**Методика подготовки и проведения**

**конкурсных мероприятий по воспитанию здорового образа жизни как способ самореализации учащихся начальной школы**

**Дементьева Татьяна Александровна,**

**Карелова Светлана Анатольевна,**

**учителя начальных классов**

**МБОУ Школы "Кадет" № 95 г.о. Самара**

**Аннотация:** данная статья рассматривает, как развить интерес к познанию здорового образа жизни, правильного питания через активные формы работы с учащимися, которые дадут возможность проявить свою гражданскую позицию.

**Ключевые слова:** здоровье, рациональное питание школьников, гражданская активность.

Социально - экономические изменения, происходящие в современном обществе, предполагают появление новых взглядов на процесс социального и индивидуального становления личности. Приоритетом образования является воспитание человека самостоятельного, ответственного, инициативного, думающего, способного выстроить свою жизненную траекторию и реализовать творческий потенциал.

Многолетний опыт работы в школе показывает, что из года в год возрастает количество детей, имеющих отклонения в здоровье. Это связано с массой негативных явлений современной жизни: экологическим неблагополучием, тяжелыми социальными потрясениями, массовым распространением вредных привычек (наркомании, курения, алкоголизма); слабо развитой системой здравоохранения, недостаточной воспитательной работой образовательных учреждений и семьи.

Ситуация с улучшением здоровья нации изменится в лучшую сторону только тогда, когда каждый гражданин нашей страны поймёт, что здоровый образ жизни — это не сумма полученных и усвоенных знаний, а стиль жизни, включающий в себя отсутствие вредных привычек, занятия физкультурой и спортом, рациональное питание, соблюдение правил личной гигиены, закаливание, полноценный сон, бережное отношение к природе; медицинское воспитание, своевременное посещение врача и выполнение его рекомендаций .

Хочется отметить, что укрепление здоровья каждого ребенка это проблема не только медицинская, но и педагогическая. Поэтому потребность в формировании у детей представлений о здоровом образе жизни возрастает и требует поиска новых путей в образовании, воспитании.

Если составить перечень названий мероприятий по воспитанию здорового образа жизни, которые проводятся сегодня в школе, то получится достаточно объёмный список. Но при внимательном изучении этого списка можно обнаружить, что, при всём разнообразии названий, в основе большинства мероприятий лежат одни и те же формы, наполненные другим содержанием и имеющие различные названия. Количество форм работы всегда меньше, чем количество возможных вариантов содержания внутри этих форм, а число вариантов содержания всегда меньше, чем число возможных названий. Поэтому мы все в некоторой степени лукавим, говоря о новых формах работы в данном направлении. Формы работы в большинстве своём прежние, но наполненные другим содержанием и получившие новые названия. Если педагог усвоил, что нужно изучить существующие формы; уметь наполнить эти формы каждый раз нужным содержанием; уметь придумать полученному результату название, то это залог его разнообразной, увлекающей детей, продуктивной работы.

Хотим показать это на примере методики подготовки и проведения одной из наиболее известных и популярных форм организации детского развивающего досуга —конкурсов по здоровому образу жизни. Но мы хотим рассказать не столько о результатах детей, как участников проводимых нами конкурсов, а о способе привлечения детей к подготовке, проведению, оценке работ и практическому использованию итогов конкурсов.

Ц е л ь к о н к у р с ов :повышение эффективности программы "Разговор о правильном питании" за счет активизации и стимулирования творческой деятельности детей.

Задачи конкурсов:

* Способствовать формированию у детей интереса и готовности вести здоровый образ жизни
* Способствовать развитию умения работать с различными информационными источниками, находить и выделять необходимую информацию, анализировать и обобщать ее
* Способствовать развитию у детей умения планировать и согласованно выполнять совместную деятельность, распределять роли, эффективно сотрудничать как с учителем, так и со сверстниками.

Конкурсы являются мощным стимулом к развитию человека, к совершенствованию его навыков. Этот результат усиливается в разы, если дети принимают участие в организации конкурса.

Идея привлечения детей к организации конкурсов родилась от нехватки времени педагога. Когда одно мероприятие накладывалось на другое, и возникала необходимость обратиться за помощью к детям. Дети с просьбой учителя справились, и тогда появилась мысль предложить выполнить весь объём работы по подготовке и проведению конкурса плакатов по правильному питанию. Первый конкурс был проведён и подготовлен под плотным руководством учителя, все последующие уже требовали от педагога минимум вмешательства. В течении года проведены следующие конкурсы: «Если хочешь быть здоров – правильно питайся», «Каша – сила наша», «Хлеб – всему голова», «Хорошо здоровым быть! Соков надо больше пить!», «Нет - антибиотикам в продуктах».

Основные этапы подготовки и проведения конкурсного мероприятия:

1. Создание инициативной группы, определение темы конкурса, деление на рабочие группы;

В зависимости от своих увлечений, интересов, умений дети по большей части самостоятельно, иногда по рекомендации учителя делятся на группы: ответственные за создание положения конкурса, ответственные за разработку темы конкурса (подбор наиболее яркого слогана), ответственные за распространение информации о конкурсе, ответственные за сбор заявок на конкурс и сбор конкурсных работ, жюри, ответственные за награждение победителей, ответственные за распространение информации по итогам конкурса; ответственные за практическое применение результатов конкурса.

1. Разработка положения конкурса;

Затруднения по составлению положения конкурса были только первый раз. Потребовалась помощь учителя. В дальнейшем по уже готовому шаблону дети справляются с этой работой самостоятельно. Иногда возникают небольшие проблемы, которые дети их замечают и стараются устранить. Так на конкурс плакатов принесли работы в виде коллажа и аппликации, что в конкурсе не предполагалось. В следующем положении было выделено понятие «рисованных плакатов» и ошибка была исправлена.

1. Распространение положения конкурса;

Ответственные за этот этап продумывают места и формы информирования о конкурсе. В нашем случае это красочные письменные объявления на сайте школы, стендах информации на этажах школы, устная информация на школьном построении.

1. Сбор заявок и конкурсных работ;

В установленные положением сроками ведётся приём заявок и конкурсных работ, их сортировка и хранение.

1. Подведение итогов конкурса, определение победителей;

На начальном этапе потребовалась консультация членам жюри в соотнесении работ с разработанным положением. Когда дети поняли, как это делать, никаких проблем не возникает. Дети достаточно объективно проводят оценку работ.

1. Награждение победителей;

На начальном этапе грамоты для победителей были куплены в магазине. Постепенно, по мере приобретения навыков работы на компьютере, стали изготавливать грамоты самостоятельно. Они стали соответствовать теме конкурса.

1. Информирование о результатах конкурса;

Ответственные за этот этап размещают письменные объявления на сайте школы, устная информация на школьном построении во время вручения грамот победителям. Изготавливаются и распространяются покетмоды с работами учащихся.

1. Практическое использование результатов конкурса.

Ответственные за этот этап оформляют выставку работ, они же предложили украсить работами учащихся обеденный зал столовой. Теперь после проведения очередного конкурса по правильному питанию, эти рисунки в обеденном зале детьми обновляются. Трое рябят школы использую материал проведённых конкурсов подготовили и защитили проекты, с которыми заняли призовые места на разных уровнях.

Итак, участие в конкурсах позволяют ребенку: сформировать адекватную самооценку; развить свои волевые качества; повысить уровень интеллекта ;воспитать свой эстетический вкус; повышает мотивацию к учебной деятельности; помогает самоопределиться в мире увлечений и профессий.

Возможность организовывать конкурсы позволит ребёнку стать более самостоятельным, ответственным, инициативным, думающим, реализовать свой потенциал. Главным же результатом стало увеличение количества учащихся, получающих горячее питание в школе.

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Афанасьев С. «Методика организации конкурсов»// Воспитание школьников/ вып. № 3. - М., 2001, с. 18-24
2. Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. Методическое пособие для учителя Разговор о правильном питании.- М.: НЕСТЛЕ, ОЛМА-ПРЕСС. 2008.
3. Безруких М.М., Филиппова Т.А. Рабочая тетрадь для школьников Разговор о правильном питании. - М.: ОЛМА Медиа Групп, 2008 .
4. Киселёва Г.Г., Ковалёв В.А. Как изучить состояние здоровья школьника?/ Начальная школа, № 2- 2007.
5. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. 1 – 4 классы. М.: ВАКО, 2006.
6. Павлова М.А. Дидактические игры, как средство формирования навыков здорового образа жизни. Саратов, 2006 .
7. Материалы интернет-ресурсов:

1.  http://www. /referats/view/22556

2.  http://liraddt. /publ/metodika\_organizacii\_konkursov/

3. http://ru. wikipedia. org/