

**муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Мечетинская средняя общеобразовательная школа  
Зерноградского района**

**Общешкольное родительское собрание для 1-х  
классов на тему «Роль учителя начальных классов  
в здоровьесберегающей деятельности  
первоклассников»**

учитель начальных классов:

Цапова Оксана Александровна

**ст. Мечетинская  
2020 год**

Прежде чем сделать ребенка умным,  
сделай его здоровым и крепким.

Жан - Жак Руссо

Состояние здоровья подрастающего поколения – важнейший показатель благополучия общества и государства, который не только отражает настоящую ситуацию, но и даёт прогноз на будущее. Сохранение и укрепление здоровья ребенка - государственный приоритет в образовании. Поэтому и в нашем образовательном учреждении важным и актуальным является создание здоровьесберегающей среды, включающей в себя учебный процесс, внеурочную деятельность, взаимодействие с социумом.

В условиях научно-технической революции обучение в современной школе сопровождается все нарастающим объемом информации. Учащиеся расходуют большое количество энергии, связанной с умственной работой, что приводит к утомлению, выражающемуся в вялости, сонливости, плохом аппетите и, в конечном итоге, в отсутствии интереса к учению. Всероссийские исследования показывают увеличение заболеваемости детей по всем классам уже в раннем возрасте. В настоящее время можно с уверенностью утверждать, что именно педагог в состоянии сделать для здоровья современного ученика больше, чем врач. Это не значит, что он должен выполнять обязанности медицинского работника. Просто педагог должен работать так, чтобы обучение и воспитание детей в школе не наносило ущерба их здоровью.

*Что педагог должен уметь:*

- 1) анализировать педагогическую ситуацию в условиях педагогики оздоровления;
- 2) владеть основами здорового образа жизни;
- 3) устанавливать контакт с коллективом учащихся;

- 4) наблюдать и интерпретировать вербальное и невербальное поведение;
- 5) прогнозировать развитие своих учащихся;
- 6) моделировать систему взаимоотношений в условиях педагогики оздоровления;
- 7) личным примером учить учащихся заботиться о своем здоровье и здоровье окружающих людей.

Все эти умения, тесно связанные между собой, оказывают влияние на эффективность использования нами педагогами средств, методов и приемов здоровьесберегающих методик в учебно-воспитательном процессе при работе с классом.

Нам, как учителям начальных классов, недостаточно получить в начале года листок здоровья класса от медицинских работников и использовать характеристики здоровья учащихся для дифференцирования учебного материала на уроках, занятиях, а нужно побуждать детей совместно с родителями к выполнению назначений врача, внедрять в учебно - воспитательный процесс гигиенические рекомендации. Также, прежде всего мы, педагоги, должны быть примером для своих учеников в вопросах здоровьесбережения. Только тогда, когда здоровый образ жизни - это норма жизни для нас учителей, только тогда ученики поверят и будут принимать педагогику здоровьесбережения должным образом.

В нашей школе, несомненно, соблюдаются основные принципы здоровьесбережения, сформулированные Н.К. Смирновым:

- "Не навреди"
- Забота о здоровье учителя и ребенка в приоритете.
- Непрерывность. То есть работа по сохранению и защите здоровья должна вестись не от случая к случаю, а постоянно, комплексно.
- Соответствие содержания обучения возрасту.
- Успех порождает успех. То есть, нейтрализация всего негативного и акцентирование положительных факторов.

- **Ответственность.** Учитель должен стремиться воспитать у ребенка ответственность за свое здоровье.

В настоящий момент в нашей школе используется около пятнадцати *здоровьесберегающих технологий* (совокупность форм и приемов организации учебного процесса без ущерба для здоровья ребенка и педагога-родоначальником этого понятия стал Н.К. Смирнов):

- **Физкультурная минутка**
- **Пальчиковая гимнастика**
- **Гимнастика для глаз.**
- **Смена видов деятельности**
- **Артикуляционная гимнастика.**
- **Игры - дидактические, ролевые, деловые**
- **Релаксация**
- **Технологии эстетической направленности.**
- **Оформление кабинета.**
- **Позы учащихся.** Именно в начальной школе мы учителя впервые начинаем говорить и следить за осанкой и правильным положением ребенка за партой во время письма или чтения.
- **Технологии, создающие положительный психологический климат на уроке. Эмоциональные разрядки — это мини-игры, шутки, минутки юмора,**
- **Беседы о здоровье..**
- **Стиль общения учителя с учениками.**

**Работа с родителями.** Непрерывность действия здоровьесберегающей деятельности ученика невозможно проследить без участия родителей.

Именно вы, родители отвечаете за соблюдением режима дня, режима питания, следите вместе с нами за физическим здоровьем ребенка. Поэтому, хотелось бы еще раз вспомнить несколько советов для вас, родителей по здоровьесбережению ваших детей:

### **Советы родителям по здоровьесбережению детей:**

**Совет 1:** Старайтесь активно участвовать в охране здоровья ребенка и оздоровлении его организма. Не только рассказывайте ему, что нужно делать, чтобы не болеть, но и личным примером показывайте, как полезны для здоровья выполнение правил личной гигиены, утренняя зарядка, закаливание, правильное питание.

**Совет 2:** Научите ребенка неукоснительно соблюдать гигиенические требования к чистоте тела, белья, одежды, жилища, так как все это является очень важными элементами охраны здоровья ребенка.

**Совет 3:** Приучайте ребенка строить свой день, чередуя труд и отдых. Ничто так не вредит нервной системе ребенка, как отсутствие режима дня. Ритм жизни, предусматривающий занятия физическими упражнениями и спортом, прогулки на свежем воздухе, а также полноценное питание и крепкий сон — лучшая профилактика утомления и болезней.

**Совет 4:** Помогите ребенку овладеть навыками самоконтроля за здоровьем, особенно при выполнении физических упражнений.

**Совет 5:** Научите ребенка правильно пользоваться естественными оздоровительными факторами — солнцем, воздухом и водой. Воспитывайте у ребенка стремление и привычку к закаливанию организма и оздоровлению.

**Совет 6:** Помните, что в движении — жизнь. Занимайтесь вместе с ребенком спортом, больше гуляйте, играйте на свежем воздухе. Здоровый образ жизни, культивируемый в семье, — залог здоровья ребенка.

**Совет 7:** Для охраны здоровья ребенка очень важно организовать ребенку правильное питание и воспитывать положительное отношение к соблюдению режима питания. Ребенок должен знать, какие продукты полезны, а какие вредны для здоровья.

**Совет 8:** Научите ребенка элементарным правилам профилактики инфекционных заболеваний: держаться подальше от тех, кто кашляет и чихает; не пользоваться чужой посудой или зубной щеткой, расческой; не надевать обувь или головные уборы других детей. Если ребенок болен сам, чихает и кашляет, он должен знать, что надо прикрывать рот и нос маской или платком, не играть с друзьями, выполнять назначения врача.

**Совет 9:** Познакомьте ребенка с правилами безопасного поведения в доме, на улице, на отдыхе и учите его выполнять эти правила, чтобы избегать ситуаций, опасных для здоровья и жизни.

**Совет 10:** Не отправляйте больного ребенка в школу. Вызовите врача.

Проветривайте помещение, делайте влажную уборку и неукоснительно следуйте медицинским назначениям.

**Совет 11:** Читайте научно-популярную литературу о возрастных и индивидуальных особенностях развития ребенка, о том, как научить его охранять и укреплять свое здоровье.

**Совет 12:** Способствуйте развитию критического отношения к разным видам рекламы и умению противостоять ее негативному воздействию, к развитию медиаграмотности.

К сожалению, здоровый образ жизни не занимает пока первое место в иерархии потребностей и ценностей человека в нашем обществе. Но к этому обязательно нужно стремиться и роль нас учителей в этом велика!

Роль учителя, а именно учителя начальных классов, в сохранении здоровья учащихся значительна. Мы должны стараться выработать у каждого ученика устойчивую привычку, потребность в выполнении физических и психологических упражнений не только на уроке или занятии, но и вне, в повседневной жизни. Если мы научим детей с раннего возраста ценить, беречь, укреплять своё здоровье и будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то можно надеяться, что будущие поколения будут более здоровы и развиты не только личностно, интеллектуально, духовно, но и физически. И хотя традиционно считается, что основная задача школы - дать учащимся необходимые знания, умения навыки, не менее важная задача - сохранить при этом их здоровье!!!