

блем нашего общества в целом и школы в частности. Школа может способствовать ее решению посредством знакомства с народными традициями укрепления здоровья, приобщения школьников к новейшим знаниям по формированию здорового образа жизни, а также совершенствовать практические навыки и умения по данному вопросу. На современном этапе развития системы воспитания уже понятно, что для сохранения и укрепления здоровья недостаточно только знаний о способах укрепления здоровья, профилактике заболеваний. В данной работе необходимо подбирать такие методы и виды деятельности, которые учитывают зону актуального и ближайшего развития младших школьников и способствуют сохранению их здоровья.

Воспитание здорового образа жизни детей имеет прямую зависимость от той социальной среды, в которой находится ребенок, и это, как правило, семья. Именно в семье дети самостоятельны, активны, проявляют инициативу по осуществлению действий, направленных на сохранение и укрепление здоровья. Но взрослые члены семьи не всегда обладают достаточным количеством знаний, времени и желанием решать проблемы, связанные с проявлением активной позиции ребенка по укреплению здоровья. В своей работе по формированию здорового образа жизни мы нашли союзников в лице родителей, что позволяет организовывать совместное участие детей и их родителей в делах данной направленности. Видя у себя перед глазами положительный пример своих родителей, ребенок будет воспринимать мероприятия по сохранению и укреплению здоровья как жизненную необходимость.

В своей работе мы используем различные активные методы сохранения и укрепления здоровья:

1. Метод формирования сознания, который реализуется через организацию классных часов, бесед, диспутов. Целью проведения данных мероприятий является овладение учащимися объективными, соответствующими возрасту знаниями, а также формирование здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к вредным привычкам. В ходе данной работы дети получают объективную информацию о вредных привычках, учатся лучше понимать себя и критически относиться к своему поведению, анализировать свои желания и их последствия. Этот метод позволяет научить детей делать правильный выбор и принимать ответственные решения.

2. Метод организации деятельности и формирования опыта поведения, который включает в себя:

- педагогические требования к организации здорового образа жизни в виде просьб, советов;
- приучение и упражнения, которые содействуют формированию устойчивых способов поведения, привычек здорового образа жизни и отражают сознательные установки личности, а регулярное участие в спортивных и оздоровительных мероприятиях формирует качества здоровой личности;

УДК 371.487

М.М. Садовская
(ГУО «Средняя школа № 1
имени Н. И. Пашковского г. Бельнич»))

ВОСПИТАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ЧЕРЕЗ АКТИВНЫЕ МЕТОДЫ СОХРАНЕНИЯ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ

В статье дается описание методов внеклассной работы по воспитанию здорового образа жизни младших школьников, видов деятельности по их реализации с целью сохранения и укрепления здоровья учащихся.

Сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения, воспитание у детей потребности в здоровом образе жизни – одна из важнейших про-

– воспитывающие ситуации, которые применяются с целью формирования новых норм поведения по отношению к собственному здоровью.

Использование данного метода позволяет ученикам освоить умения и привычки, составляющие основу здорового образа жизни.

3. Метод стимулирования поведения и деятельности, который помогает формировать у детей умение правильно оценивать свое поведение, что способствует осознанию ими своих потребностей, пониманию смысла жизнедеятельности. Данный метод реализуется через наказание и поощрение. Наказание состоит в выражении морального порицания, осуждения. Поощрение применяется в различных вариантах: одобрение, похвала, благодарность, награждение.

4. Метод проектов, который включает в себя исследовательские и творческие проекты. Исследовательские проекты – организация опроса среди своих сверстников для изучения, например, отношения к вредным привычкам. Творческие проекты могут быть реализованы через выпуск стенгазеты о формировании здорового образа жизни.

Для проведения мероприятий по формированию здорового образа жизни используется комплексный подход; важны систематичность и последовательность на фоне разнообразных форм и методов организации работы с детьми, а также учет возрастных особенностей учащихся, активно влияющих на выбор видов деятельности при формировании понятия ценности здорового образа жизни. Цель такой разнообразной работы заключается в том, чтобы донести до детей всю важность не только сохранения, но и укрепления здоровья. Ведь современный ребенок подвержен влиянию со стороны улицы, телевидения, рекламы, средств массовой информации, и наша задача – обезопасить ребенка от дурного влияния, рассказать, что хорошо, а что плохо, для того чтобы сохранить здоровую нацию и здоровую личность с перспективным будущим. Необходимо сформировать у ребенка потребность быть здоровым, научить его этому, помочь в сохранении и формировании здоровья.