МБОУ «Средняя школа №39» города Смоленска

Учитель начальных классов Веселова Елена Константиновна.

Статья:

**«Организация оздоровительной работы в начальной школе».**

Успешность обучения в школе определяется уровнем состояния здоровья, с которым ребёнок пришёл в первый класс. Однако результаты медицинских осмотров детей говорят о том, что здоровыми можно считать лишь 20-25% первоклассников. У остальных же имеются различные нарушения в состоянии здоровья. На сегодняшний день, каждый пятый школьник имеет хроническую патологию, у половины школьников отмечается функциональные отклонения. Среди имеющихся патологий были выявлены ведущие формы: на первом месте оказались заболевания костно-мышечной системы, на втором – заболевания органов зрения, на третьем – болезни органов дыхания, далее следуют болезни органов пищеварения, нервные и сердечно-сосудистые заболевания.

Рост числа этих заболеваний среди обучающихся за последние годы набирает темп. Специальные исследования показали, что наряду с экологическими, социальными и наследственными факторами формирование этих заболеваний способствует большое психоэмоциональное напряжение, связанное с условиями жизни и обучения, трудности в организации правильного питания не только в школе, но и дома и ряд других факторов.

Выход из создавшегося положения видится в правильной организации оздоровительной работы в начальной школе, так как в младшем школьном возрасте закладываются основы здоровья. Так же главным условием оздоровительной работы является правильная организация учебной деятельности, т.е. построение учебного процесса в соответствии с гигиеническими нормами. Сюда входят:

1.Строгое соблюдение режима школьных занятий (продолжительность урока, учебного дня, длительность перемен, каникул).

2.Правильная организация урока (построение урока с учётом динамики работоспособности, рациональное исследование ТСО и наглядных средств и т.п.)

3.Обязательное выполнение гигиенических требований, предъявляемых к учебным помещениям (световой, воздушный, звуковой режим, цветовое оформление).

Следует выделить основные подходы к организации оздоровительной работы в начальной школе. Это:

1.Включение оздоровительного компонента в содержание учебных предметов.

Например: наиболее широкие возможности предоставляют уроки окружающего мира, где обучающиеся получают знания о своём организме, о режиме дня, личной гигиене и т.д. На уроках математики, русского языка, литературного чтения дидактический материал, так или иначе связанный с оздоровительной тематикой, помогает закрепить знания, полученные на уроках окружающего мира.

2.Использование различных форм оздоровительной работы.

При организации оздоровительной работы необходимо помнить о многообразии форм работы с младшими школьниками.

А) формы внеклассной и внешкольной работы: экскурсии, тематические вечера, олимпиады, праздники здоровья, дни здоровья и т.д.

Б) оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня: обязательное проведение физкультминуток, подвижные игры на переменах и на свежем воздухе, закаливание, а так, же правильный подбор мебели (постоянное наблюдение за позой ребёнка во время занятий).

В) работа с родителями.

Оздоровительная работа будет эффективной лишь при условии тесного сотрудничества школы и семьи, в результате которого складываются единые взгляды на оздоровительную работу, и дети могут в семейных условиях продолжать обучение и закреплять полученные знания, а приобретённые умения трансформировать в навыки и привычки.

Подводя итог, следует отметить, что только систематическое проведение оздоровительной работы с ребёнком в школе и дома принесёт желаемый результат – даст прочные знания, осознанные умения по охране своего здоровья, обеспечит формирование позитивных установок на соблюдение гигиенических правил, т.е. поможет младшему школьнику сохранить здоровье.