

ФОРМИРОВАНИЕ НАВЫКОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В УРОЧНОЙ И ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

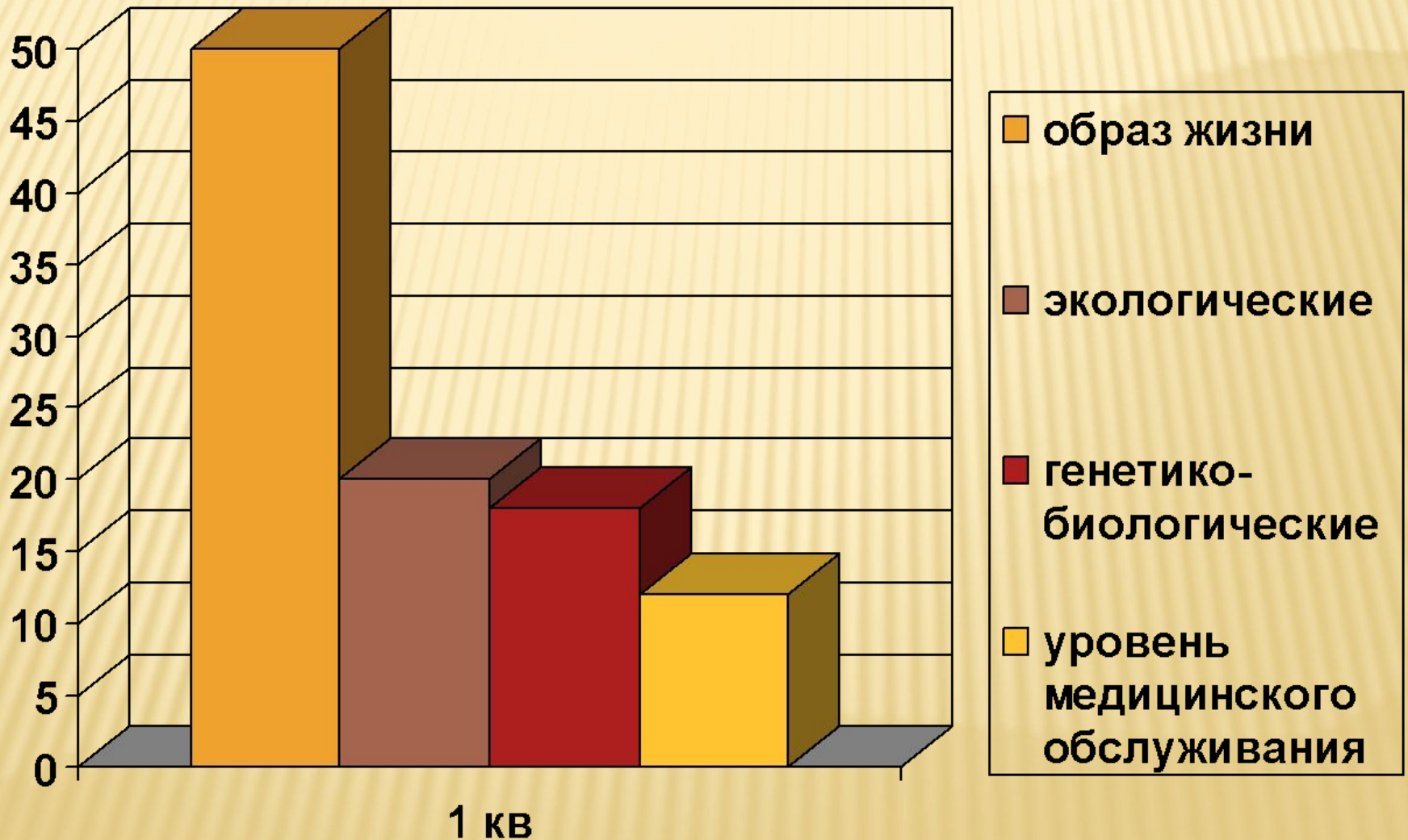
УЧИТЕЛЬ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ ПЕРВОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ
КАТЕГОРИИ МБОУ «СОШ №40» ОСЬМИНИНА Л.А.

**Когда нет здоровья, молчит
мудрость,
не может расцвести искусство,
не играют силы,
бесполезно богатство
и бессилён разум**

Геродот

ФГОС НАЧАЛЬНОГО, ОСНОВНОГО И
СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
ВЫДВИНУЛИ ФОРМИРОВАНИЕ
ЦЕННОСТЕЙ ЗДОРОВЬЯ, ЗДОРОВОГО И
БЕЗОПАСНОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ,
ДУХОВНО-НРАВСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ,
ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
ОБУЧАЮЩИХСЯ В РЯД СОВРЕМЕННЫХ
ПРИОРИТЕТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ШКОЛЫ.

ФОРМИРОВАНИЕ ЗОЖ. ФАКТОРЫ ЗДОРОВЬЯ





**ПО ДАННЫМ ИНСТИТУТА ВОЗРАСТНОЙ ФИЗИОЛОГИИ
РАО, ЗА ПЕРИОД ОБУЧЕНИЯ В ШКОЛЕ У ДЕТЕЙ В 5 РАЗ
ВОЗРАСТАЕТ ЧАСТОТА НАРУШЕНИЙ ЗРЕНИЯ И
ОСАНКИ,**

**В 4 РАЗА – ПСИХОНЕВРОЛОГИЧЕСКИХ ОТКЛОНЕНИЙ,
В 3 РАЗА – ПАТОЛОГИИ ОРГАНОВ ПИЩЕВАРЕНИЯ.**

**І ГРУППУ ЗДОРОВЬЯ ИМЕЮТ МЕНЕЕ 30 %
ДЕТЕЙ**

**СПЕЦИАЛИСТЫ СЧИТАЮТ, ЧТО НА ДОЛЮ
НЕГАТИВНОГО ВЛИЯНИЯ ШКОЛЫ НА
ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ
ПРИХОДИТСЯ ОТ 20 ДО 40 %.**

**ПО ДАННЫМ МИНИСТЕРСТВА
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ**

**В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ ЗДОРОВЫ
11 - 12 % ДЕТЕЙ,
В ОСНОВНОЙ – 8 %,
В СРЕДНЕЙ – 5 %.**

ЗДОРОВЬЕ – ЭТО ПОЛНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ

«Здоровьесберегающие образовательные технологии – это системный подход к обучению и воспитанию, построенный на стремлении педагога не нанести ущерб здоровью учащихся».

Н.К.Смирнов

Цель здоровьесберегающих образовательных технологий обучения

Обеспечить школьнику возможность
Сохранения здоровья за период обучения
В школе, сформировать у него
необходимые знания, умения и навыки,
научить использовать полученные
знания в повседневной жизни.

ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ

- 1) ОБЕСПЕЧИТЬ ШКОЛЬНИКАМ ВОЗМОЖНОСТЬ СОХРАНЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ НА ПЕРИОД ОБУЧЕНИЯ В ШКОЛЕ;
- 2) ФОРМИРОВАТЬ НАВЫКИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ, ГИГИЕНЫ, ПРАВИЛ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ;
ИСПОЛЬЗОВАТЬ НА УРОКАХ И ВО ВНЕУРОЧНОЕ ВРЕМЯ НАИБОЛЕЕ РАЦИОНАЛЬНЫЕ ФОРМЫ И МЕТОДЫ;
- 3) СФОРМИРОВАТЬ СИСТЕМУ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ;
- 4) СИСТЕМАТИЧЕСКИ ВЕСТИ ПРОСВЕТИТЕЛЬСКУЮ РАБОТУ С РОДИТЕЛЯМИ УЧАЩИХСЯ О ЦЕННОСТИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ.

ПРИНЦИПЫ здоровьесберегающих технологий

- ❖ «Не навреди!»
- ❖ принцип непрерывности
(систематически, постоянно);
- ❖ принцип индивидуальности
(соответствие содержания и организации образовательной деятельности возрастным и индивидуальным особенностям ребенка с учетом сопутствующих заболеваний).



ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ



динамик

нет!



НА ЗАРЯДКУ СТАНОВИСЬ!





В ЗАДОРОВОМ

ТЕЛЕ

Я спортсменка дачника
На гимнастике кошу.
Буду в строю и ловка
Всяк здоровьем удалю.



Танцами мы увлеклись,
Для девочек, для души,
А потом нам все сказали,
Что во всем мы хороши.



Теннисом я занимаюсь,
Чтобы быть красивым
И всегда всем улыбаюсь,
Чтобы быть счастливым.



Буду я лардату делить,
Буду крепко и всегда
И сибирского здоровья
Будет много у меня.



Чтобы здоровье развить,
Не надо далеко ходить,
Нужно нам самим стараться,
И все будет получаться.



ЗАДОРОВЫЙ ДУХ

Спорт и физкультура,
Всем вперед идут!
В трудную минуту
Нас не подведут!

Чтобы быть всегда здоровым,
Нужно бегать и скакать,
Большое спортом заниматься,
И здоровым не скучать.

Занят в игры мы играем
Или делаем с горы,
Мы здоровые ребята,
Отдыхаем от друзей!





ВЕСЁЛЫЕ СТАРТЫ!



«Дни здоровья» в школе



БУДУЩЕЕ РОССИИ ВО
МНОГОМ ЗАВИСИТ ОТ
ФИЗИЧЕСКОГО И
ДУХОВНОГО РАЗВИТИЯ
СОВРЕМЕННЫХ
ШКОЛЬНИКОВ.

ПРОЦЕСС ОБРАЗОВАНИЯ И
ВОСПИТАНИЯ В ШКОЛЕ
ДОЛЖЕН ОСНОВЫВАТЬСЯ
НА ОРГАНИЗАЦИИ
ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ С
РОДИТЕЛЯМИ.

СБАЛАНСИРОВАННОЕ ПИТАНИЕ



- **Ведь здоровое питание полезно для детей! Кушать будешь правильно – станешь здоровей!**



ОСНОВНЫЕ ФАКТОРЫ, СПОСОБСТВУЮЩИЕ УКРЕПЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ В ШКОЛЕ



Технология
обучения,
содействующая
здоровью

Рациональный
режим обучения

Сбалансированное
питание

Психологическая
и социальная
поддержка



Рациональный
двигательный
режим

Оптимальная
учебная
нагрузка

Условия,
соответствующие
СанПиНам

Охрана
психического
здоровья

Своевременные
медицинские
услуги



«Дерево здоровья»



для наглядной
пропаганды
здорового образа
жизни на «Дерево
здоровья» заносятся
фамилии ни разу не
болевших за четверть
детей. По итогам года
самые
здоровые ученики
получат
награду, поощрение в
виде грамоты или
сувенира

«ЭТО НУЖНО МНЕ!»

«НАДО НЕПРЕМЕННО
ВСТРЯХИВАТЬ СЕБЯ
ФИЗИЧЕСКИ, ЧТОБЫ БЫТЬ
ЗДОРОВЫМ
НРАВСТВЕННО»



ТОЛСТОЙ

ПЕР



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ



Наше здоровье
в наших руках!!!

И КРЕПКОГО ВАМ ЗДОРОВЬЯ!

