

**Важнейшей ценностью для
человека является здоровье
«Когда нет здоровья, молвит
мудрость, не может расцвести
искусство, не играют силы,
бесполезно богатство и
бессилен ум»**

Геродот

ТЕМА:

Комплексная программа «Здоровьесберегающий подход к организации образовательного процесса в начальной школе»

**Учитель начальных классов МОУ
«Гимназия № 1» г. Воркуты
Цапеш Яна Леонидовна**

ЦЕЛЬ:

создание условий образовательной деятельности, соответствующих требованиям сохранения здоровья учащихся и обеспечения психологического комфорта для всех участников образовательного процесса (создание здоровьесберегающей среды образовательного учреждения)

ОБЪЕКТ:

формирование здорового образа жизни и условий для сохранения и развития физического и психического здоровья младших школьников.

ПРЕДМЕТ:

здоровьесберегающие технологии как средство формирования здорового образа жизни.

ЗАДАЧИ:

- Рациональная организация учебно-воспитательного процесса в МОУ «Гимназия № 1»
- Организация просветительско-воспитательной работы с учащимися и родителей, направленной на формирование ценности здоровья.
- Формирование социального партнёрства между педагогами и родителями в здоровьесберегающей среде.
- Организация необходимой медико-социальной и психолого-педагогической помощи школьникам.
- Ведение постоянного мониторинга за состоянием здоровья учащихся МОУ «Гимназия №1»

Основные направления работы:

СИСТЕМА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ

ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОУ

РАЦИОНАЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ УЧЕБНОГО

ПРОЦЕССА

РАЦИОНАЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ

ФИЗКУЛЬТУРНО – ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

ПРОСВЕТИТЕЛЬСКО – ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ

РАБОТА С УЧАЩИМИСЯ

ПРОСВЕТИТЕЛЬСКАЯ И МЕТОДИЧЕСКАЯ

РАБОТА С ПЕДАГОГАМИ, СПЕЦИАЛИСТАМИ И

РОДИТЕЛЯМИ

ПРОФИЛАКТИКА И ДИНАМИЧЕСКОЕ

НАБЛЮДЕНИЕ ЗА СОСТОЯНИЕМ ЗДОРОВЬЯ

Рейтинг патологий здоровья школьников:

- 1 место Нарушение осанки**
- 2 место Нервно-психические расстройства**
- 3 место Болезни органов пищеварения**
- 4 место Нарушение остроты зрения**



**За период обучения в школе число
здоровых детей уменьшается в 4 раза**

Факторы, влияющие на здоровье детей

Эндогенные

Генетические
Факторы риска пре- и
постнатального
развития

Экзогенные

Экологические
Социокультурные
Социоэкономические
Педагогические (ШФР)

**Рейтинг школьных факторов риска:
НИИ возрастной физиологии АПН
РФ (Безруких М.М.)**

Стресс, главной причиной которого является дефицит времени

Нерациональная организация учебного процесса

Интенсификация учебного процесса

Отсутствие системы работы по формированию здорового образа жизни

Оздоровительные физкультурные мероприятия, применяемые

В ходе учебного процесса

*Физическое
Воспитание
школьников*

*Работа по
профилактике*

- Простудных заболеваний
- Нарушений осанки
- Нарушений остроты зрения

*Вне уроков
физкультуры:*

1. Гимнастика до занятий
2. Подвижные перемены
3. Физкультминутки
 - Дыхательная гимнастика
 - Локальная- для различных частей тела
 - Элементы самомассажа

в ходе внеклассной и
внеурочной работы

*В кружках и
секциях:*

1. Проведение Дней здоровья, Уроков здоровья
2. Занятия в спортивных секциях
3. Проведение спортивных праздников

Виды занятий для реализации программы

теоретическая часть

- **Беседы, рассказы, убеждения**
- **Обсуждение прочитанного**
- **Исследование причин**

Практическая :

изготовление коллажа

ролевые игры

импровизированные сценки

моделирование

тренинги, опросы, анкетирование

Средства здоровьесберегающих технологий

Средств
а
двигате
льной
активно
сти

Оздоров
ительн
ые
силы
природы

Гигиени
ческие
фактор
ы



Средства двигательной направленности

Физические упражнения, физминутки

Подвижные перемены

Эмоциональные разрядки и «минутки
покоя»

Гимнастика

Самомассаж



Оздоровительные силы природы и гигиенические факторы

Занятия на свежем воздухе

Солнечные и воздушные ванны

**Фитотерапия,
витамиотерапия,
ароматерапия**

Выполнение санитарно-гигиенических требований

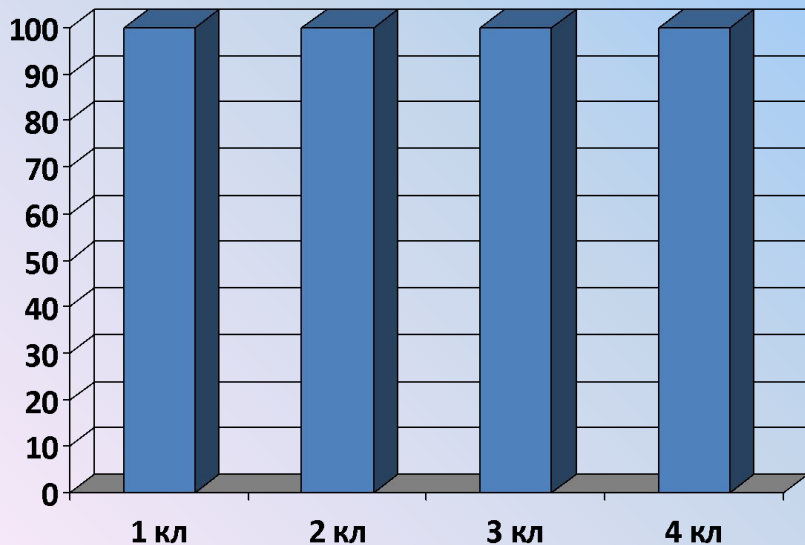
Личная и общественная гигиена

Соблюдение общего режима дня, питания и сна

Обучение детей приёмам ЗОЖ, приёмам простейшей первой помощи

Питание

**« Помни всюду и всегда:
Для нашего здоровья
Полноценная еда-
Важнейшее условие»**



Сотрудничество как форма взаимодействия, обеспечивающая психическое здоровье обучающихся

Сотрудничество – это активная помощь друг другу в достижении результата, которая может осуществляться одновременно или последовательно для взаимодействующих сторон.

Противоречие:

**некомпетентность родителей
в вопросах психического здоровья детей**

Проблема:

**Как без нравоучений и лекций уйти от
традиционного понимания процесса
воспитания как решения проблем
успеваемости и поведения?**

Цели сотрудничества:

- включить родителей в учебно-познавательный процесс;
- обучить родителей эффективным способам взаимодействия с детьми;
- создать единое образовательное (смысловое и ценностное) пространство

Способы организации сотрудничества:

- собрания-практикумы;
- круглые столы;
- собрания-конкурсы;
- собрания – праздники;
- собрания – мастерские;
- семейные - путешествия;

Сотрудничество учителя, родителей и детей

- Обеспечивает психологическое здоровье ребенка; дает чувство защищенности, надежду на успех, помогает адаптироваться в школьной среде;
- Развивает готовность принять и оказать помощь в нужной ситуации;
- Мотивирует к учебе (закрепляется чувство радости от совместного труда и творчества);