

Красножон Инна Сергеевна

учитель

МБОУ «СОШ №6»

г. Новокузнецк, Кемеровская область

РОЛЬ ШКОЛЫ В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ УЧАЩИХСЯ

Аннотация: в статье рассматривается важность участия педагогов в формировании здоровьесберегающего поведения учащихся. Утверждается, что формирование осознанного отношения к своему физическому и психическому здоровью позволит учащимся более успешно адаптироваться в образовательном и социальном пространстве.

Ключевые слова: школа, здоровьесберегающее поведение, учитель – ученик.

Одной из задач современной школы и, в частности, учителей является умение подготовить ребенка ко взрослой жизни, сформировать личность, готовую полноценно жить и работать. Работа по формированию навыков правильного здоровьесберегающего поведения способствует качественному улучшению состояния здоровья учащихся. На уроках физической культуры необходимо создавать эмоционально-положительную атмосферу, которая обеспечивает успешную деятельность, повышает работоспособность. На таких уроках учащиеся чувствуют себя значимыми, их самооценка повышается, появляются положительные эмоции. Одной из составляющих качества результата является деятельность учителя физической культуры по сохранению здоровья детей, а применение здоровьесберегающих технологий во время уроков физической культуры формирует у обучающихся осознанное отношение к своему здоровью, что позволяет обучающимся успешнее адаптироваться в социальном пространстве.

Для того чтобы у учеников сформировалось представления о физическом развитии и здоровом образе жизни их необходимо обучить самостоятельным занятиям физическими упражнениями с использованием их для досуга и отдыха. Ответственное отношение к здоровью формируется не только на уроках, но и во

внеурочных мероприятиях. Спортивно-оздоровительная работа способствует физическому развитию, укреплению здоровья учащихся, повышению качества учебной деятельности.

Чтобы добиться массового охвата учащихся спортивно-оздоровительной работой используются различные формы организации детей, в том числе спортивные мероприятия и спартакиады. Самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха и тренировки является базовой «платформой» для достижения поставленной цели.

Еще одним важным звеном формирования здоровьесберегающего поведения является популяризация физической культуры и здорового образа жизни. Одним из комплексов мер, направленных на развитие физической культуры, является пропаганда, которая представляет собой особый род социальной деятельности, основная цель которой состоит в распространении знаний, нравственных ценностей, которые необходимы для формирования определённых взглядов, представлений и эмоциональных состояний, оказания влияния на поведение людей. Несомненно, именно школа заинтересована в пропаганде физической культуры. Обществу нужно поколение, способно быть сильным, активным, а это невозможно без здоровья. Привить позитивный имидж физической культуре достаточно просто. Рассказы и презентации о сильных и мужественных людях, имеющих красивую мускулатуру и осанку, успехах именитых спортсменов, показ спортивных соревнований, как следствие приводит к популяризации физической культуры и спорта. Здоровье человека напрямую зависит от того, насколько он сам на протяжении своей жизни старается, умеет, а самое главное, желает сохранить и укрепить своё собственное здоровье. Очень важно развивать у детей понимание того, что они в ответе за свое здоровье!

В связи с тем, что количество детей, дополнительно занимающихся физической культурой, постоянно снижается, а современная молодежь не особо ответственно относится к вопросам здоровья, педагогу необходимо просвещать учащихся о роли физической культуры и спорта. Важно включить ребенка в активные занятия физической культурой и спортом на протяжении всей жизни, что

сформирует положительное отношение и станет осознанной необходимостью в занятиях физической культурой и спортом. Формирование осознанного отношения к своему физическому и психическому здоровью позволит учащимся более успешно адаптироваться в образовательном и социальном пространстве.

Будущему любой страны нужно здоровое общество. И именно школа является первой ступенью, на которой учащиеся получают первые и такие важные знания о способах здоровьесберегающего поведения. Именно эти знания приводят к усилению роли физической культуры и спорта в жизни ребенка.