«Все болезни от нервов», «Здоровье не купишь – его разум дарит», «Радость молодит, горе старит», «Ржа ест железо, а печаль – сердце».

Эти и подобные примеры народной мудрости сегодня обоснованы и подтверждены научными исследованиями. Они убеждают нас в том, что эмоциональное состояние человека оказывает непосредственное влияние на состояние физическое.

Если ученик испытывает дискомфорт, находится в состоянии стресса, то вряд ли его физическое здоровье будет улучшаться. А о качестве усвоения учебного материала уже и говорить не стоит.

Таким образом, я пришла к выводу, что первостепенная задача учителя, а тем более учителя, претендующего на звание "Учитель здоровья", обеспечить именно психическое, духовное, эмоциональное здоровье ребенка. То есть, сформировать здоровый дух как основу формирования здоровья телесного.

Позвольте представиться. Меня зовут Бойко Елена Анатольевна. Я работаю учителем начальных классов в прекрасной новой современной сельской школе поселка Родники и представляю на конкурсе Белореченский район.

Мое педагогическое кредо:

 СЧАСТЛИВЫЙ РЕБЕНОК – УСПЕШНЫЙ УЧЕНИК

Данная позиция весьма актуальна для школы, позиционирующей себя так: Школа, где каждый успешен".

Я убеждена, что создание максимально комфортной среды для каждого ученика - это основа здоровьесбережения.

Как этого добиться на практике?

Для себя я сформулировала пять правил, которые необходимо соблюдать, чтобы сохранить здоровье школьников.

Правило № 1. Никакого насилия над ребенком. Любое насилие, будь то пищевое, вербальное, невербальное угнетает психику ученика, ухудшает его самочувствие.

Правило № 2. Позитивный настрой - враг болезней.

В классе выдела специальная игровая зона, где ребенок может на перемене поиграть с принесенными из дома любимыми игрушками, поработать с конструктором, просто пообщаться.

Занять детей на перемене помогают ученики прошлого выпуска. Польза от такого общения велика. У первоклассников снимается страх перед огромным школьным коллективом.

Во время динамических пауз мы устраиваем в классе мини-концерты. Это была, так называемая "инициатива снизу". Сначала пела только одна девочка, затем к ней стали присоединяться другие. Добавились чтецы и танцоры.

Такие концерты решают, причем, совершенно ненавязчиво и незаметно, целый комплекс задач:

- объединение коллектива;

- физическая и психологическая разгрузка;

- дыхательная и двигательная гимнастика.

Правило № 3. Участвуй и побеждай.

Участие в конкурсах, олимпиадах, соревнованиях должно захватить детей с первых дней обучения в школе. Это дает ребенку возможность показать свои способности и таланты, повысить самооценку и оценку окружающих.

Нынешний первоклассник получил диплом третьей степени на соревновании "Шаг в будущее". Он был первым, кому выпала честь представлять район на столько высоком уровне.

Он же стал победителем с другим своим проектом на муниципальном этапе конкурса "Эврика".

Радость от собственных побед способна повысить иммунитет. Это доказанный учеными факт. Ученик, о котором я говорила выше не пропустил по болезни ни одного дня.

Из этого вытекает правило №4. - Все, что является источником радости является и источником здоровья.

Ученики получают радость от исследований и открытий,

От общения и путешествий.

От коллективных праздников и спортивных соревнований.

В нашем поселке 2014 года действует школа Олимпийского резерва бассейн Волна. Многие мои ученики его посещают и не только укрепляют здоровье, но и добиваются высоких спортивных результатов.

В школе олимпийского резерва занимается и моя дочь. А муж работает тренером.

Я уверена, что в будущем мои ученики будут не только гордостью своей школы, своего поселка, но и гордостью страны.

И, наконец, правило №5 - Фундамент здорового образа жизни закладывается в семье.

Здесь идет речь не только о здоровом образе жизни ученика, но и о здоровом образе жизни самого педагога.

Я убеждена в том, что одна из приоритетных задач учителя – создать для каждого ребенка комфортную здоровьесберегающую среду, где он будет чувствовать себя счастливым и успешным.

Мониторинг пропусков утверждать, что создание максимально комфортной обстановки в классе снижает стрессовые нагрузки, что способствует, в свою очередь, укреплению физического здоровья.

Спасибо за внимание