

***«Девять десятых нашего счастья
зависят от здоровья»***



А.Шопенгауэр

Проблемы современной молодежи

- В условиях социально-экономических преобразований российского общества происходит изменение качества жизни населения и заметное отчуждение подрастающего поколения от институтов воспитания, перестройка его духовных ориентиров, ценностных представлений и нравственных установок.

Наркоманию, табакокурение, распитие спиртных напитков по праву можно сравнить с бомбой замедленного действия

- На этом фоне происходит рост количества несовершеннолетних, потребляющих наркотические и токсические вещества, алкогольные напитки, табачные изделия и вступающих в ранние половые связи. Эти и другие факторы привели к увеличению числа различных заболеваний.



Крикну, а в ответ тишина!

- Прямые призывы к ведению здорового образа жизни и запреты вредных привычек, угрозы и запугивание не только безрезультативны, но и вредны, так как вызывают скрытые противодействия у детей. Говорить и обсуждать с обучающимися на тему о вреде курения и алкоголизма, и при этом самому показывать обратное... Пустая трата времени.

Компьютер- это хорошо!!!

- Ещё одна проблема, которая на данный момент стала наиболее актуальной- это компьютерная зависимость! Бурное развитие компьютерных технологий и интернета привело к тому, что такая удобная вещь способна заменить практически любые удовольствия и нужды человека: хочешь, в компьютерные игры играй, скачивай и смотри любые фильмы и сериалы, общайся в социальных сетях, на форумах и различных чатах, слушай музыку, заказывай продукты и одежду.



Компьютер – это плохо!!!

- Но помимо плюсов, повсеместная компьютеризация оказывает негативное воздействие на здоровье человека, как на физическое, так и на психическое. Дети становятся психологически зависимым от создаваемого перед ним компьютерного мира, ребенок начинает проживать свою реальную жизнь в «ином» мире, где все подчиняется его личным законам и правилам.



Интернет зависимость

Компьютер

– это такая машина, которая предназначена для решения проблем, которых бы у вас не было, если бы вы не имели компьютер



Здоровый образ жизни

- В связи с этим, перед общеобразовательной школой, где обучается каждый гражданин страны остро стоит проблема сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения.

**В здоровом
теле –
здоровый
дух.**



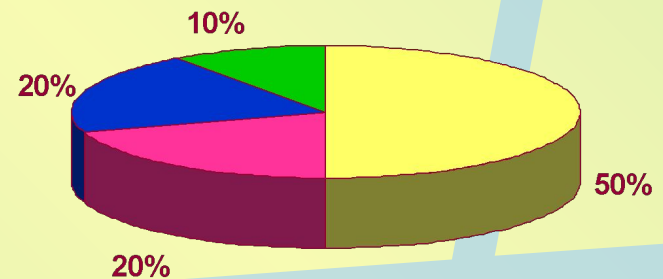
Понятие здоровья

Здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов (по Уставу Всемирной организации здравоохранения).

Основные факторы, обуславливающие здоровье:

1. Образ жизни -50-55 %
2. Влияние экологических факторов -20-25%
3. Биологические (наследственные) – 20%
4. Недостатки и дефекты здравоохранения -10%

(По Лисицину Ю.П.)



Опрос о жизненных ценностях

Таблица 1. Входная диагностика «Выявление жизненных ценностей у школьников»

Жизненная ценность	Значимость для человека		
	1 место	2 место	3 место
1. Профессиональная карьера	5	8	2
2. Крепкое здоровье	2	11	11
3. Хорошая дружная семья	6	5	5
4. Яркая насыщенная жизнь	4	2	1
5. Материальное благополучие	15	4	1
6. Близкие друзья	2	2	4

Поколение потребителей

- Опрос о жизненных ценностях наглядно показал приоритеты нынешнего поколения обучающихся, а именно для них на первом месте стоит материальное положение и яркая насыщенная жизнь, а вот крепкое здоровье они поставили на почетное III место.



Все начинается с детства

- Мероприятия по формированию мотивации следует начинать с самого рождения ребенка. Для этого родители постепенно приучают его к правильному и регулярному питанию, личной гигиене и др. Необходимо также вовремя привить ребенку навыки самообслуживания и самостоятельного выполнения основных действий личной гигиены. Взрослея, ребенок привыкает к режиму дня, установленным для него родителями правилам и не представляет себе другого образа жизни.



- Семья закладывает в сознание ребенка само понятие «здоровье», однако дальнейшее формирование у ребенка ценностного отношения к нему перекладывается на школу.



Шефы рулят.

- Как же мы пытаемся решать эту проблему? В нашей школе с 2007 года существует кадетский корпус. На сегодняшний день мы имеем 7 кадетских классов, в которых обучается порядка 180 кадетов.



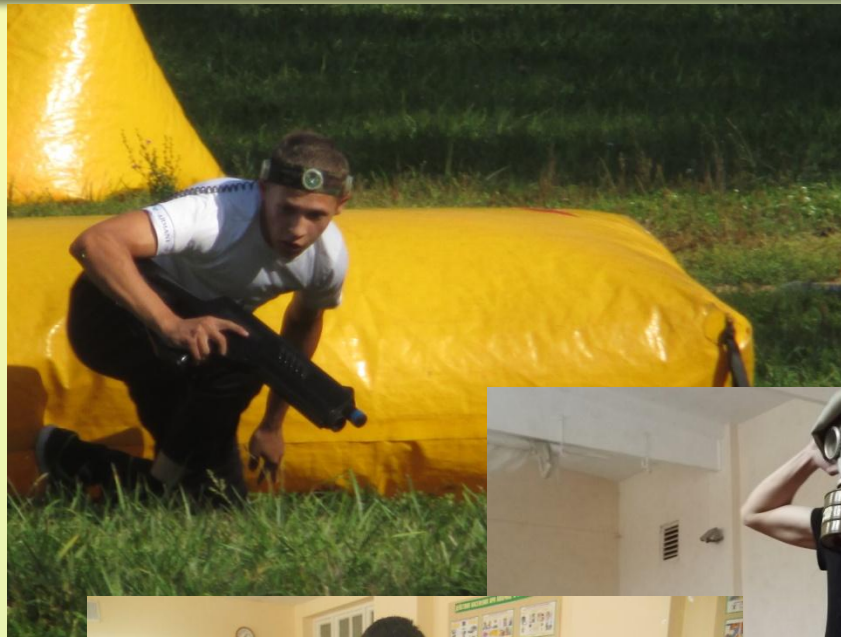
Что нам это даёт?

- - дополнительные уроки ОВС, начиная с 5 класса, на которых мы решаем следующие задачи:



Ситуации бывают разные.

- - овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья, действовать в чрезвычайных ситуациях, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим



Развитие характера.

- - развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы, бдительности по предотвращению актов терроризма, потребности ведения здорового образа жизни;



Знание – сила.

- - Освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.



здоровье и здоровый образ жизни.



К формам внеурочной деятельности по ОБЖ мы относим:

- - кружки по военно-технической и профессиональной подготовке («Юный стрелок», «Юный инспектор дорожного движения, «Юный пожарный» и др.);
- - тематические экскурсии;



Мы тоже учимся пожары тушить

- - секции по прикладным видам спорта (спортивное ориентирование, пожарно-прикладной спорт, самбо и др.);



Смотр строя и песни.

- - тематические викторины, КВН ;
- - смотры-конкурсы («А ну-ка, парни!», «А ну-ка, девушки!» и др.);



прикладная направленность

- - спортивные мероприятия прикладной направленности (по медико-санитарной подготовке; по прикладной физической подготовке; по военно-прикладным видам спорта; военизированные эстафеты; военно-спортивные игры «Зарница», «Орленок» и др.; военно-спортивный праздник «День защитника Отечества», «Школа безопасности», «День защиты детей» и др.);



встречи с работниками военкоматов, органов ГО и ЧС, МВД, ГИБДД,

- - встречи с ветеранами Вооруженных сил РФ, Героями России, работниками военкоматов, органов ГО и ЧС, МВД, ГИБДД, медицины;
- - олимпиады по ОБЖ



способствование выбору будущей профессии



Кадетское братство.

- -проведение всевозможных мероприятий связанных с патриотическим, нравственным, физическим воспитанием как в урочное, так и во внеурочное время.



Задачи школы:

- организация работы с наибольшим эффектом для сохранения и укрепления здоровья;
- сформировать у обучающихся необходимые знания, умения и навыки по ведению здорового образа жизни;
- мотивация на здоровый образ жизни
- научить обучающихся использовать полученные знания в повседневной жизни

Ситуация	Как это может повлиять на физическое состояние?	Как это может повлиять на сознание?	Как это может повлиять на социальные отношения?	Запишите любые другие комментарии о том, как может повлиять вредная привычка.	Возможен ли выход из ситуации? Какой?
Женя, после того как сделал все уроки, сходил на тренировку до часу ночи просидел за компьютером играя в различные игры.					

Еще можно применять **Конструктор задач (Л.С. Илюшин)**

<i>Ознакомление</i>	<i>Понимание</i>	<i>Применение</i>	<i>Анализ</i>	<i>Синтез</i>	<i>Оценка</i>
1. Назовите основные части...	8. Объясните причины того, что...	15. Изобразите информацию о... графически	22. Раскройте особенности ...	29. Предложите новый (иной) вариант...	36. Ранжируйте... и обоснуйте...
2. Сгруппируйте вместе все...	9. Обрисуйте в общих чертах шаги, необходимые для того, чтобы...	16. Предложите способ, позволяющий ...	23. Проанализируйте структуру... с точки зрения...	30. Разработайте план, позволяющий (препятствующий)...	37. Определите, какое из решений является оптимальным для...
3. Составьте список понятий, касающихся ...	10. Покажите связи, которые, на ваш взгляд, существуют между...	17. Сделайте эскиз рисунка (схемы), который показывает...	24. Составьте перечень основных свойств..., характеризующих... с точки зрения...	31. Найдите необычный способ, позволяющий ...	38. Оцените значимость... для...

4. Расположите в определённом порядке...	11. Постройте прогноз развития...	18. Сравните... и..., а затем обоснуйте...	25. Постройте классификацию... на основании...	32. Придумайте игру, которая...	39. Определите возможные критерии оценки...
5. Изложите в форме текста...	12. Прокомментируйте положение о том, что...	19. Проведите (разработайте) эксперимент, подтверждающий, что...	26. Найдите в тексте (модели, схеме и т.п.) то, что...	33. Предложите новую (свою) классификацию...	40. Выскажите критические суждения о...
6. Вспомните и напишите...	13. Изложите иначе (переформулируйте) идею о том, что...	20. Проведите презентацию ...	27. Сравните точки зрения... и ... на...	34. Напишите возможный (наиболее вероятный) сценарий развития...	41. Оцените возможности ... для...
7. Прочитайте самостоятельно...	14. Приведите пример того, что (как, где)...	21. Рассчитайте на основании данных о...	28. Выявите принципы, лежащие в основе...	35. Изложите в форме... своё мнение (понимание) ...	42. Проведите экспертизу состояния...

Это теория, а на практике

- Успешное развитие страны и улучшение качества жизни ее граждан возможно только в том случае, если государство обращает внимание на массовый спорт и здравоохранение. Во времена СССР Большой популярностью пользовался комплекс ГТО.



**ХОЧЕШЬ БЫТЬ ТАКИМ-
ТРЕНИРУЙСЯ!**



Знак ГТО на груди у него.

- Первостепенной задачей внедрения ГТО в жизнь советских людей было достижение массовой заинтересованности в занятиях спортом. Вместе с тем комплекс использовался как универсальный оценочный механизм, позволяющий выделить самых физически развитых представителей каждого поколения, на которых все остальные должны равняться. В свете инициатив Владимира Владимировича Путина по возрождению массового спорта наибольший интерес вызывает последняя поправка ГТО 20 лет спустя. В 2013 году президент России затронул тему возрождения в стране курса ГТО. Не даром говорят: "Новое - это хорошо забытое старое".





- Понятие ГТО все прочнее входит в лексикон школьников, т.е. у них появляется интерес к данному виду нормативов. Младшие школьники часто спрашивают что такое ГТО. ГТО -Горжусь Тобой Отечество. С внедрением пилотного проекта под названием ГТО в нашей республике , в нашей школе, как и во многих других школах республики нормы ГТО прочно вошли во все Урочные и внеурочные мероприятия спортивной и военно-прикладной направленности.



- И благодаря активной работе отдела молодежной политики Управления образования, а так же городского спорт комитета, которые проводят множество всевозможных мероприятий различного характера спортивной, патриотической, интеллектуальной направленности. Мы, принимая участие в этих мероприятиях, получаем огромный опыт в различных сферах жизнедеятельности.





■ **Спасибо за внимание!**