



МБ ОУ Ризоватовская СШ

Доклад
на школьном методическом
объединении

на тему **«Комплексный подход в
формирование ЗОЖ учащихся»**

Учитель ОБЖ Е.О.Гуляева

с. Ризоватово, 2016



Здоровье взрослого человека является той ценностью, основы которой формируются в детские, подростковые и юношеские годы. Имеются в основании для рассмотрения здоровья как одного из важных условий повышения качества образования. От здоровья человека, умения его управлять своими эмоциями во многом зависит успешность профессиональной и личной сферах жизни.

В настоящее время в понятие “здоровье” включается нравственное и духовное благополучие. В связи с этим модель здоровья может быть представлена в виде его составляющих: здоровье физическое, здоровье психическое, здоровье социальное, здоровье нравственное.

Поэтому основой укрепления здоровья учащихся является выработка и реализация образовательной политики всеми участниками образовательного процесса – администрацией школы, учителями, детьми, родителями, медицинскими работниками, социальным педагогом, психологом. Именно комплексный подход предлагает интеграцию всех заинтересованных лиц в создании совместных проектов по привлечению детей к занятиям физической культурой и спортом, здоровому образу жизни, поскольку каждая структурная единица не даёт должного положительного результата.

Работа по формированию здорового образа жизни учащихся МБОУ С Ризоватовской СШ ведется в рамках программы «ЗОЖ – территория здоровья». В учебно-воспитательном процессе реализуются следующие направления деятельности:

- **спортивно-оздоровительная направленность, формирующаяся через уроки физической культуры и внеурочную деятельность**

Уроки физической культуры в 1-11 классах проводятся 3 раза в неделю. В осенний и весенний периоды они проходят на стадионе, оборудованном необходимым инвентарем, либо в спортивном и малом залах. Школе обеспечена лыжным спортивным инвентарем, что позволяет в зимнее время одновременно 2-3 классам заниматься лыжной подготовкой.

В школе организована работа секции (Шутова Е.А. – 1-4 классы, Зимин А. – 5-11 классы). В этом же направлении учащиеся участвуют в различных акциях и конкурсах.

- **образовательная направленность - приобщение детей к культуре спорта через конкурсы, спортивные акции**

Ориентируя школьников на здоровый образ жизни, прежде всего необходимо формировать нравственное сознание учащихся, убеждая их в том, что вести здоровый образ жизни, мало знать, что делать и как делать, главное надо, укрепляя здоровье, относиться к нему как к особой ценности. Необходимо научиться хотеть вести здоровый образ жизни. Учителю важно знать, какое место в системе жизненных ценностей его ученики отводят своему здоровью, и какая мотивация преобладает в их желании улучшить его.

Сила желания заниматься спортом определяет также уровень знаний о здоровье и степень владения практическими оздоровительными умениями и навыками.



В течении учебного года классные руководители проводят тематические беседы, круглые столы, классные часы, квест-игры, что способствует быстрому формированию основ ЗОЖ у учащихся.

В апреле в рамках Всемирного дня здоровья проводятся:

- квест-игры на свежем воздухе;
- круглый стол «Режим дня – путь к здоровью»;
- литературный поиск по биографиям известных людей «В здоровом теле здоровый дух»; « Как жить сегодня, чтобы иметь шансы увидеть завтра».

- **здоровьесберегающая направленность** - контроль за здоровьем учащихся в режиме дня школы;

Ведущим вектором здесь является использование здоровьесберегающих технологий на уроках по всем дисциплинам.

Здоровьесберегающие технологии в обучении - это совокупность специальных форм, методов, способов, приёмов и воспитательных средств выстроенная в определённой последовательности, системно используемых образовательном процессе.

- **массовые спортивно-оздоровительные мероприятия**

Систематическое использование игрового и соревновательного методов способствует оптимизации самостоятельного двигательного режима, улучшению здоровья, повышению умственной работоспособности детей. Ценность игровой деятельности заключается в том, что она учитывает психолого-педагогическую природу ребёнка, отвечает его потребностям и интересам. Игра формирует типовые навыки социального поведения, ориентацию на групповые и индивидуальные действия. Игровая деятельность даёт возможность повысить интерес к учебным занятиям, помогает детям, научиться принимать ответственные решения в сложных ситуациях, повышает их творческий потенциал.

Традиционным общешкольным мероприятием являются весёлые старты к 8 Марта и 23 февраля, школьная «Зарничка», квест-игра «Путешествие в страну здоровья», туристические походы, велопоходы летом. С целью привития трудовых навыков, а также для формирования активной гражданской позиции, что, безусловно, способствует формированию ЗОЖ, в школе организуются трудовые бригады, которые в течение летних каникул отрабатывают на участке школы, помогая пожилым жителям села.

- **взаимодействие родителей и детей в двигательной активности и рекреационной деятельности**

Родители детей активно участвуют в жизни школы. Посещают школьные мероприятия, принимают участие в конкурсах.

Таким образом, разработанный и реализованный в учебно-воспитательной деятельности в МБ ОУ Ризоватовской СШ комплексный подход способствует формированию стойкой мотивации и ценности здорового образа жизни у учащихся, имеет положительные результаты, в связи с чем является педагогически целесообразным и эффективным.



Список использованной литературы

1. Антонова Л.Н. Психологические основания реализации здоровьесберегающих технологий в образовательных учреждениях / Л. Антонова.- М.: МГОУ, 2004. - 100с.
2. Здоровьесберегающая деятельность школы в учебно-воспитательном процессе: проблемы и пути их решения // Школа.-2005.- №3.- С.52-87.
3. Науменко Ю.В. Здоровьесберегающая деятельность школы/ Ю. Науменко// Педагогика.-2005.- №6. - С.37-44.