

Жигалина Любовь Ивановна

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

«Центр образования № 13 имени Героя Советского Союза Н.А.Кузнецова»

город Тамбов

## ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ

### ЗДОРОВОГО И БЕЗОПАСНОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

*Гимнастика, физические упражнения, ходьба  
должны прочно войти в повседневный быт каждого,  
кто хочет сохранить работоспособность, здоровье,  
полноценную и радостную жизнь.*

*Гиппократ*

Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся начальной школе в современное время является очень актуальной. Начальная ступень обучения – переломный момент в жизни каждого ребенка: основным видом деятельности является — учебная. Деадаптация на первоначальном этапе приводит к тому, что он может получить психологическую травму, влияющую на его дальнейшую мотивацию к обучению.

Современные дети очень много времени проводят не в общении со сверстниками, а в общении с компьютером, участвуя во всевозможных компьютерных играх. Это негативно влияет и на эмоции детей, и ухудшает их здоровье. Работа педагога направлена на формирование ценности здоровья и безопасного образа жизни, на дифференциацию и индивидуализацию обучения.

Только комплексный системный подход к данной проблеме сможет



научить ребёнка осознанно выбирать поступки, выработать поведение, позволяющее сохранять и укреплять здоровье.

Безопасность – залог человеческого развития. Если человек будет убежден в безопасности среды, где он обитает, то он чувствует себя в ней комфортно и, соответственно, создаются условия, способствующие саморазвитию и самореализации учащихся.

Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся — это программа формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Формирование и обеспечение безопасности образовательной среды предполагает:

- формирование у ребёнка нравственного отношения к своему здоровью, которое выражается в желании и потребности быть здоровым;
- создание положительных эмоций при освоении знаний;
- возможность почувствовать удовольствие от методов оздоровления, не совершать поступков, опасных для жизни и здоровья;
- освоение этических норм отношений между людьми;
- умение дружить с другими детьми, делить с ними успехи и неудачи;
- обеспечение безопасности образовательного учреждения, ее защиты от внутренних и внешних угроз;
- обучение учащихся методам обеспечения личной безопасности и безопасности окружающих.

Ребёнок учится понимать чувства другого, умеет взаимодействовать в группе, контролирует своё поведение, сознательно им управляет, становится



более смелым и уверенным в себе в различных жизненных ситуациях.

Не менее важным компонентом, направленным на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, является просветительская работа с родителями

Обучающийся должен понять значение и важность семьи в его жизни, узнать свою роль в семье, усвоить лучшие семейные традиции, освоить норму отношений с родителями и другими членами семьи. Он должен быть осведомлён профессиональной и бытовой деятельности членов семьи, понимать их социальную значимость, быть гордым за своих бабушек, дедушек, родителей. Прекрасно, если ребёнок живёт в атмосфере дружбы и чувствует себя нужным – он учится находить в этом мире любовь.

Повышают безопасность образовательной среды доброжелательная атмосфера обучения и общения педагога и учащихся, одинаковые способы оценивания учащихся, высокий уровень вовлеченности школьников и их родителей в образовательную среду и процесс обучения,

Итогом работы по формированию основ здорового образа жизни является личность, способная реализовать себя максимально эффективно в современном мире, творчески относящаяся к возникающим проблемам, владеющая навыками саморегуляции и безопасного поведения.



Список литературы:

1. Абаскалова, Н. П. Здоровьесберегающая инфраструктура в системе образования: учебное пособие [Текст] / Э. М. Казин, Н. П. Абаскалова, Р. И. Айзман и др. – М.: Изд-во «Омега-Л», 2014. – 575 с.
2. Алексеев, С. В. Безопасная школа: настольная книга для руководителей и педагогов [Текст] / С. В. Алексеев // Под ред. С. В. Алексеева, Т. В. Мельниковой. – СПб: СПбППО, 2012. – 256 с.
3. Безруких, М. М. Как разработать программу формирования культуры здорового и безопасного образа жизни в образовательном учреждении [Текст] / М. М. Безруких, Т. А. Филиппова. – М.: Просвещение, 2013. – 127 с.
4. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования.

