**ЧТО ЗНАЧИТ БЫТЬ УЧИТЕЛЕМ ЗДОРОВЬЯ**

**В СОВРЕМЕННОЙ ШКОЛЕ**

*Скворцова Елена Сергеевна,*

*учитель начальных классов*

*МАОУ СОШ №37, г. Владимир*

 «…повсюду ценность школы равняется ценности еѐ учителя»

 Адольф Дистервег

Здоровье — один из важнейших компонентов человеческого благополучия, счастья, одно из неотъемлемых прав человека, одно из условий успешного социального и экономического развития любой страны. Будущие страны — это наши дети, те, кто сегодня сидит за партами. Лучший способ сделать их счастливыми — сделать их здоровыми! Физически и нравственно здоровая личность – один из основных критериев качества образования сегодня. Не случайно в стандартах нового поколения главные акценты сделаны на формирование духовно-нравственных ценностей и здорового образа жизни.

Давайте вспомним слова замечательного педагога В. А. Сухомлинского, который говорил: «… от того, кто вёл ребёнка за руку в детские годы, что вошло в его разум и сердце из окружающего мира, - от этого в решающей степени зависит, каким человеком станет сегодняшний малыш». Ответственность за сохранение здоровья учащихся лежит, прежде всего, на педагоге, который с появлением новых подходов к качеству образования должен иметь статус Учителя здоровья.

Есть ли знак равенства между понятиями «учитель» и «учитель здоровья». Ни один из имеющихся словарей однозначно не дает нам ответа на этот вопрос. Однако, изучив большое количество умных мыслей, я пришла к выводу, что понятие «учитель здоровья» намного шире, чем просто «учитель». Необходимо не просто давать знания, развивать умения и навыки, но и учить детей жить в гармонии с собой и окружающим миром, заботиться о своем здоровье и здоровье своих близких. При этом нужно быть примером физического и нравственного здоровья для своих учеников. Это особая трудная миссия, и чтобы выполнять ее, нужно постоянно учиться.

Я учитель начальных классов. Каждый день я спешу на свою любимую работу, где меня окружают мои любимые ученики. И я знаю, что должна сделать все, чтобы эти маленькие, несмышленые малыши уже с малых лет понимали, что самое главное в жизни – это здоровье, которое нужно беречь смолоду. И с этой минуты для меня начинается поиск ответа на вопрос: «Что я могу сделать, чтобы быть Учителем здоровья?».

А сделать можно много чего. Сегодня дети сильно устают в школе: много уроков, сложные учебники, внеурочная деятельность, многочисленные кружки и секции, большие домашние задания… Учитель постоянно должен уделять внимание правильной организация урока, соблюдению гигиенических требований и режимных моментов, чередованию видов учебной деятельности, проводить физкультминутки и паузы релаксации, следить за психологическим климатом классного коллектива. Другими словами, учитель должен создавать образовательную среду, не наносящую вреда здоровью ребенка. Мы называем это здоровьесбережением.

Однако, если мы хотим сформировать физическую и нравственно- здоровую личность, способную взять на себя ответственность за себя и будущее страны, одного здоровьесбережения не достаточно! Процесс формирования потребности в здоровом образе жизни должен быть постоянным и комплексным. Поэтому педагогу необходимо искать новые средства, ориентирующие сознание ребенка на здоровьесберегающую деятельность. ЗОЖ - это своего рода умения, навыки, привычки поведения, которые будут необходимы в самостоятельной жизни. Лекции и эпизодические мероприятия тут бессильны. Чтобы сформировать потребность в здоровьесберегающем поведении необходимо постоянно создавать учебные ситуации, которые заставляют задуматься, анализировать, делать выводы.

Что может сделать учитель в этом направлении? Я думаю использовать все возможности учебно-воспитательного процесса. Мы привыкли считать, что знакомство с организмом человека, гигиеной, экологией, как правило происходит на уроках окружающего мира, ОБЖ или физкультуры. А почему бы не задействовать другие школьные предметы? Возьмем, к примеру, математику. На уроках математики увеличивается умственная нагрузка на ученика. Это заставило меня задуматься над тем, как убить сразу двух зайцев: поддерживать активность детей на протяжении всего урока и заботиться о своем здоровье. Ответ был найден. Можно интегрировать вопросы здоровьеформирующей направленности в содержание учебных задач. Решая такие задачи, дети получают необходимые знания, как по математике, так и по вопросам гигиена тела, правильного питания, здорового образа жизни, безопасного поведения на дорогах.

Вот примеры таких задач.

Задача 1*.* В России ежегодно умирает 500 000 мужчин среднего возраста. 42% из них умирают из-за болезней, связанных с курением. Сколько человек могли бы продолжать жить, если бы своевременно бросили курить?

Задача 2. Детям рекомендуется находиться за компьютером не больше 1 часа в день. Ваня утром играл в компьютерную игру в течение 45 минут, вечером еще 1 ч 30 минут. На сколько минут больше Ваня находился за компьютером, чем рекомендуется?

В процессе решения таких задач дети постоянно думают, идет развитие критического мышления, а вместе с этим закладываются положительные установки на здоровый образ жизни.

Таким же образом можно использовать тексты здоровьеформирующей направленности в диктантах на русском языке. Например, диктант может иметь названия: «Болезни грязных рук», «Режим дня», «Движение – это жизнь», «Вредные привычки» и т. д.

Большим воспитательным потенциалом здоровье созидания обладают пословицы и поговорки, произведения русских и зарубежных писателей.

Таким образом, управляя содержанием образования, учитель Здоровья создает предпосылки для формирования культуры здоровья школьника.

Сегодня в наш профессиональный язык прочно вошли такие понятия, как “педагогика сотрудничества”, “личностно - ориентированное образование”, “гуманистический подход”. Все они основаны на взаимодействии детей и взрослых, которое возможно только в условиях благоприятной психологической среды. Создать комфортную среду можно только применяя индивидуальный подход для каждого ученика.

В учебно-воспитательном процессе учащийся функционирует как личность и индивидуальность одновременно. И у этой личности есть определенный, присущий только ей, набор качеств, способностей, психологических процессов. Не все учащиеся оказываются одинаково в комфортных условиях на уроке. Есть дети, которым легче прочитать и понять, другим - нужно прослушать или проговорить вслух, а есть и те, которым легче построить таблицу или график, чем её проанализировать и наоборот. Все дети разные, и взаимодействовать одинаково со всеми сегодня просто не получится. Если учитель «увидит» ученика как субъекта учения, то сможет спроектировать для ребенка ситуацию успеха в условиях классно-урочной системы и тем самым создать развивающее образовательное пространство для каждого ученика. Например, если у ученика слабое внимание, но хорошо развита память, создаем ему ситуацию успеха на этапе актуализации знаний, где он может отлично рассказать выученный материал, а далее на этапе открытия нового знания даем задания, требующее концентрации внимания. Если у ребенка слабо развиты регулятивные умения и учебная мотивация, но хорошие организаторские и коммуникативные навыки, то создаем ему ситуацию успеха при работе в группе или назначаем его руководителем группового проекта.

Учитывая возрастные психологические особенности своих учеников, учитель здоровья продумывает виды учебной деятельности на уроке, избегает однообразия, а значит быстрого утомления. В своей практике широко использует нестандартные уроки: уроки-игры, уроки-соревнования, уроки-конкурсы, уроки-путешествия, что укрепляет учебную мотивацию, вызывает положительные эмоции, помогает увидеть индивидуальность детей.

Таким образом, учитель Здоровья не только создает развивающую среду для каждого, но и способствует снятию стресса и напряжения, обеспечивая благоприятную психологическую обстановку. А ведь это немаловажный фактор здоровья школьников, что очень актуально в условиях инклюзивного образования.

По моему мнению, чтобы воспитать в ребенке потребность в здоровом образе жизни и сформировать предпосылки к сохранению своего здоровья еще в детском возрасте, Учитель здоровья задействует ресурсы урочной, внеурочной и внеклассной деятельности. Ведь только через деятельность знания превращаются в практические навыки. Проектная деятельность как нельзя лучше мотивирует младших школьников к заботе о своем здоровье. Как говорится, делаем акцент на самостоятельную работу и поисковую активность самих детей. И это работает. Еще В.А.Сухомлинский отмечал, что «истинной заботой о здоровье детей является не просто комплекс санитарно-гигиенических норм, но, прежде всего, забота о гармоничной полноте всех физических и духовных сил, и венцом этой гармонии является радость творчества».

Вы не представляете, как горят глаза детей при защите проекта о здоровом образе жизни своей семьи или пропаганде любимых видов спорта! А как гордятся дети, заслужившие призы и медали в спортивных соревнованиях! Ведь это – лучшая мотивация для других. И никаких лекций, и моралей!

Не могу не сказать о работе с родителями. Ведь именно родители – верные помощники учителя в решении такой задачи, как сохранение здоровья. Они и темы предлагают, и мероприятия организовывают. Совместные вылазки на природу, встреча с интересными людьми, выставки семейных фотографий, экологические экскурсии и многое, многое другое работает на здоровье и не оставляет равнодушным ни одного ребенка. Разве мы не к этому стремимся?

Давайте подведем итоги всему вышесказанному.

Что же отличает учителя здоровья от просто учителя? Исходя из требований ФГОС, учитель здоровья управляет условиями, в которых протекает образовательный процесс и делает их здоровьесберегающими. Учитель Здоровья управляет содержанием образования и включает вопросы, связанные с формированием ЗОЖ в образовательный процесс. Учитель Здоровья применяет современные личностно-ориентированные технологии, правильно выбирает методы и приемы, способствующие развитию каждого учащегося, создает комфортную для обучения образовательную среду. Учитель здоровья постоянно совершенствует свое профессиональное мастерство, чтобы идти в ногу со временем.

Я желаю всем вам здоровья, а детям - прекрасных учителей!

Список литературы:

1. Смирнов Н. К. Здоровьесберегающие технологии и психология здоровья в школе. М., 2006

2. Левит М.В. Как сделать хорошую школу, М., АСТ, 2011, С.- 101-109

3. Горохова, Н. А. Организация здоровьесбережения в школе / Н. А. Горохова // ОБЖ. – 2010. – № 7. – С. 33-38.