

Здоровье ребенка на
уроке

*«Культура здоровья.
Школа как носитель
физического и
умственного здоровья
детей и взрослых»*



***«Чтобы сделать
ребёнка умным и
рассудительным,
сделайте его крепким и
здоровым».***

Ж.-Ж.

МОДЕЛЬ «ЗДОРОВЬЕ»

1. Организация двигательного режима.
2. Рациональное питание.
3. Закаливание.
4. Профилактические мероприятия.
5. Психоэмоциональный комфорт.

Факторы риска нарушений здоровья обучающихся

- стрессовая педагогическая тактика;
- несоответствие методик и технологий обучения возрастным и функциональным возможностям школьников;
- несоблюдение элементарных физиологических и гигиенических требований к организации учебного процесса;
- интенсификация учебного процесса;
- функциональная неграмотность педагога в вопросах охраны и укрепления здоровья;
- отсутствие системной работы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни.

Здоровьесберегающая образовательная технология

- система, создающая максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья всех субъектов образования (обучающихся, педагогов).

Основные группы

- технологии, обеспечивающие гигиенически оптимальные условия образовательного процесса;
- технологии оптимальной организации учебного процесса и физической активности школьников;
- разнообразные психолого-педагогические технологии, используемые на уроках и во внеурочной деятельности педагогами и воспитателями.

Правило 1.

*Правильная
организация урока*

Правило 2.

Использование каналов восприятия

- *аудиальное восприятие;*
- *визуальное восприятие;*
- *кинестетическое восприятие.*

Правило 3.

- *Распределение интенсивности умственной деятельности*

- 05-25-я минута — 80%;
- 25-35-я минута — 60-40%;
- 35-40-я минута — 10%.

Правило 4.

- *Снятие
эмоционального
напряжения*

Правило 5.

- ***Создание
благоприятного
психологического
климата на уроке***

Правило 6.

- *Охрана здоровья и пропаганда здорового образа жизни*

Правило 7.

Самоанализ урока учителем с позиций здоровьесбережения:

- **Гигиенические условия в классе (кабинете).**
- **Число видов учебной деятельности используемых учителем.**
- **Средняя продолжительность различных видов учебной деятельности.**
- **Число видов преподавания используемых учителем.**

Работа проблемных групп

- Проблемная группа № 1 «Школьный урок и здоровье учащихся»
- Проблемная группа №2 «Здоровье учителя»
- Проблемная группа №3 «Формирование культуры здоровья ученика»

Проблемная группа №1

«Школьный урок и здоровье учащихся»



- Как Вы оцениваете обычные уроки в нашей школе с точки зрения здоровьесбережения?
- Почему педагоги часто не соблюдают валеологические требования к уроку.
- Каково проблемное поле урока в нашей школе с позиции здоровьесбережения?
- Какое внимание уделяете Вы этим проблемам?
- Что необходимо предпринять для решения проблем?
- Что мешает приближению к идеалу?

Проблемная группа №

2

«Здоровье учителя»



- Насколько актуальны проблемы деформации личности, проявления синдрома выгорания, хронического стресса для педагогов нашей школы?
- С какими трудностями при взаимодействии с учащимися в нашей школе Вы сталкиваетесь?
- С какими трудностями Вы сталкиваетесь в ролевых отношениях с коллегами по работе?
- С какими трудностями Вы сталкиваетесь при взаимодействии с родителями?
- Какие корпоративные меры, на Ваш взгляд, можно предпринять для улучшения физического, психического и социального здоровья учителя.

Проблемная группа №

3

**«Формирование
культуры здоровья
ученика»**



- Как вы ощущаете, достаточно ли компетентны педагоги нашей школы в вопросах формирования культуры здоровья школьников?
- Формирование культуры здоровья - это проблема только воспитательной системы или она должна решаться и через базисный учебный план?
- Исходя из методологических составляющих воспитания культуры здоровья человека, определите пути обучения здоровью, повышения мотивации на ведение здорового образа жизни, воспитания ответственности за собственное здоровье.

Вывод

- Необходимо проводить анализ с позиции здоровьесбережения.
- Учитывать разрушительные факторы.
- Применять принципы здоровьесберегающей педагогики.
- Придерживаться идей профилактической медицины и психологии здоровья.



- **Здоровьесберегающие технологии** - это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.

Сущность здоровьесберегающего урока:

- обеспечивает ребёнку и учителю сохранение и увеличение их жизненных сил от начала и до конца урока,
- позволяет использовать полученные умения самостоятельно во внеурочной деятельности и в дальнейшей жизни.

Один из рецептов возвращения к ЗОЖ - улыбка

Она поднимает настроение, даже если первоначально вызвана искусственно.

- ✓ Улыбка располагает к нам окружающих, вызывает ответные положительные эмоции учеников.
- ✓ Заметно подтягивает мышцы лица, позволяет выглядеть молодо и мило.

Проект решения педагогического совета

- Определить как одну из приоритетных задач школы – создание условий по охране и укреплению здоровья учащихся , создание оптимальных условий работы педагогов.
- Учителям-предметникам:
 - Строго соблюдать дозировку домашнего задания;
 - На уроках проводить физкультминутки;
 - Разнообразить формы и методы работы учащихся на уроке, учитывая степень усталости;
 - Вести урок в темпе, позволяющем ученикам правильно и без сильного напряжения осваивать материал;
 - Предлагать задания, позволяющие повторить материал;
 - Предлагать занимательные игры или вопросы для разрядки;
- Рекомендовать школьной столовой ввести витаминизацию.
- Заместителю директора школы по хозяйственной части усилить контроль за санитарным состоянием, освещенностью, проветриваемостью и тепловым режимом кабинетов.
- Учителю физкультуры раз в четверть проводить Дни Здоровья в школе
- Принять форму анализа урока с позиции здоровьесбережения
- Принять положение «Самый здоровый класс»

Спасибо всем за внимание!

*Если полон сил и бодрости,
Сможешь справиться со всем.
Не сбавляя жизни скорости,
Множество решишь проблем.
В этот день мы пожелаем:
Жить в здоровье много лет!
Пусть все хвори побеждают
Радость, мощь, иммунитет!*

**ЗДОРОВЬЯ Вам и творческих
успехов!**

Н.Г.Чумакова.