****

 Конкурс «Учитель здоровья- 2020»

Краснодарский край Муниципальное образование Павловский район станица Павловская

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

средняя общеобразовательная школа №12

имени Ивана Иосифовича Вирченко станицы Павловской

2020 год

Доброе утро, уважаемые члены жюри, коллеги!

Я призываю вас сегодня улыбнуться себе, порадоваться утру и весне! Ведь в этом залог нашего здоровья!

Зовёт нас долг, "Сидим все дома!",

Хоть понедельник за окном!

Беречь себя! Да, аксиома!

Дела, работа - на потом!

Всем с ДОБРЫМ УТРОМ!

Всем удачи! Терпенья! Радости! Добра!

Мы улыбаемся?! А это значит - Собьём "корону"!Навсегда!

Я - не просто учитель! Я – учитель Здоровья!

Что важнее для родителя: ребенок успешный или ребенок здоровый. Я думаю, что все знают однозначный ответ. Только здоровый ребенок может быть успешным.

 Моё педагогическое кредо: «Спортсменом можешь ты не быть, здоровым человеком быть обязан». Здоровье, как и талант, человек получает от «природы», кто–то больше, кто–то меньше. И я, как учитель, должна организовать свою работу, чтобы не навредить, а сохранить и укрепить здоровье ребенка, доверчиво протянувшего мне руку. Создание условий сохранения и укрепления здоровья реализую через организационные и личностные задачи.

В своей деятельности для сохранения здоровья ребенка я руководствуюсь такими основными принципами здоровьесбережения, как: *«Не навреди!», «Успех порождает успех».*

Нельзя решить вопросы здоровья без создания условий. В нашей школе используются здоровьезберегающие технологии Владимира Филипповича Базарного. Конторки позволяют осуществлять в течение урока неоднократную смену динамических поз после проведения физкультминутки, что снижает переутомляемость. При стоячем положении ребёнок стоит на массажном коврике, таким образом, происходит массаж нервных окончаний, расположенных на стопах.

Офтальмотренажёры и сенсорные кресты чаще используются после работы, которая требуетот детей приложения усилий, они прекрасно снимают напряжение, расслабляют, снимают психическую утомляемость и избыточную нервную возбудимость.

В моём классе проходят подвижные уроки и перемены «Здоровьетворения», направленные на формирование ценности здоровья и ЗОЖ. Дети с удовольствием создают проекты, ведут валеологические дневники, используя на практике полученные теоретические знания.

С 2003 года в учебный план со 2 класса введён предмет «Педагогика здоровья», который включает изучение основ анатомии, физиологии, психологии, гигиены, кулинарии.

 Важным результатом становится собственная мотивация ребёнка и его потребность быть здоровым.

Внеурочная занятость- это время самое интересное и, конечно, важное для меня, как для классного руководителя. Я учу детей правильно проводить досУг с пользой для своего здоровья. Поэтому обязательно в данных мероприятиях делаю акцент на личное здоровьесбережение.

 Разнообразные формы позволяют поддерживать интерес к своему здоровью. Особенно выделяю часы общения, где проходит диалог, и учащиеся имеют возможность высказать своё мнение. Результатом такого общения является моё личное понимание, насколько у каждого ребёнка сформировано отношение к ЗОЖ.

Я понимаю, что все информационно - разъяснительные мероприятия бесполезны, если ребенку некомфортно. В этом важное значение играют взрослые, поэтому при проведении воспитательных мероприятий всегда принимают участие родители, привлекаются межведомственные партнеры, но, самое главное, необходимо создать атмосферу сотрудничества и взаимопонимания среди учащихся.

 Базовыми для создания психологического комфорта, являются основные традиционные мероприятия. Это День здоровья, включающий в себя завтрак на траве и спортивные соревнования, спартакиады. Сто процентов моих учащихся посещают различных спортивных секций. Они являются активными участниками всех мероприятий связанных со ЗОЖ.

Каждая система должна иметь определенный результат. Для определения результативности всей совместной деятельности по сохранению здоровья детей ежегодным является проведение мониторингов состояния здоровья обучающихся моего класса. Анализ диагностики уровня заболеваемости учащихся и уровень воспитанности показали снижение заболеваемости и повышение уровня мотивации к познанию своего организма.

Я – учитель Здоровья, поэтому очень важно для меня быть образцом для своих детей, для своих учеников. На своем личном примере показываю, как вести здоровый образ жизни. Я со своей семьей люблю ходить в походы,посещать экскурсии по краю, участвовать в спортивных соревнованиях.У меня два сына: старший за школу и университет играл в баскетбол, в данный момент проходит срочную службу, младший является членом сборной команды Краснодарского края по гандболу и еще увлекается брейк-дансом, участвует в танцевальных батлах.

Я – учитель Здоровья.Воспитывать и обучать детей, приобщая к творчеству, эстетике, спорту, здоровому образу жизни, создавая гармонию ума, воли и чувств – это принцип моей работы.

 В свете последних событий нам необходимо задуматься над словами Владимира Владимировича Путина: «Люди должны осознать, что здоровый образ жизни - это личный успех каждого».

 И я как учитель Здоровья прошу понять, что ваш личный успех может приумножить здоровье окружающих близких.

И сегодня мне хочется

Пожелать от души

Вам здоровья и радости

И всех благ на пути!