



Культура здоровья



**“Здоровье не всё, но
всё без здоровья –
ничто”.**

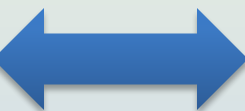
Сократ

Культура здоровья

*совокупность элементов,
оказывающих жизненно значимое
влияние на нормальную
деятельность детского организма
в процессе образования*

Организация
и проведение
урока с учетом
здоровьесберега
ющих
условий

Социально-
психологическое
здоровье
учащихся



Культура
здоровья

Благоприятны
й
эмоциональн
ый
микроклимат
в коллективе

Здоровье
учителя



Предложения:

- Проветривать кабинет перед уроком;
- Предусмотреть организацию отдыха детей на переменах;
- Применять различные методы преподавания и чередовать их не позже чем через 10-15 мин;
- Проводить на уроке физкультминутки
(3 легких упражнения на 20 минуте урока)

Учебная нагрузка

**Факторы
риска для
психического
здоровья
детей**

Ситуация в семье

**Зависимости
(компьютерная,
игровая,
наркотическая)**

**Некомпетентность
родителей и
педагогов**

**Стрессовая тактика
педагогического
воздействия**

```
graph TD; A[Учебная нагрузка] --- B[Факторы риска для психического здоровья детей]; C[Ситуация в семье] --- B; D[Зависимости (компьютерная, игровая, наркотическая)] --- B; E[Некомпетентность родителей и педагогов] --- B; F[Стрессовая тактика педагогического воздействия] --- B;
```

Учебная нагрузка

Ситуация в семье

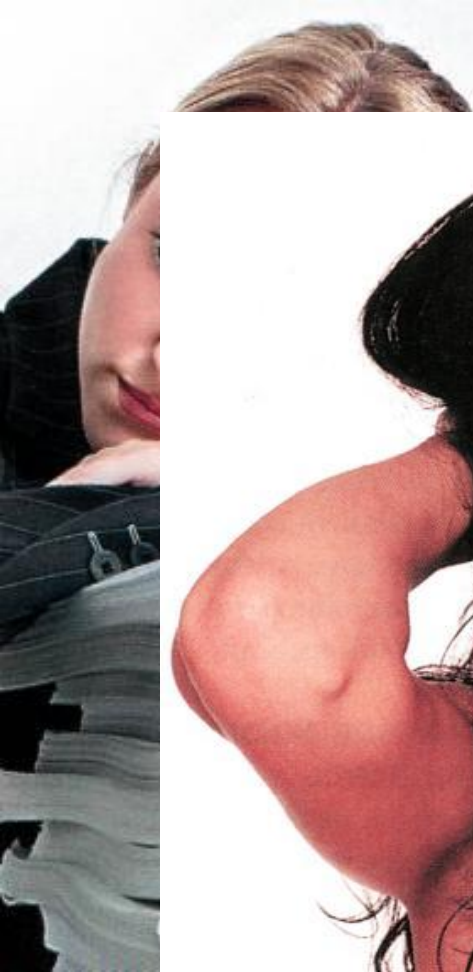
**Зависимости
(компьютерная,
игровая,
наркотическая)**

**Некомпетентность
родителей и
педагогов**

**Стрессовая тактика
педагогического
воздействия**

Проявления нарушения психического здоровья школьников (по Д. Журавлеву)

- синдром дефицита внимания,
- аддиктивные формы поведения,
- компьютерная зависимость,
- временная некомпетентность.





- Хочу с работы
пораньше уйти, у ме
очень уважительная
причина.

- Какая?

- Надоело.



**Чувство юмора –
надёжное противоядие от
стресса**

Чудесные свойства улыбки

- Во-первых, она поднимает настроение, даже если первоначально вызвана искусственно.
- Во-вторых, улыбка располагает к нам окружающих, вызывает ответные положительные эмоции учеников.
- В-третьих, заметно подтягивает мышцы лица, позволяет выглядеть молодо и мило.

- Здоровье – это не только отсутствие болезней, но и физическая, социальная и психологическая гармония человека. А также доброжелательные отношения с людьми, природой, наконец, самим собой.



A TBA,
CERODH
YABANCA!

Опять чай без молока...

Хозяюшка, а пирожки то хоть с мясом?



**Батарея, батарея
полюби меня скорее**




Не, не шлипнется...

Она не шладкая...

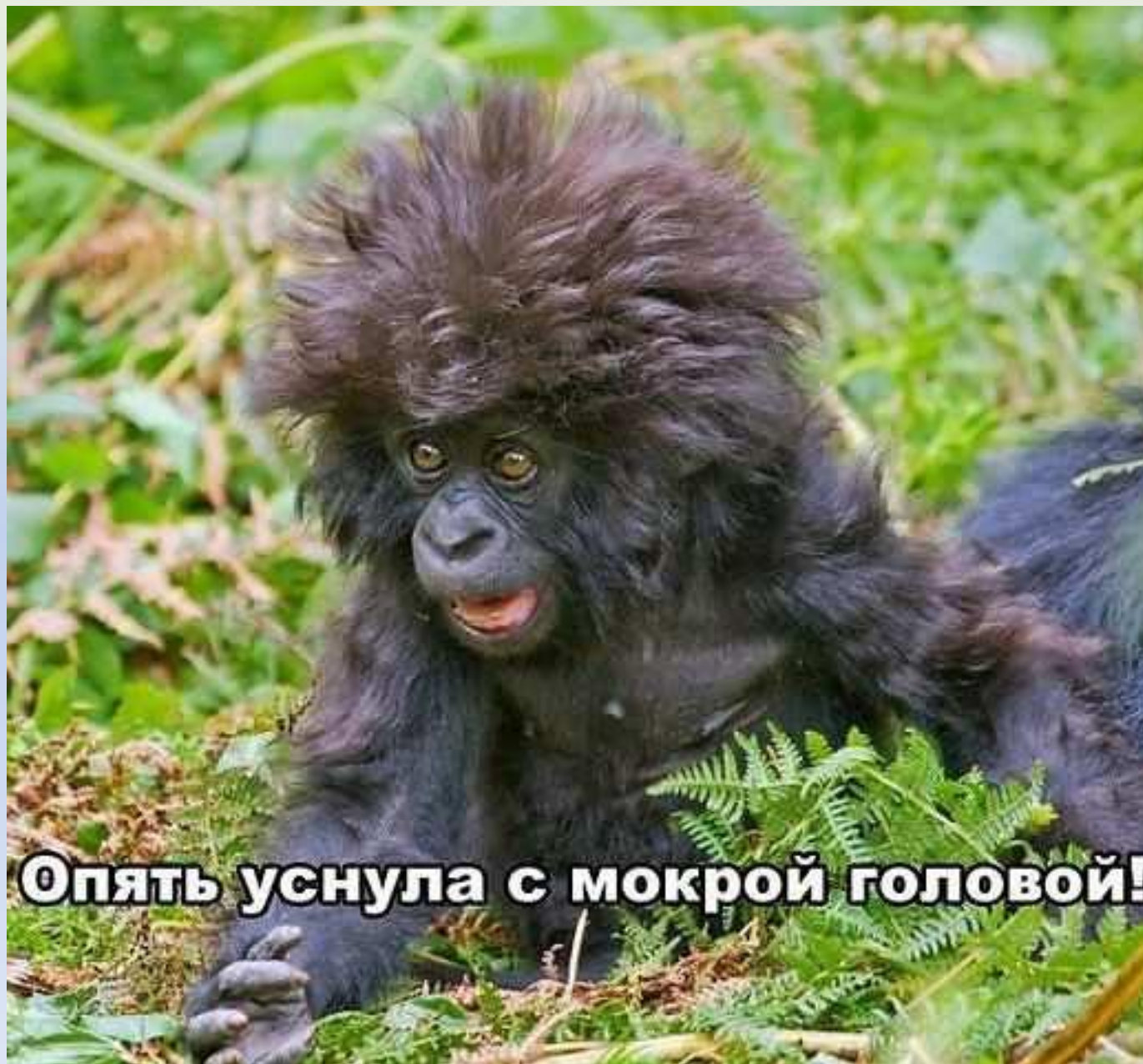






Пойду
маму обрадую

VK.COM / FUEK_HUM



Опять уснула с мокрой головой!



ВЕРЬ И НИКОГДА
НЕ СДАВАЙСЯ!

Смех - большая сила. Хорошая шутка в удачный момент способна сплотить людей на войне и в мирной жизни, раскрыть смысл событий и каких-либо явлений. Особенно необходим юмор в работе с детьми.



Тест –
ШУТКА!!!



1

- Разделите листок на 4 части

2

- 1, 2, 3, 4.
- Р, Л, У, Д.

3

- 4 животных
- По 3-5 прилагательных



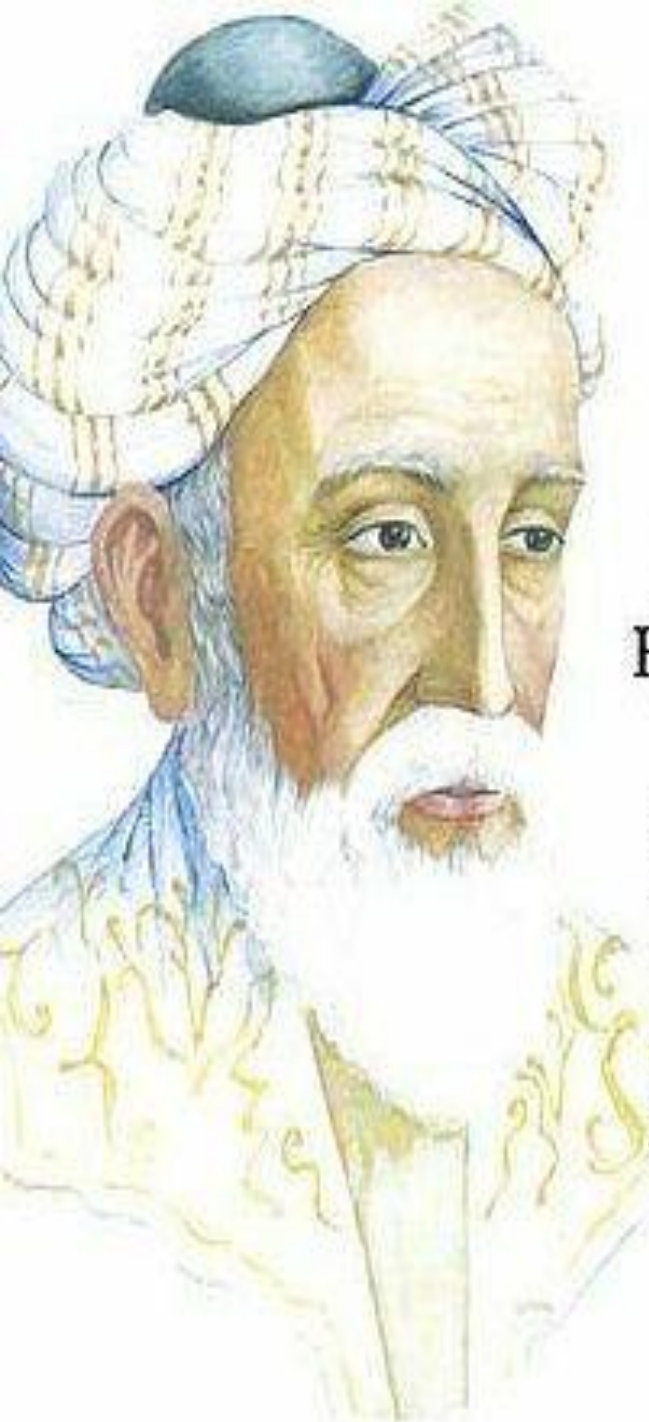
Для учителя развивать в себе и в своих воспитанниках чувство юмора —

это значит содействовать росту творческого потенциала своей личности и личности подростков.

Улыбнись!

Тебе очень идет
твоя улыбка!:)





Не делай зла — вернется бумерангом,
Не плюй в колодец — будешь воду пить,
Не оскорбляй того, кто ниже рангом,
А вдруг придется, что-нибудь просить.
Не предавай друзей, их не заменишь,
И не теряй любимых — не вернешь,
Не лги себе — со временем проверишь,
Что этой ложью сам себя ты предаёшь.

Омар Хайям