**ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ**

**Антипова Наталья Евгеньевна**

**Учитель начальных классов, высшая категория,**

**МОУ «Венёвский центр образования №2 им. маршала В.И. Чуйкова**

Учебно-воспитательная деятельность современного педагога начальной школы должна строиться таким образом, чтобы способствовать сохранению здоровья детей, развитию познавательной активности и эмоциональному благополучию каждого ученика. Ведь здоровье — важнейший ресурс ребенка, определяющий успешность освоения учебных предметов, личностное развитие и качество жизни в целом.

Одна из ключевых задач начального образования — воспитание осознанности важности физического здоровья и культуры двигательной активности. Я активно внедряю уроки физкультуры, подвижные игры на переменах, элементы гимнастики и упражнений на снятие напряжения мышц глаз и позвоночника. Эти мероприятия помогают детям лучше усваивать учебный материал и сохранять бодрость и энергию весь учебный день.

В своей работе я использую целый комплекс здоровьесберегающих технологий, которые помогают мне создать комфортную и безопасную образовательную среду для учеников:

1. **Организация учебной деятельности:**
   1. **Чередование видов деятельности на уроке:** использовать различные формы работы (индивидуальную, групповую, фронтальную), меняя виды деятельности (письмо, чтение, устные ответы, игры). Это помогает избежать переутомления и поддерживает интерес детей к учебе.
   2. **Физкультминутки:**  физкультминутки на каждом уроке, выбирая упражнения, направленные на снятие напряжения с глаз, спины, рук. Детям очень нравятся подвижные игры и танцевальные паузы.
   3. **Динамические паузы:** во время перемен мы с детьми играем в подвижные игры на свежем воздухе (если позволяет погода) или в классе. Это помогает им расслабиться, отдохнуть и набраться сил для следующего урока.
   4. **Оптимизация домашнего задания:**  давать домашнее задание в объеме, соответствующем возрастным нормам, и объяснять его так, чтобы дети могли выполнить его самостоятельно.
2. **Создание благоприятного психологического климата:**
   1. **Индивидуальный подход к каждому ученику:** я стараюсь узнать каждого ребенка, его интересы, сильные и слабые стороны. Это помогает мне найти подход к каждому ученику и создать атмосферу доверия и взаимопонимания.
   2. **Позитивная оценка достижений:** похвала детей за успехи, даже самые незначительные, подбадривание их в случае неудач и помогаю им поверить в свои силы.
   3. **Создание ситуации успеха:** подбор заданий, с которыми дети могут успешно справиться, чтобы у них было ощущение уверенности в себе.
   4. **Формирование культуры общения и сотрудничества:** обучение детей уважительно общаться друг с другом, сотрудничать в группах, помогать тем, кто в этом нуждается.
3. **Формирование навыков здорового образа жизни:**
   1. **Тематические занятия и беседы:**  тематические занятия и беседы о правильном питании, личной гигиене, профилактике вредных привычек, важности физической активности.
   2. **Проведение спортивных мероприятий:** участие в спортивных праздниках и соревнованиях, делаем зарядку на свежем воздухе, ходим в походы.
   3. **Интеграция знаний о здоровье в учебный процесс:** я стараюсь включать вопросы здоровья в различные предметы, например, на уроках окружающего мира мы изучаем строение человеческого тела, на уроках математики решаем задачи на тему правильного питания.
4. **Взаимодействие с родителями:**
   1. **Родительские собрания и консультации:** я регулярно провожу родительские собрания и индивидуальные консультации, на которых обсуждаю вопросы сохранения здоровья, делюсь своим опытом и даю рекомендации.
   2. **Совместные мероприятия:** организация спортивных праздников, экскурсии, походы, мастер-классы по здоровому питанию.
   3. **Информирование родителей:** информирование родителей о мероприятиях, проводимых в классе по вопросам здорового образа жизни, и призываю их поддерживать наши усилия дома.

Таким образом, комплексная реализация принципов здоровьесбережения в образовательной деятельности обеспечивает благоприятные условия для полноценного физического и интеллектуального развития младших школьников. Педагогическая практика показывает, что дети, воспитанные в атмосфере заботы о своем здоровье, легче осваивают школьную программу, демонстрируют высокую мотивацию к познанию и устойчивое эмоциональное состояние. Именно такой подход гарантирует гармоничное формирование личности младшего школьника и готовит его к успешным жизненным достижениям.