

# Проблемы сохранения здоровья у обучающихся с ОВЗ во внеурочное время



# Формирование здорового образа жизни

**Цель:** обеспечение устойчивой мотивации на здоровый образ жизни , развитие поведенческих навыков и ответственного отношения к собственному здоровью и его сохранению



# Формирование здорового образа жизни

## Задачи:

- ❖ способствовать развитию умения определять своё состояние здоровья через эмоционально-физические ощущения
- ❖ способствовать развитию представлений о пользе и вреде для организма
- ❖ создавать условия для развития осознанного отношения к ЗОЖ



# Современные здоровье сберегающие технологии:

- \*Технологии обучения здоровому образу  
жизни
- \*Технологии сохранения и стимулирования  
здоровья
- \*Коррекционные технологии

# Современные здоровье сберегающие технологии:

- \*Технология обучения здоровому образу  
жизни
- \*Технологии сохранения и стимулирования  
здоровья
- \*Коррекционные технологии

# Технологии обучения здоровому образу жизни

**Беседы**

**Воспитательные часы**

**Проблемно-игровые и коммуникативные  
игры**

# Технологии сохранения и стимулирования здоровья

- \* Физминутки
- \* Подвижные и спортивные игры
- \* Релаксация
- \* Организация работы в режиме смены деятельности

# Коррекционные технологии

- \* Сказкотерапия
- \* Песочная терапия
- \* Арт-терапия ( коррекция через творчество – раскраски, рисование и т. д.)
- \* Личный пример учителя



# Направления формирования ЗОЖ

- \* Оздоровительная работа
- \* Формирование потребности в здоровой жизни
- \* Привитие знаний, умений и навыков, необходимых для сохранения, укрепления, восстановления здоровья

# Методы и приёмы обучения ЗОЖ

- \* Одной из форм работы по охране здоровья детей являются беседы, фильмы и презентации на тему «Здоровый образ жизни».
- \* Воспитанники на занятиях всегда активны, организованно выполняют все творческие задания.





## Беседы



# Овощи и фрукты- полезные продукты

# Интернет и здоровье



# Воспитательные часы



**Театрализованное представление  
«Суд над сигаретой»**

# Мы выбираем жизнь!



Познавательная  
игра  
«Вредная пятерка –  
полезная десятка»





*«Костлявая рука голода»*



8, 19, 20



3 x 7 = 21	1 x 9 = 9	6 x 7 = 42	8 x 7 = 56
2 x 5 = 10	7 x 8 = 56	5 x 8 = 40	7 x 8 = 56
5 x 5 = 25	7 x 3 = 21	5 x 8 = 40	9 x 7 = 63
7 x 10 = 70	7 x 10 = 70	2 x 10 = 20	9 x 10 = 90

# Знатоки ПДД



# Практические занятия В СТОЛОВОЙ





# Обсуждение ежедневных ситуаций



**Для чего нужна утренняя зарядка?**

# Как правильно заправить кровать?



# Важность гигиенических процедур



# Одеваюсь по погоде





# Конкурсы плакатов «Куриль- не только себе вредить!»



# Конкурсы рисунков «Мы больше не курим. Присоединяйся»

КУРЕНИЮ

НЕТ!



КУРИШЬ —  
УКОРАЧИВАЕШЬ  
ЖИЗНЬ!



КУРИТЬ —

ЖИЗНЬ

ГУБИТЬ



# Методы и приёмы для сохранения и стимулирования здоровья

*В здоровом  
теле –  
здоровый  
дух.*



# Физкультминутки



# Участие в днях здоровья, спортивно-оздоровительных играх.



# Подвижные игры на свежем воздухе во время прогулок



# Спортивные кружки



# Быть здоровым-модно!





# Участие в городских спортивных соревнованиях



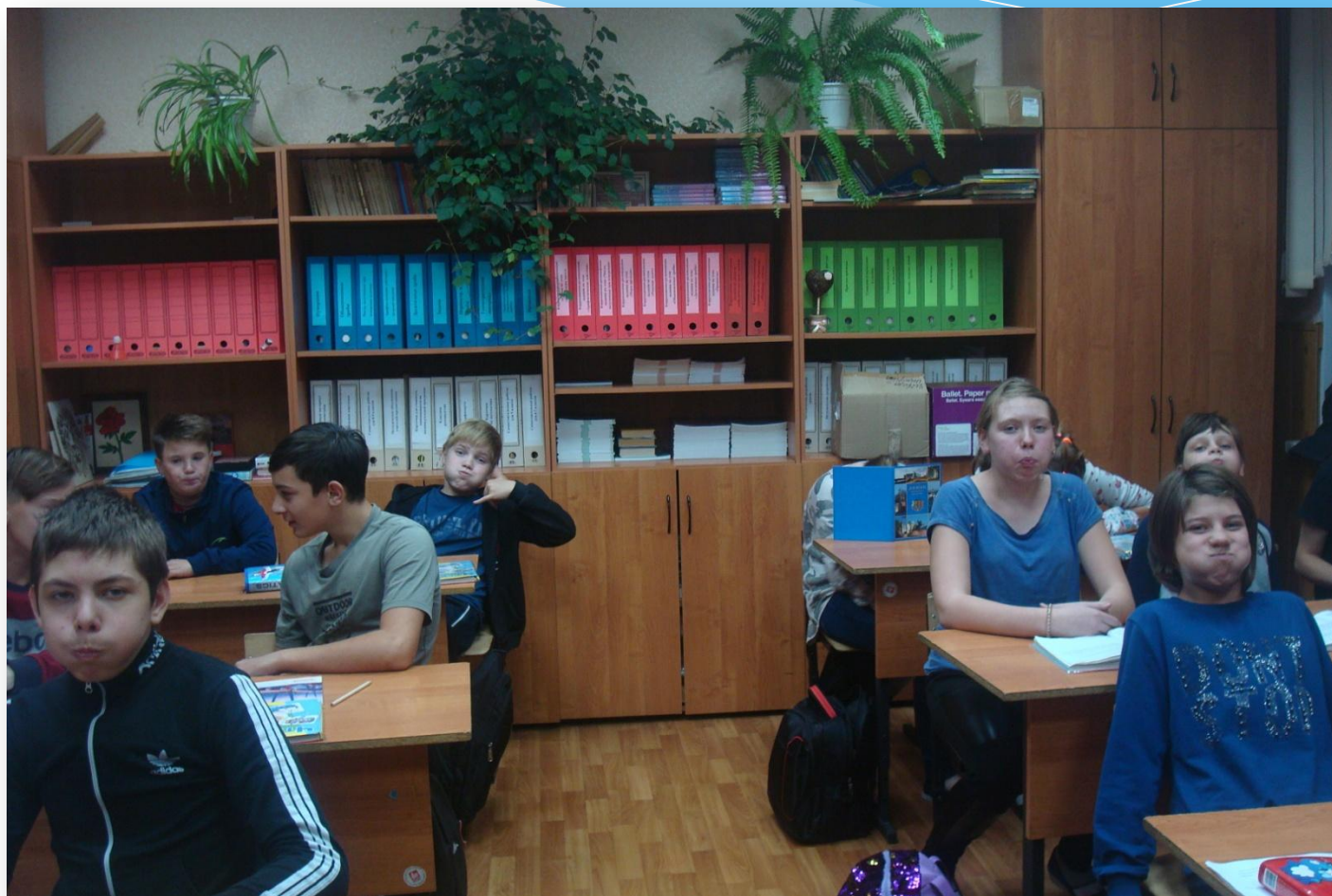
# Заслуженная победа!



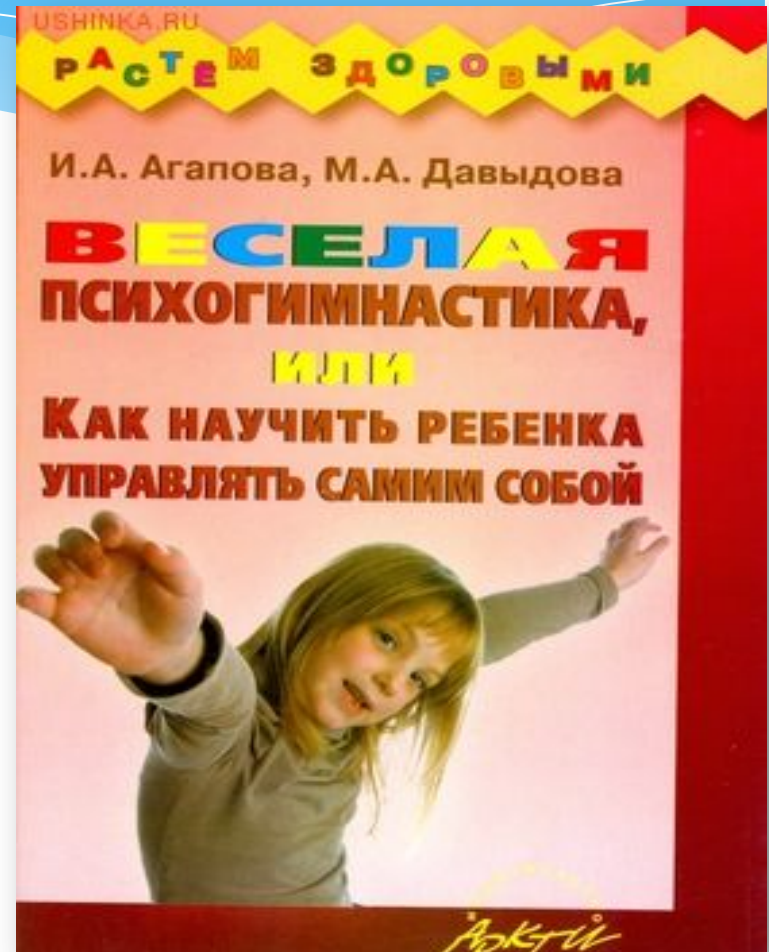
# Проблемно-игровые и коммуникативные игры



# Игра «Воздушный шарик»



# Игра «Два барана»



Жить без конфликта можно!



# Релаксация на природе



# Методы и приёмы коррекционной технологии

## Музыкальное воздействие







# Волшебный мир сказок.



# Сектор «Здоровье»



# Рейд « Чистота и уют в спальняй комнате»



# Рейд « Чистые руки»



# Пропиши себе рецепт оздоровления

**Оздоровление в школе должно  
начинаться именно с нас!!!**



# Вывод

- \* Надеюсь, что все формы здоровьесберегающих технологий с детьми, которые мы применяем, делают повседневную жизнь и деятельность школьников разнообразной, содержательной. Здоровьесберегающие технологии помогают сохранить воспитанного здоровьесберегающего воспитанника.
- \* Таким образом, очень важно, чтобы каждая из рассмотренных технологий имела оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге сформировала бы у школьника стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное и неосложненное развитие.



**Здоровья вам и вашим  
воспитанникам!**

