

# • Я - учитель здоровья

Презентация  
Хлюпиной Галины Евгеньевны  
учителя начальных классов МБОУ «СШ№6»  
имени адмирала А.П.Авинова

2019 г



Сведения о себе:

1. Образование: Московский государственный университет технологий и управления, 2009 год, специальность "Педагогика", Касимовское педагогическое училище, специальность "Учитель начальных классов", 1993 год

2. Стаж работы — 26 лет

3. Моя нагрузка: учитель начальных классов





# Актуальность

С самого раннего детства каждый и осознаёт важность разумного отношения к своему здоровью...

Проблемы сохранения здоровья учащихся и привития навыков здорового образа жизни очень актуальны сегодня.

Здоровье детей - это политика, в которой заложено наше будущее, поэтому перед педагогами, родителями и общественностью стоит задача воспитания здорового поколения. По статистическим данным 25%-30% поступающих в школу детей имеют отклонения в здоровье. За период обучения число здоровых детей уменьшается в 4-5 раз. Физическая подготовленность у современных подростков на 25% ниже, чем у сверстников 80-х - 90-х годов. 30% школьников имеют хроническую патологию. Проблема здоровья учащихся вышла за рамки медицинской и попала в разряд социальной.



## Работа с родителями.

Непрерывность действия ЗОТ невозможно проследить без участия родителей. Именно они отвечают за соблюдение режима дня, режима питания, следят за физическим здоровьем ребенка. Беседы на классных часах, выступления медицинских работников на родительских собраниях — это тоже относится к здоровьесберегающим технологиям.





# Стиль общения

Учителя с учениками. Современные нормы требуют от учителя демократичности и тактичности. Самое важное — обеспечить ученику душевный комфорт и чувство защищенности, которые позволяют учиться с удовольствием, а не по принуждению.



# Эмоциональные разрядки

Минутки юмора эмоциональные разрядки ; шутки-всё, что помогает снять напряжение.





## Беседы о здоровье.

Помимо обязательных курсов ОБЖ и физкультуры, нужно стремиться к тому, чтобы на уроках в той или иной форме затрагивались вопросы, касающиеся здоровья и привлекающие к здоровому образу жизни. Удобнее всего делать это в практической части уроков, намеренно моделируя ситуации, связанные со здоровьем, безопасностью. Например, на уроках русского языка можно выбирать тексты, связанные со здоровым образом жизни для упражнений и диктантов.



**Физкультурные минутки** — динамическая пауза во время интеллектуальных занятий. Проводится по мере утомляемости детей. Это может быть дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз, легкие физические упражнения. Время — 2-3 минуты.

**Пальчиковая гимнастика** — применяется на уроках, где ученик много пишет. Это недолгая разминка пальцев и кистей рук.

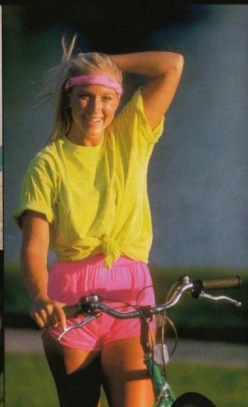
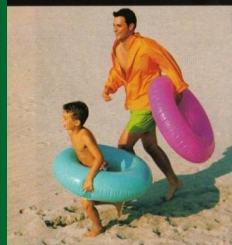
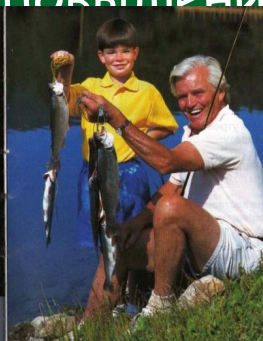
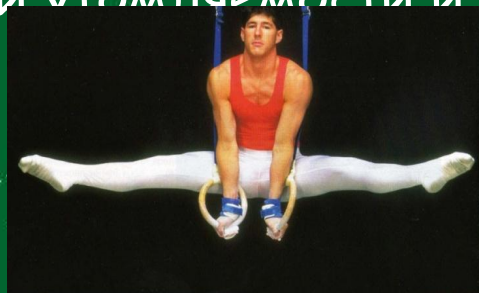
**Гимнастика для глаз.** Проводится в ходе интеллектуальных занятий. Время — 2-3 минуты.





# Смена видов деятельности

— это целесообразное чередование различных видов деятельности на уроке (устная работа, письменная, игровые моменты и пр.). Проводится с целью предупреждения быстрой утомляемости и повышения интереса учащихся.



# Игры.

Дидактические, ролевые, деловые — игры призваны решать не только учебные задачи. Вместе с этим они развивают творческое мышление, снимают напряжение и повышают заинтересованность учащихся к процессу познания





# Оформление кабинета.

Санитарно-гигиеническое состояние помещения, в котором проходят занятия, также относят к здоровьесберегающим технологиям. При этом учитываются не только чистота, но и температура, свежесть воздуха, наличие достаточного освещения, отсутствие звуковых и прочих раздражителей.



# Позы учащихся.

Если в начальной школе учителя еще следят за осанкой и правильным положением ребенка за партой во время письма или чтения, то в старших классах этим зачастую пренебрегают. Вместе с тем, осанка формируется у человека только к 15-17-летнему возрасту. А неправильные позы, которые принимает ребенок во время уроков, могут привести не только к нарушению осанки, но и быстрой утомляемости, нерациональному расходованию энергии и даже заболеваниям.





# Технологии эстетической направленности.

Сюда относятся походы в музеи, посещение выставок, работа в кружках, то есть все мероприятия, развивающие эстетический вкус ребенка.



Работу по формированию здорового образа жизни реализую через:

- Образовательный процесс
- Воспитательную работу
- Работу с родителями





# Образовательный процесс

- Правильный объем ученой нагрузки
- Использование различных методов, форм, видов урока
- Использование динамических пауз



# Воспитательная работа

- Участие в проектах, конкурсах, соревнованиях





# Работа с родителями

- Родительские собрания о ЗОЖ
- Внеклассные мероприятия «Я - спортивная семья»
- Прогулки по реке Оке на катере
- Встреча с медицинским работником



# Внеурочную деятельность организуя через

1. Проекты
2. Конкурсы
3. Классные часы



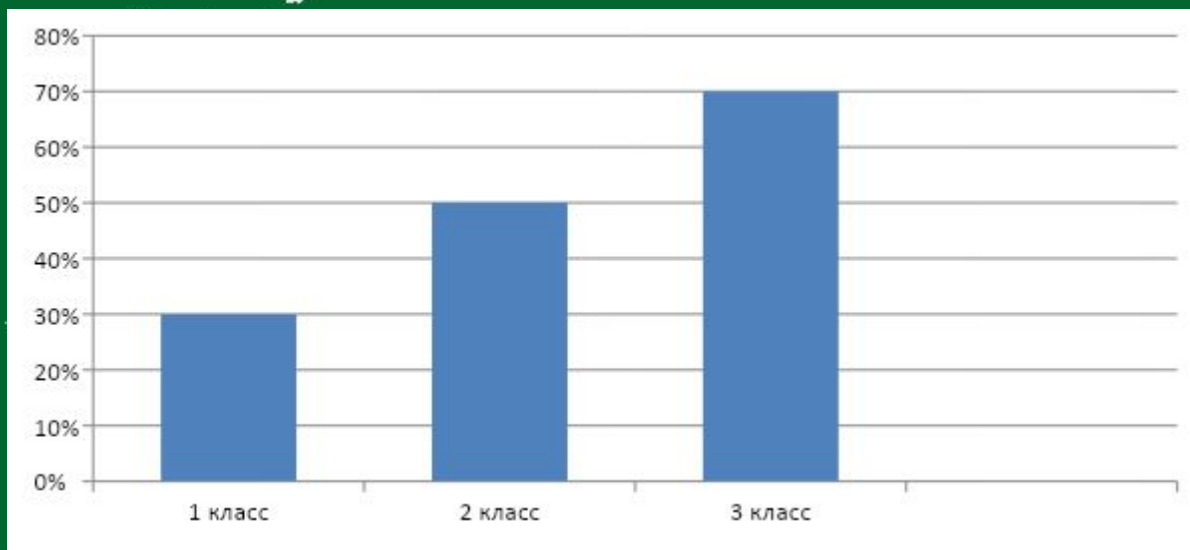


# В столовой Питание должно быть сбалансированным и вкусным



# Результаты моей работы

- Снижение заболеваемости
- Улучшение психологического климата
- Повышение мотивации учебной деятельности
- Количество не болевших детей в классе





Спасибо за внимание!

