



# **Взаимодействие семьи и школы в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей**

Выполнила:

**Сарафанова Наталья Викторовна**

**«Здоровье – не всё,  
но всё без здоровья –  
НИЧТО».**

**Сократ**



- Целью государственной политики в области охраны здоровья детей является осуществление права каждого ребенка на сохранение и улучшение здоровья путем предупреждения или устранения влияния социально – экономических и других условий и факторов, препятствующих реализации этого права

*Из Концепции государственной политики в области охраны здоровья детей в Российской Федерации, 2009г.*



- **Здоровье** – это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие

болезней

### *Физическое здоровье*

– это

- отсутствие болезней или физических дефектов у ребенка,
- соответствие биологического возраста календарному,
- гармоничный рост и развитие ребенка.



### *Духовное здоровье*

рассматривается как состояние

- психологического,
- нервно-психического,
- психического благополучия.

### *Социальное здоровье*

- применительно к школе, -
- возможность усваивать ребенком программу образования,
  - умение находиться в коллективе.

- В настоящее время состояние здоровья детей в нашей стране вызывает серьезную озабоченность общества. По данным НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков, 60% детей в возрасте от 3 до 7 лет имеют функциональные отклонения в состоянии здоровья и только 10% детей приходят в школу абсолютно здоровыми.
- Взаимодействие семьи и школы в вопросах формирования и укрепления здорового образа жизни детей и подростков — комплексная социальная и педагогическая проблема. Она требует объединения усилий педагогов, различных специалистов, администрации образовательного учреждения, родителей, других социальных партнеров школы.

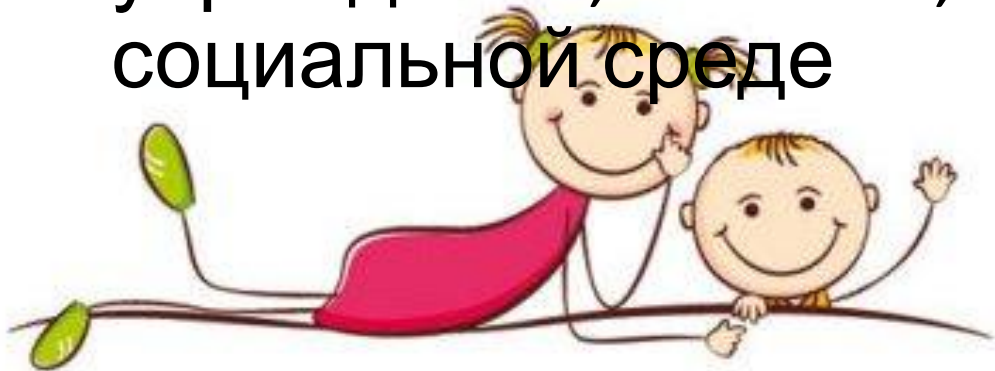


# Факторы, влияющие на здоровье школьника



# Задачи семьи и школы с позиции здоровьесбережения

- Сохранение высокого уровня реального здоровья школьника
- Формирование культуры здоровья и здорового образа жизни
- Содействие созданию обстановки психологического комфорта и безопасности личности обучающихся в учреждении, в семье, в окружающей социальной среде



# Реализация задач

- **Формирование здорового образа жизни в семье:**

- Режим дня
- Питание
- Быт
- Организация учебного труда и отдыха
- Систематические занятия физической культурой и спортом
- Отношение к вредным привычкам

- **Проведение ежегодной диспансеризации**

- **Применение здоровьесберегающих технологий в ОУ**  
(учет санитарно – гигиенических требований при составлении расписания учебной и внеучебной работы, нормализация учебной нагрузки учащихся, организация горячего питания, обязательные физкультминутки)

- **Активизация работы социума по сохранению здоровья детей**





# Обязательными направлениями здоровьесберегающей деятельности общеобразовательного учреждения являются:

- рациональная организация учебного процесса в соответствии с санитарными нормами и гигиеническими требованиями;
- рациональная организация двигательной активности учащихся, включающая предусмотренные программой уроки физкультуры, динамические перемены и активные паузы в режиме дня, а также спортивно-массовую работу;
- организация рационального питания учащихся;
- система работы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни.



*Без выполнения этого комплекса мер по охране и укреплению здоровья любые другие мероприятия не окажут должного эффекта здоровьесбережения*

# Медицинская и гигиеническая профилактика

- Проведение медицинских осмотров
- Лечение-профилактических мероприятий
- Оформление листа здоровья на каждого обучающегося
- Контроль за соблюдением правил и норм санитарно-гигиенических требований.



# Питание, как один из важнейших факторов, определяющих здоровье человека

Правильное питание обеспечивает:

- ❖ нормальный рост и развитие детей;
- ❖ способствует профилактике заболеваний;
- ❖ продлению жизни людей;
- ❖ повышению работоспособности;
- ❖ создает условия для адекватной адаптации к окружающей среде



## □ Урочная деятельность:

- спортивные паузы до урока, во время занятий
- чередование позы с учетом видов деятельности
- наличие эмоциональных разрядок на уроках
- организация витаминизированного питания
- освещение класса
- проветривание помещения
- соблюдение санитарных норм в соответствии с САНПином

## □ Послеурочная деятельность:

- Прогулки на природу
- Организация экскурсий на природу
- Участие в массовых туристских соревнованиях
- Участие в массовых городских спортивных соревнованиях
- Организация Дней здоровья в классе, школе, городе



# Формы взаимодействия семьи и школы в контексте здоровьесбережения:

- *наглядная пропаганда,*
- *посещение семей,*
- *родительские собрания, беседы и консультации, конференции родителей, устные журналы,*
- *анкетирование,*
- *дни открытых дверей,*
- *круглые столы,*
- *организация клубов,*
- *организация деловых игр.*



# Роль семьи в формировании здорового образа жизни.

- *Основные задачи ОУ:* формирование знаний родителей о здоровье, его физическом, психологическом и социальном компонентах; о факторах влияющих на здоровье (факторы окружающей среды, личностные факторы); о составляющих здорового образа жизни (профилактика и нейтрализация стресса, рациональное питание, профилактика вредных привычек, двигательная активность, рациональный режим труда и отдыха, активное просвещение по вопросам охраны и укрепления здоровья); о формировании положительной мотивации детей к ведению здорового образа жизни; об организации семейного досуга.



# Полезные советы родителям

- Ребенок должен чередовать «сидение» за уроками и телевизором с активными движениями на свежем воздухе, спортивной секции
- Нужно контролировать режим питания
- Помните, что болезнь легче предупредить, чем ее лечить
- Главное для здоровья членов семьи – радостная, дружелюбная обстановка в семье, сопереживание и поддержка



# Воспитание детей, имеющих ослабленное здоровье.

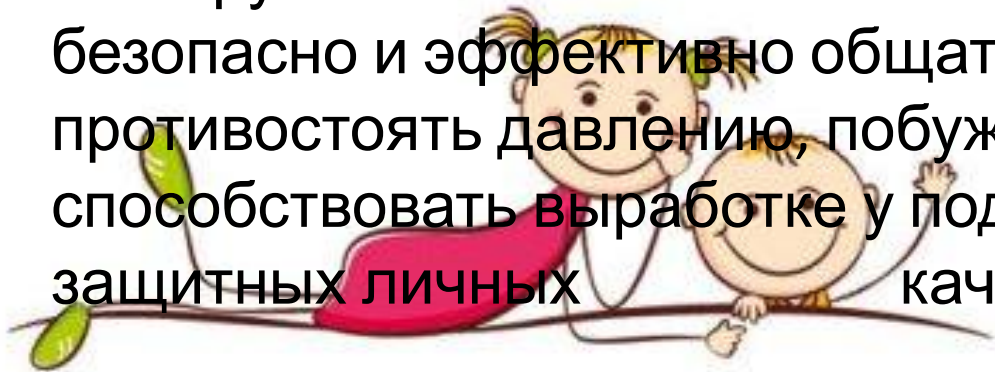
- **Основные задачи ОУ:** формирование у родителей знаний о профилактике заболеваемости детей (заболевания опорно – двигательного аппарата, нервно – психических заболеваний, нарушений зрения, органов пищеварения), о лечебно – оздоровительных мероприятиях в семейных условиях (витаминопрофилактика, фитотерапия, ароматерапия).





# Профилактика антисоциального поведения, связанного с употреблением психоактивных веществ

- **Основные задачи ОУ:** дать характеристику наиболее распространенных наркотических веществ; показать разрушительное влияние токсических веществ на функции, органы детского и подросткового организма; научить увидеть первые признаки приема наркотиков разных групп, алкоголя, токсических веществ у подростков; дать информацию о возможных профилактических и лечебных мероприятиях; сформировать представления по взаимодействию родителей и детей по формированию у последних конструктивных навыков взаимодействия (умений безопасно и эффективно общаться, умению противостоять давлению, побуждающему к приему ПАВ), способствовать выработке у подростков защитных личных качеств).





**Здоровье детей и подростков** является одним из важнейших показателей, определяющий **потенциал страны** (экономический, интеллектуальный, культурный), а также одной из характеристик национальной безопасности.

Взаимодействие семьи и школы необходимое условие в сохранении и укреплении здоровья ребенка и повышении его физической подготовленности.

В настоящее время становится все более очевидным, что решать задачи воспитания и обучения, проблемы социальной жизни ребёнка можно только при объединении усилий семьи и школы.



## **Залог успеха**

Совместная забота о здоровье детей, о формировании в их сознании здоровьесберегающего отношения к себе и окружающим позволит вырастить здоровое и успешное поколение.