

# ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ



# **3 степени приверженности школы**

## **идеям здоровье сбережения:**

- **1. Использование отдельных методов, направленных на нейтрализацию недостаточной освещенности, не подходящей школьникам мебели по росту, необеспеченности горячим питанием; на активизацию отдельных здоровьесберегающих воздействий (физкультминутка, фитобар, введение дополнительных уроков физкультуры и т.п.).**
- **2. Внедрение отдельных технологий, нацеленных на решение конкретных задач здоровьесбережения: предупреждение переутомления, нарушений зрения, оптимизацию физической нагрузки, образовательное самоопределение, обучение учащихся здоровьем и др.**

# **Здоровьесберегающие образовательные технологии**

**Задача-минимум -"Не навреди!"** **Задача-оптимум-формирование, укрепление здоровья учащихся, воспитание у них культуры здоровья, а также охрану здоровья педагогов и содействие им в стремлении грамотно заботиться о своем здоровье.**

# Цель здоровьесберегающей педагогике

обеспечить  
выпускнику школы  
высокий уровень  
реального здоровья,  
вооружив его  
необходимым  
багажом знаний,  
умений, навыков,  
необходимых для  
ведения здорового  
образа жизни, и  
воспитав у него  
культуру здоровья.



# Основополагающие принципы здоровьесберегающей деятельности

1. Поддержание интереса к двигательной и познавательной активности.
2. Учёт познавательной активности в двигательной деятельности.
3. Единство физического и психического развития.
4. Наглядность.
5. Роль педагога в здоровьесберегающей педагогике



Под здоровьесберегающими технологиями - будем понимать **систему мер по охране и укреплению здоровья** учащихся, учитывающую важнейшие характеристики образовательной среды и условия жизни ребенка, воздействие на здоровье.

**Нет** какой-то **одной** единственной уникальной технологии здоровья.

# Здоровьесберегающие технологии

## Целевые установки:

- стимулировать у детей желание жить, быть здоровыми,
- учить их ощущать радость от каждого прожитого дня;
- показывать им, что жизнь - это прекрасно,
- вызывать у них позитивную самооценку.

## Отличительные особенности

- отсутствие назидательности и авторитарности
- воспитание, а не изучение культуры здоровья
  - элементы индивидуализации обучения
- наличие мотивации на здоровый образ жизни учителя и учеников
  - интерес к учебе, желание идти в школу
    - наличие физкультминуток
    - наличие гигиенического контроля

## **Основа здоровьесберегающей технологии - соблюдение принципов:**

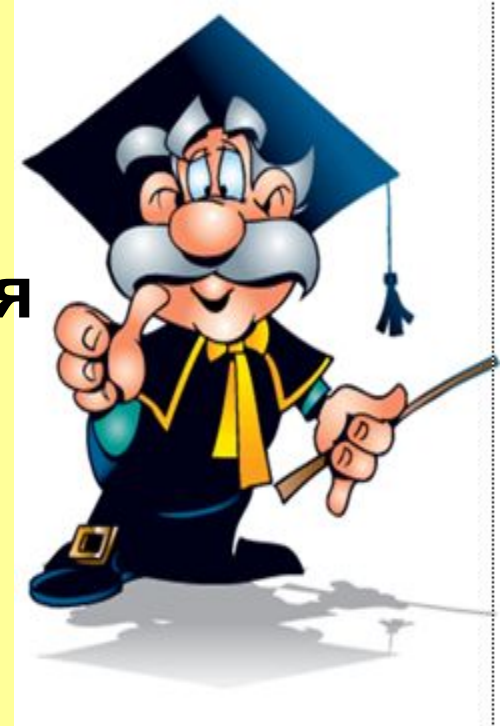
- учет возрастно-половых особенностей;**
- учет состояния здоровья ученика и его индивидуальных психофизических особенностей при выборе форм, методов и средств обучения;**
- структурирование урока на три части в зависимости от уровня умственной работоспособности учащихся (вводная часть, основная и заключительная)**
- использование здоровьесберегающих действий для сохранения работоспособности и расширения функциональных возможностей организма учащихся.**



# Десять великих секретов здоровьесберегающей

## ТЕХНОЛОГИИ

Секрет доброты - без этой фундаментальной основы всего создаваемого на Земле результаты действий не принесут пользы ни тому, кто что-то делает, ни тому для кого что-то делается. И «доброжелательность», и «добродушие», и «добросердечность» - все, чего так не хватает в нашей современной жизни и недостает в большинстве школ, происходит от корня «добро».



# Секрет успешности

стремление и готовность дарить радость себе и другим.

Это необходимое качество для педагога, разделяющего идеи «позитивной» и здоровьесберегающей педагогики. Находить поводы для радости можно всегда, как бы ни была трудна жизнь. Более того, чем она труднее, тем важнее расцветить ее яркими красками - это один из принципов психологии здоровья и педагогической психотерапии. «Школа радости».

# Секрет эффективности

**- в профессионализме всех работающих в школе педагогов.**

**Тогда неизбежно будет формироваться то пространство грамотной заботы о здоровье, работая в котором невозможно оставаться грубым, авторитарным, безразличным, незаинтересованным**

# Секрет результативности

**здоровьесберегающих технологий - в целенаправленном воспитании культуры здоровья учащихся, их потребности, способности и умения заботиться о собственном здоровье, духовном и телесном благополучии (а материальное приложится!).**

# Секрет соответствия

**создаваемого задуманному состоит в объективном отслеживании получаемых результатов. Лучше - специалистом «со стороны».**

**Оценка «дела рук своих» не может быть объективной даже при самых благих намерениях - механизмы психологической защиты вносят свои коррективы.**

# Секрет технологичности

- в том, что создание работающей технологии из суммы разрозненных программ, приемов, методик возможно лишь при наличии единства целей, задач, принципов и методологии

# Секрет надежности

**получаемых результатов - в широком привлечении к решению задач, связанных со здоровьем, не только учащихся и педагогов школы, но и специалистов из научных центров, институтов, опытных практиков (но имеющих необходимую подготовку!), а также обсуждение полученных результатов на конференциях, совещаниях, публикация материалов в печати.**

# Секрет перспективности

**преобразований, проводимых в школе в сфере здоровья, состоит в наличии грамотной программы действий, по которой школа начинает работу. Эта программа должна быть рассчитана на 3-4 года (с перспективой на 5-7 лет), научно обоснована, а в ее разработке должны принимать участие большинство педагогов и специалистов школы («чужая» программа нежизнеспособна!).**



# Секрет заинтересованности

**участников в проводимой работе, без которой невозможно реализовывать долгосрочные проекты, состоит, как это ни банально, в материальном стимулировании. На энтузиазме можно начинать работу, проводить ее какое-то время, но дальше достойных участников необходимо переводить из «любителей» в профессионалы.**

# Секрет истинности

состоит в интуитивном ощущении непротиворечивости того, что делается. Задаёт движению к цели нужное направление, освещает и освящает настоящее дело, являясь критерием его истинности, - это **любовь**, тот самый «пятый элемент», который наделяет жизнь смыслом и радостной энергией созидания с предвкушением обязательного успеха.

**Сократ**

**"Здоровье не всё, но всё без здоровья - ничто"**