Андрейчева Александра Дмитриевна

студент

ФГБОУ ВО «Армавирский государственный педагогический университет»

г.Армавир, Краснодарский край.

**Сказки как средство формирования здоровьесберегающего мышления младших школьников.**

**Аннотация:** В данной статье ставится задача рассмотреть такое средство формирования здоровьесберегающего мышления как сказки. Раскрываются понятия «здоровье», «здоворьесбережение». Особое внимание уделяется средствам формирования здоровьесберегающего мышления. В статье предложена классификация сказок о здоровом образе жизни с их кратким описанием, а так же составлен список требований к их использованию в урочной и во внеурочной работе.

**Ключевые слова:** здоровье, здоровый образ жизни, здоровьесбережение, здоровьесберегающее мышление, сказки.

Начальная школа – это определяющий этап в физическом и психологическом развитии ребенка, в формировании основ здорового образа жизни с перспективой на всю жизнь. По статистическим данным системы здравоохранения, в настоящее время, отмечается снижение качественных показателей здоровья младших школьников. Согласно статистическим данным 20-30% учеников начальной школы являются здоровыми, а у остальных быль отмечены различные приобретенные и врождённые нарушения. В современной школе остро стоит проблема поиска эффективных методов и средств осуществления оздоровительных методик в школе. Так в ФГОС НОО в разделе «Портрет выпускника младшей школы» отмечено, что важной характеристикой ученика является соблюдение правил здорового и безопасного образа жизни.

Здоровье выступает как многоаспектное, интегральное понятие, характеристиками которого являются физическое, психологическое, а так же духовное благополучие личности. По мнения Баховской И.М, культура здоровья – это совокупность знаний, норм, идеалов, ценностей, которые связаны с представлениями о здоровье как ценности, выполняющей регулятивно - ориентирующую функцию в отношении тех видов деятельности, которые обеспечивают формирование, поддержание и укрепление здоровья.

Основные группы мер по формированию здорового образа жизни школьников: медико – профилактические, физкультурно – оздоровительные меры, социальная самореализация и психологический комфорт ребенка, бережное отношение к потенциалу здоровья педагогического коллектива школы

Существуют различные средства формирования здоровьесберегающего мышления и здорового образа жизни учащихся, например, гимнастика, физкультминутки, закаливание, релаксация, беседы о здоровье и т.д. Одним из наиболее интересных средств формирование здоровьесберегающего мышления является сказка.

Еще с раннего детства школьники знакомятся со сказками. Они доступны и понятны детям, легко воспринимаются и запоминаются. Читая, рассказывая, сочиняя собственные сказки, рассматривая соответствующие картинки и рисунки, а так же анализируя содержание сказки и поступки героев, у учащихся формируется понятие о здоровье, гигиене и здоровом образе жизни. Сказки в занимательной и доступной форме знакомят детей с окружающей действительностью, поступками людей, показывают последствия тех или иных поступков, дают возможность ребенку самому «прожить» ситуацию, именно это и делает сказки одним из самых эффективных средств образовательной работы с детьми.

Можно выделить следующие виды сказок о здоровом образе жизни:

1. *Сказки о пользе спорта, зарядки и закаливания.* Цель которых, формирование таких понятий как здоровье, спорт, зарядка, закаливания, режим дня. Они наглядно, на примерах сказочных героев, рассказывают о пользе спортивных упражнений, каждодневной зарядки, а так же о закаливании как виде тренировки и оздоровления своего организма. К ним относятся такие сказки как: «Сказка про то, как белка всех зверей приучила к зарядке» (Щербинская Елена), «Сказка про доктора Айболита, Козу и семеро козлят» (Зорина Полина), «Сказка о Королевиче Жене и здоровом образе жизни» (Помаскин Михаил).
2. *Сказки о гигиене*, целью которых является формирование понятия «гигиена», «правила гигиены». Они объясняют младшим школьникам, почему нужно умываться и чистить зубы, причесываться, зачем поддерживать порядок в доме, держать свою одежду опрятной и чистой и т.д. К таким сказкам относятся хорошо известные нам сказки Корнея Ивановича Чуковского «Мойдодыр» , «Федорино горе», Грибачева Николая «Сказка про Зайца-грязнулю», Шкуриной Марии «Сказка про дом, который любил чистоту и уют».
3. *Сказки о правильном питании,* которые направлены на сформирование таких понятий как «правильное питание», «витамины», и о их значимости для здоровья. Знакомясь с данными сказками, «проживая» различные ситуации с их героями, школьники анализируют свой режим питания, правила поведения при приеме пищи, а так же формируют свое отношения к различным видам продуктов. В данную группу входят следующие сказки: «Как нужны витамины» (Виктор Драгунский), «Заяц — сладкоежка» (Месилова Вера), «Сказка о здоровом питании» (Калиничева Александра), «День рождения» (Александрова Татьяна).
4. *Сказки о психологическом и социальном здоровье.* Цель – сформировать у учащихся ценностное отношение к обществу, социальным нормам, а так же усвоение таких понятий как добро, честь, долг, дружба, смелость, отзывчивость. Сказки этой группы показывают, как важно противостоять злу, бороться с ленью, приходить на помощь к товарищам. Группа представлена такими сказками: «Доброта и здоровье» (И. Ероменко.), «Сказка о том, почему нельзя говорить «плохие» слова», «Смелый Гномик» (Бондаренко А.), «Королевство Лентяев» (Шкурина Мария).

Педагогу, который намерен использовать данные сказки в учебном процессе необходимо соблюдать следующие требования:

1. Соответствие сказки целевым ориентирам урока, теме и воспитательным задачам;
2. Сказка должна выступать в качестве активизации мотива к учению, должна вызывать интерес у ребенка к своему здоровью и здоровому образу жизни;
3. После прочтения сказки обязательно необходим анализ ее содержания, выделение темы и главной мысли сказки, анализ поступков героев, а так же ответы на нравственно и личностно ориентированные вопросы;
4. Сказка должна соответствовать возрастным и индивидуальным особенностям детей.

Сказки, как средство формирования здоровьесберегающего мышления, могут использоваться не только педагогами в урочное и внеурочное время, но воспитателями и родителями. Помощь в подборе правильного материала, а так же тематике сказок может быть оказана учителем. Если работа с данными сказками осуществляется дома, то родителям следует обращать внимание на следующие моменты:

1. Сказку должны читать сами родители или ребенок под их чутким контролем;
2. После прочтения сказки обязательно должно следовать ее обсуждение;
3. Большое воспитательное значения несут примеры из личного опыта родителей;

Благодаря взаимодействию учителя и родителей, будет осуществлена комплексная работа в сфере здоровьесберегающего обучения. Учет возрастных особенностей ребенка.

Таким образом, сказки являются эффективным средством формирования здоровьесберегающего мышления младших школьников. Так как сказки ненавязчиво прививают ребенку правила поведения, формируют его взгляды и отношения, а также развивают его личностные способности. Сказки можно использовать как в урочной, так и во внеурочной деятельности, тем самым не прерываю здоровьесберегающее обучение. В.А Сухомлинский говорил: «Сказки многогранны и многослойны: они закладывают духовные принципы, объясняют вселенские законы, оказывают огромное эмоциональное влияние. Существуют даже специальные лечебные сказки. Поэтому исключать сказки в воспитании детей ни в коем случае нельзя».

**Список литературы:**

* Аллакаева, Л.М. Педагогические основы формирования культуры здоровья школьников / Л.М. Аллакаева - Нижний Новгород , 2004.- 22 стр.
* Бычкова, Т.И. Организация учебно-воспитательного процесса в общеобразовательной школе на основе здоровьесберегающих технологий / Т.И. Бычкова. - Чебоксары, 2005.- 18 стр.
* Герасимова В.Ю. Методическая разработка внеклассного мероприятия «Сказка про ЗОЖ» для студентов ОУ, Якутск, ЯИПК., 2014 – 12 с.
* Ковалько, В.И. Здоровьесберегающие технологии / В.И. Ковалько. - М.:ВАКО, 2007.- 304 стр.
* Харин А.С. Нравственно-эстетическое образование и воспитание в развитии национальной начальной школы. // Начальная школа. - 2012 - №6 - С. 43.