

**Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №27» пос.Мостовик**

# **ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ СРЕДА ШКОЛЫ (ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ)**

# СОДЕРЖАНИЕ

- I Введение
- Актуальность проблемы - здоровьесбережение обучающихся
- II Здоровьесберегающий подход к организации обучения в начальной школе.
  - 2.1.Общее направление учебного процесса.
  - 2.2. Психологическая комфортность урока.
- III Заключение
- IV Использованная литература
- VI Приложение

## Введение.

### 1.Актуальность проблемы - здоровьесбережение обучающихся

- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования представляет собой совокупность требований, обязательных при реализации основной образовательной программы начального общего образования образовательными учреждениями.

# Стандарт включает в себя требования:

- - к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования;
- - к структуре основной образовательной программы начального общего образования, в том числе требования к соотношению частей основной образовательной программы и их объему, а также к соотношению обязательной части основной образовательной программы и части, формируемой участниками образовательного процесса;
- - к условиям реализации основной образовательной программы начального общего образования, в том числе кадровым, финансовым, материально-техническим и иным условиям.

## Требования к условиям реализации здоровьесберегающего обучения представлены следующим образом:

- гарантируют охрану и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся;
- образовательной среды, комфортной по отношению к обучающимся и педагогическим работникам;
- соблюдение санитарно-гигиенических норм образовательного процесса (требования, освещению, воздушно-тепловому режиму и т. д.);
- соблюдение правил организации учебно-воспитательного процесса;
- пожарной безопасности; требований охраны труда.

- В процессе обучения в начальной школе в соответствии со здоровьесберегающими технологиями главной целью становится сформировать у детей необходимых знаний, умений и навыков здорового образа жизни и научить пользоваться полученными знаниями в повседневной жизни, то есть способствовать формированию у школьников культуры здоровья.

## II. Здоровьесберегающий подход к организации обучения в начальной школе.

### 2.1. Общее направление учебного процесса.

- Состояние здоровья ребёнка при поступлении в школу - это та стартовая позиция, которая определяет успешность не только первого года обучения, но и всех последующих лет. Низкий уровень здоровья поступающих в школу не только отрицательно влияет на процесс их адаптации к школьным нагрузкам, но и становится причиной дальнейшего ухудшения здоровья и плохой успеваемости.

**В 2011 году в класс пришли 19 первоклассников.  
Данные о состоянии их здоровья представлены в  
таблице.**

Показатели	1 КЛАСС НАЧАЛО УЧЕБНОГО ГОДА	
I группа здоровья	9 ЧЕЛОВЕК	47%
II группа здоровья	9 ЧЕЛОВЕК	47%
III группа здоровья	1 ЧЕЛОВЕК	5,3%
Основная физкультурная группа	17 ЧЕЛОВЕК	89%
Подготовительная группа	1 ЧЕЛОВЕК	5,3%
Нарушение осанки, костно-мышечной системы	1 ЧЕЛОВЕК	5,3%
Нарушение зрения	1 ЧЕЛОВЕК	5,3%
Сердечно-сосудистые проблемы	5 ЧЕЛОВЕК	26%



- Только 9детей, имеющих I группу здоровья практически здоровы. Напрашивается вопрос, как сохранить здоровье учащихся.  
Познакомилась с основами здоровьесберегающих технологий, изучила необходимую литературу по данной теме, чтобы создать условия для сохранения и улучшения здоровья детей и обеспечения их успешности в обучении.

- Здоровьесберегающее обучение ориентировано на обеспечение психоэмоционального, физического и социального здоровья учащихся. Оно включает ряд параметров:
- 1) учёт особенностей класса;
- 2) создание благоприятного психологического фона на уроке;
- 3) использование приёмов, способствующих появлению и сохранению
- интереса к учебному материалу;
- 4) создание условий для самовыражения учащихся;
- 5) обращение к разнообразным видам деятельности;
- 6) предупреждение гиподинамии.

- На заседании ШМО учителей начальных классов было принято решение начинать учебный день с утренней зарядки в виде танца. Учет пропусков по болезни показал, что заболеваемость детей ОРВИ снизилась на 15%.
- У себя в школе мы постарались обеспечить рациональный двигательный режим в учебное время, организовав учебный процесс в рамках трех часов физической культуры.

# Мероприятия здоровьесберегающего характера

- Проводятся Дни здоровья;
- Плановые эвакуации детей;
- Праздники (спортивные, экологические, трудовой десант, зарница, праздники здоровья в ДК пос.Мостовик.);
- Подвижные перемены;
- Проектная деятельность;
- Классы участвуют в фестивалях и конференциях по ЗОЖ;
- Конкурсы плакатов;
- Выступления агитбригад;
- В школе организовано горячее здоровое питание( повар сам готовит);
- Со II класса ведется курс «Все цвета, кроме черного. Учись понимать себя и окружающих»;
- Товарищеские встречи между учителями и учащимися и др.

Все эти мероприятия способствуют развитию здорового образа жизни учащихся.



























## 2.2 Психологическая комфортность урока.

- Для того, чтобы сохранить психическое и физическое здоровье не надо ничего придумывать что-то особенное. Необходима рациональная организация урока с использованием здоровьесберегающих технологий.

## При рациональной организации урока должны учитываться:

- творческий характер образовательного процесса;
- психоэмоциональный комфорт каждого ученика;
- применение нестандартных форм урока;
- оздоровительные минутки (гимнастика для глаз, массаж ушей, пальцев рук и др.);
- физкультминутки, музыкальные паузы;
- игровые моменты урока и занимательность;
- соответствие учебной нагрузки возрасту и индивидуальным возможностям детей;
- смена умственной и физической деятельности;
- чередование занятий с низкой и высокой двигательной активностью;

- проветривание кабинета перед началом занятий, гигиенические навыки;
- дыхательные упражнения;
- релаксация



- Правильно организованное здоровьесберегающее обучение помогает предотвратить усталость, утомляемость, повышает мотивацию младшего школьника к учебной деятельности и помогает приросту учебных достижений.

## III Заключение

- А в заключение хочется сказать словами Жана – Жака Руссо «Чтобы сделать ребенка умным и рассудительным – сделайте его крепким и здоровым: пусть он работает, действует, бегает, кричит, пусть он находится в постоянном движении!»



## IV Использованная литература

- Федеральные государственные образовательные стандарты начального общего образования
- «Здоровьесберегающий подход к организации обучения в начальной школе» Н.А.Будаева – журнал «Начальная школа плюс до и после» №3/11, с.32-36
- «Психологическая комфортность урока – элемент здоровьесберегающей технологии» Л.В. Середина – журнал «Начальная школа» №11/2011, с. 61-63
- Фотографии из личного архива школы.