой и низкой двигательной активностью, подвижные перемены с использованием теннисного стола. Пропаганду здорового образа жизни включаем и в отдельные виды уроков, например, на уроках окружающего мира мы учим детей простейшим навыкам оказания первой медицинской помощи при порезах, ссадинах, ожогах, укусах; прививаем детям элементарные навыки, такие как мытье рук, использование носового платка при чихании и кашле, представления о здоровой и вредной пище. Детям постарше даем информацию о строении человеческого организма, о функциях каждой его системы, каждого органа.

Организация досуга обучающихся играет большую роль в пропаганде и формировании здорового образа жизни. Учителями разрабатываются и проводятся внеклассные мероприятия, направленные на формирование здорового образа жизни. Это мероприятия спортивного, развлекательного и познавательного характера, такие как «Праздник веселого класса», игра «Умники и умницы», устный журнал «Золотые правила питания» и т.д.

Досуг предполагает специально организованную двигательную активность ребенка: занятия оздоровительной физкультурой, подвижные игры на

прогулке и в помещении, массовые оздоровительные мероприятия: спортивно-оздоровительные праздники, тематические праздники здоровья, беседы, викторины, круглый стол и т.д.

Успешность работы в формировании здорового образа жизни заключается в работе триединства: ребенок – родитель – педагог. Известно, что здоровые привычки формируются с самого раннего возраста ребенка. Поэтому роль и значение семьи, семейного воспитания в этом процессе трудно переоценить. В работе с семьей в начальной школе используются такие формы работы как совместные спортивные соревнования, например: «Мама, папа, я – спортивная семья», «А, ну-ка, девочки», «А, ну-ка, мальчики», совместные праздники – такие как «Зов джунглей». Работает ежемесячный выпуск альманаха «Витаминка» или «Советы как быть здоровым». С родителями тоже проводится большая работа. На каждом родительском собрании проходят беседы о питании детей. В начальной школе в дни открытых дверей проходили конференции для родителей на следующие темы: «Полезное питание», «О вреде сотового телефона и компьютера», «Эмоциональное и психологическое здоровье ребенка» и др. Также рекомендуем родителям использовать личный положительный пример.

С целью реализации направления «Изучение правил дорожного движения» в начальной школе был создан и уже шестой год функционирует клуб «ЮИД», на занятиях которого с ребятами из отряда знакомим детей с правилами дорожного движения. Для профилактики дорожно – транспортных происшествий с участием детей проходят встречи с инспекторами ГИБДД.

Экологическое направление работы играет важную роль в пропаганде и формировании потребности в здоровом образе жизни, в воспитании экологически грамотной личности. С этой целью в классах проводятся тематические недели, экскурсии, походы.

14.12.2016

Т.И.Пуляевская