**«Технологии формирования здорового образа жизни современного школьника в соответствии с ФГОС»**

Педагог дополнительного образования

Сигаева Е.В.

Целью инновационных здоровьесберегающих технологий в школах является: формирование у учащихся основы здорового образа жизни и добиться выполнения элементарных правил здоровья сбережения; сформировать понимание основ здорового образа жизни; умение перевести полученные знания в личный навык самосохранения здоровья учениками.

Здоровьесберегающие инновационные образовательные технологии-это системный подход к обучению и воспитанию, построенный на стремлении не нанести ущерба здоровью школьников

Интенсивные изменения в системе образования, инновационные процессы в Российской школе ставят вопросы о сохранении здоровья школьников.

Современные образовательные стандарты предъявляют к учащимся школ высокие требования, увеличивая на них нагрузку. Кроме того, в школьный период подрастающее поколение интенсивно растёт, ему свойственны усталость и утомляемость на уроках и других видах образовательных и развивающих занятий. Решить эту проблему позволяет использование инновационных здоровьесберегающих технологий, что позитивно позволит заботиться о самочувствии учеников.

В настоящее время проблема формирования здорового образа жизни является одной из важнейших в системе воспитания и обучения в современной педагогической деятельности школ. Учителя заметили, что дети, которые учатся в школе, имеют большие отклонения в состоянии здоровья: нарушение зрения и осанка, общая усталость, переутомление.

На основании этого было решено внедрить новые подходы к организации образовательного процесса с применением инновационных технологий по здрововьесбережению на уроках , информировать школьников, чтобы те могли сделать осознанный выбор в пользу здорового образа жизни. исследования подтверждают, что использование здоровьесберегающих технологий, в основе которых лежит комплексное воздействие на учащихся через снятие утомления, повышение двигательной активности, раскрепощённость суждений, использование хорового пения позволило сохранить и укрепить здоровье учащихся.

В современном образовательном пространстве инновационные здоровьесберегающие технологии реализуются на основе личностно- ориентированного подхода. Осуществляемые на основе личносно- развивающих ситуаций, они относятся к тем жизненно важным факторам, благодаря которым учащиеся учатся жить вместе и эффективно взаимодействовать.

 Состояние здоровья современных школьников образовательных учреждений во многом зависит от организации специализированной системы условий школьной среды, способствующих формированию, сохранению и укреплению здоровья учащихся, реализация которых возможна при тесном взаимодействии специалистов всех уровней образовательного и воспитательного процессов, внедряющих в учебный процесс здоровьесберегающие технологии.

Правильная организация учебного процесса в образовательном учреждении даёт возможность предотвратить перегрузки и усталость у школьников, а также помогает ученикам осознать важность сохранения здоровья.

 Современная образовательная система направлена на сохранение здоровья школьников. Задача педагогов образовательного учреждения направлена не только на то, чтобы дать детям знания, но и на то, чтобы сформировать успешную личность ученика, готовую полноценно жить и далее самостоятельно развиваться. А без здоровья это совершенно невозможно. Именно поэтому в настоящее время реализуются инновационные здоровьесберегающие технологии   в школах.

Педагог может сделать для здоровья ученика даже больше, чем врач. Просто педагоги должны работать так, чтобы обучение не несло вреда здоровью учеников. В жизни школьников учитель занимает одно из главных мест, для них он олицетворяет все важное и новое, в том числе является примером в вопросах здоровьесбережения.

Педагогика, направленная на оздоровление детей, не может быть выражена какой-то одной образовательной технологией. Это все направления деятельности в школе по охране здоровья с учетом условий жизни ребенка и важнейших характеристик образовательной среды.

Современный учитель должен обладать профессиональными качествами, которые позволят ему реализовывать плодотворные идеи инновационного здоровьясбережения учащихся, что и поможет обеспечивать положительные педагогические результаты.

Здоровьесберегающие инновационные образовательные технологии - это программы и методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни.

**Литература**

1. Базарный В.Ф. Здоровье и развитие ребёнка: экспресс – контроль в школе и дома: Практическое пособие. – М.: АРКТИ, 2005.- 176 с.:

2.Смирнов Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. – М. АПК и ПРО, 2002г.

3.В.Н. Ирхин. Формирование культуры здоровья школьников на уроках. Белгород, 2008г.

4.Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе.- М.: АПК и ПРО,2002.

5. Латохина Л.И. Оздоровительные минутки. Простая и эффективная гимнастика для детей и взрослых /- М.: АСТ: Астрель, 2009. – 158, (2) с.: ил.

6. Кирилова И.Ю. Методические рекомендации к факультативному курсу «Гимнастика для ума» /– Белгород: КОНСТАНТА, 2014. – 24с.