

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	4 x 8 = 32	7 x 8 = 56
5 x 5 = 25	7 x 3 = 21	5 x 8 = 40	9 x 7 = 63
8 x 10 = 80	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



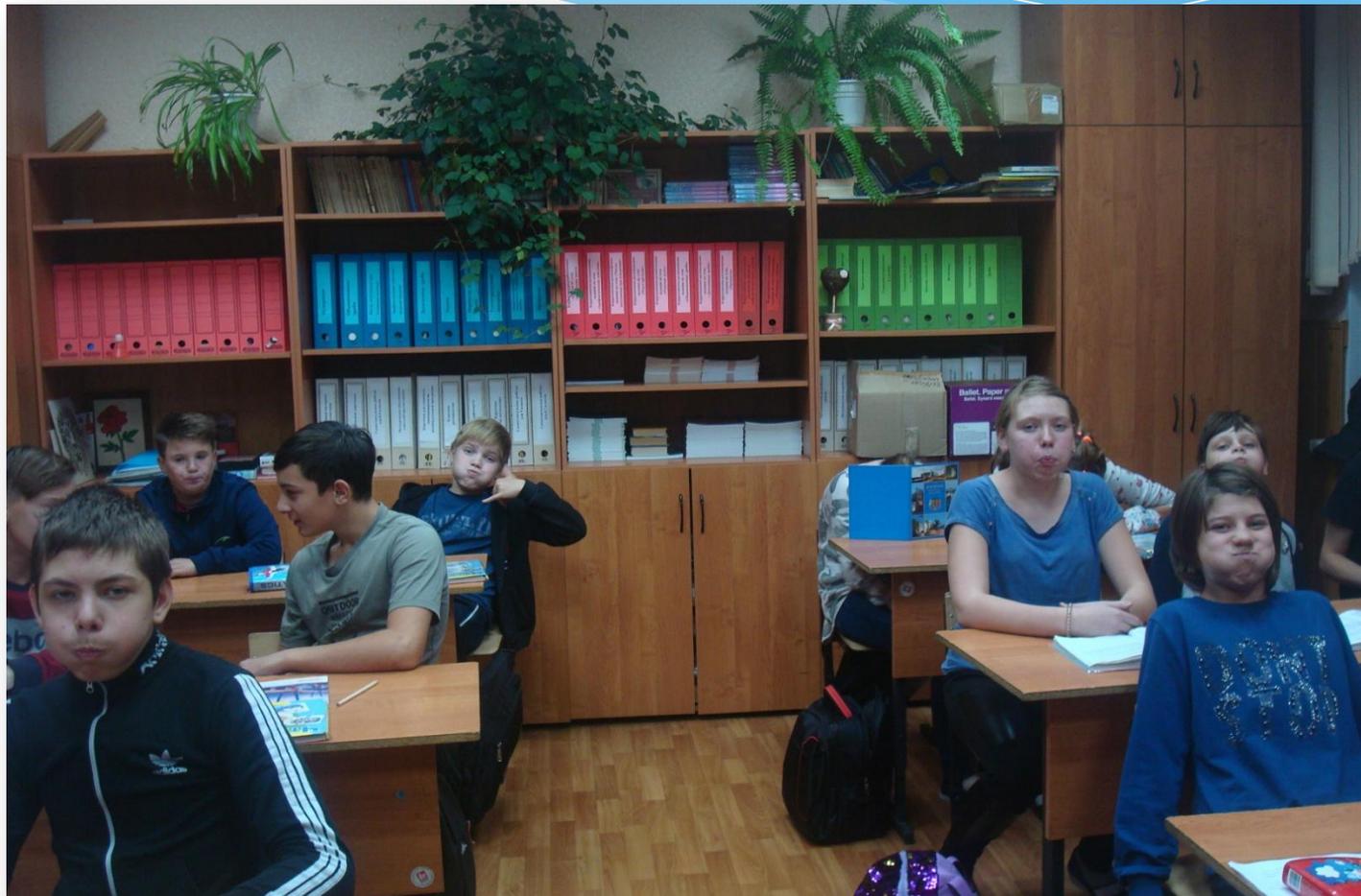
Заслуженная победа!



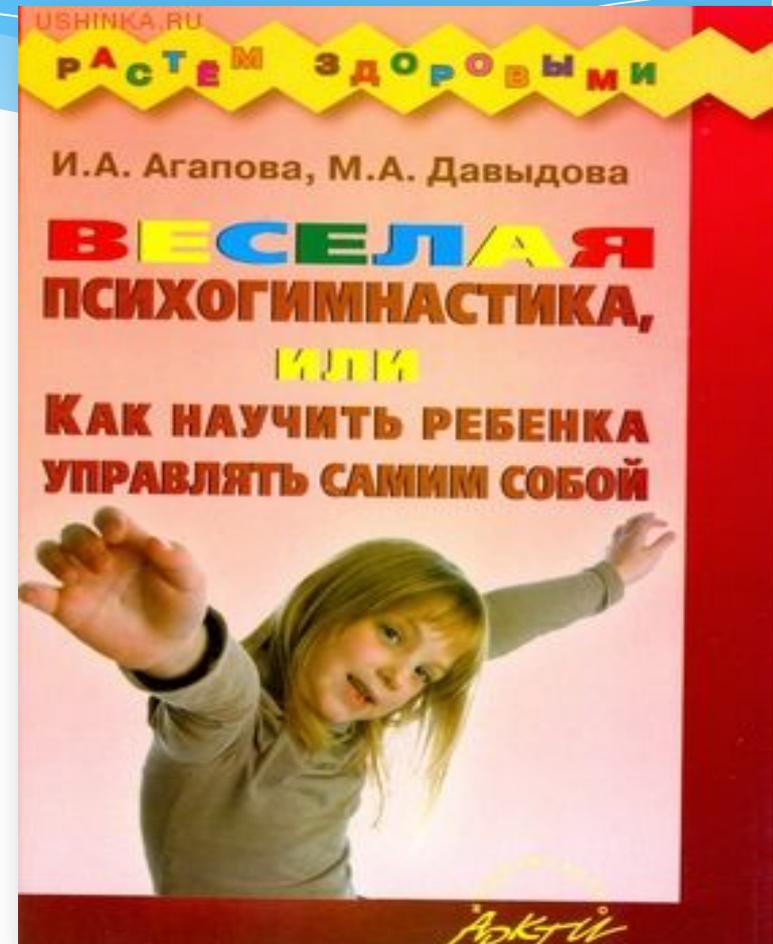
Проблемно-игровые и коммуникативные игры



Игра «Воздушный шарик»



Игра «Два барана»



Жить без конфликта можно!



Релаксация на природе

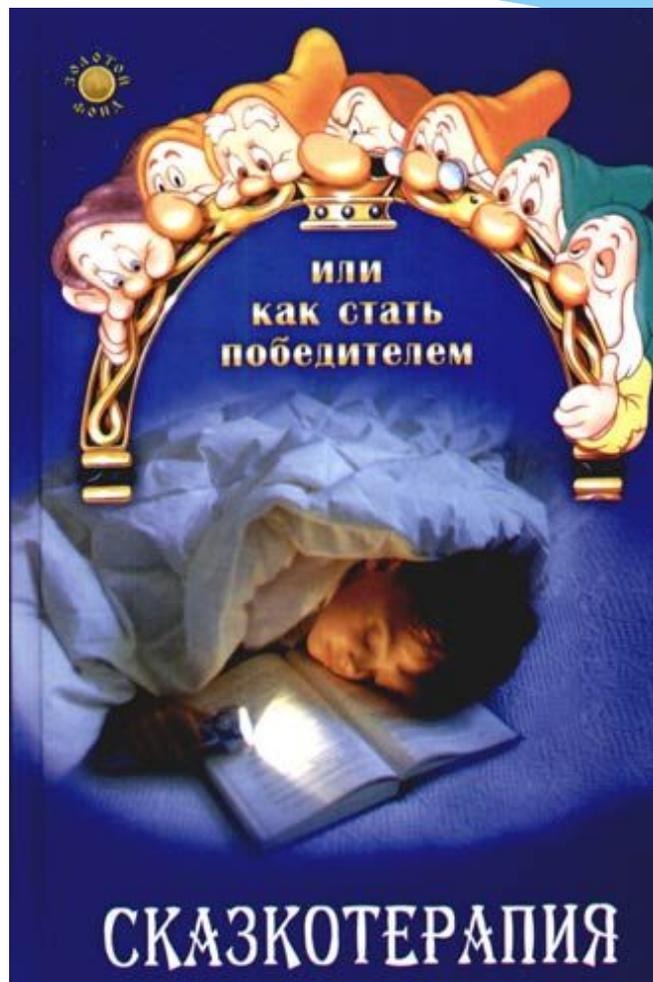


Методы и приёмы коррекционной технологии

Музыкальное воздействие



Сказкотерапия



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 воспитанному здоровье воспитанников.
- * 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!**

