

# Педсовет

Организация учебно-воспитательной работы школы по формированию здорового образа жизни и укреплению здоровья учащихся

# Цели:

1. провести системный анализ педагогической деятельности по формированию ЗОЖ и укреплению здоровья учащихся,
2. определить пути и способы совершенствования работы по данному направлению

# Задача

:

- Определить возможности, условия и основные направления совершенствования пед. деятельности по формированию ЗОЖ

# План работы:

1. Вступительная часть (Варанкина В.А.)

2. Отчет творческих групп:

- «Школьный урок и здоровье учащихся» (Симонова Е.В.)
- «Здоровьесберегающая организация образовательного процесса» (Родькина Е.П.)
- «Формирование культуры здоровья ученика» (Слатинская Е.В.)
- «Здоровье учителя» (Калинина Н.В.)
- «Уклад школы, необходимый для сохранения и укрепления здоровья» (Резниченко М.В.)

- **Здоровье** – это то, что люди больше всего стремятся сохранить и меньше всего берегут.

Ж.Лабрюйер

# Заболеваемость

Каждый *четвертый* ребенок – болезни желудка,

Каждый *пятый* – заболевания сердечно – сосудистой системы.

Около *60%* старшеклассников нездоровы.

Более *40%* мальчиков призывного возраста не соответствуют требованиям армии.

(Директор департамента медико – социальных проблем семьи, материнства и детства Минздравсоцразвития РФ О.Шарапова)

# Статистические данные по заболеваемости с 2002 по 2007

Г.

	2002	2003	2004	2005	2006	2007
Соматические	10,8%	15,5%	13,4%	14,5%	13,9%	12,7%
Глазные	0,5%	0,9%	1,2%	0,8%	0,8%	0,9%
ОРЗ	56%	80%	77%	72%	82%	82%

# Причины





**Здоровье** – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие физических дефектов или болезней.

(Устав Всемирной организации здравоохранения)

# Критерии и оценка здоровья

- *Базовые критерии* физического здоровья :
- состояние сердечно-сосудистой системы; иммунной системы; способность организма усваивать кислород воздуха.

Показатели деятельности этих систем имеют прямое отношение не только к здоровью человека, от них напрямую зависит жизнь.

- *Основные критерии здоровья:* состояние опорно-двигательного аппарата, нервной системы, пищеварительной и мочеполовой систем.

# здоровья:

- ❖ психическое равновесие,
- ❖ гармоничность организации психики и ее адаптивные возможности;
- ❖ способность адекватного восприятия окружающей среды и осознанного совершения поступков,
- ❖ целеустремленность, работоспособность, активность;
- ❖ полноценность семейной жизни,
- ❖ способность самоуправления поведением в соответствии с нормами,
- ❖ чувство ответственности за потомство и близких членов семьи,
- ❖ критический подход к обстоятельствам жизни;
- ❖ автономность личности, самоактуализация, уверенность в себе, необидчивость (умение освободиться от затаенных обид);
- ❖ независимость и естественность поведения;
- ❖ чувство юмора, доброжелательность, способность к адекватной самооценке;
- ❖ самообладание и способность радоваться.

# здоровья

- ❖ *интерес к самому себе;*
- ❖ *общественный интерес;*
- ❖ *самоконтроль;*
- ❖ *гибкость;*
- ❖ *принятие неопределённости;*
- ❖ *ориентация на творческие планы;*
- ❖ *научное мышление;*
- ❖ *ответственность за свои эмоциональные нарушения;*
- ❖ *высокая фрустрационная устойчивость.*

*Отечественные психологи дополняют этот список:*

- ❖ *культура потребления,*
- ❖ *альтруизм,*
- ❖ *эмпатия,*
- ❖ *бескорыстие,*
- ❖ *демократизм поведения.*

# Здоровье



## физическое

- гомеостаз
- способность к адаптации



## психическое

- Нормальное состояние психики, сознания, мышления, эмоций, воли.



## социальное

- Успех жизни в обществе

# Россия

Из каждых 100 человек – 96 имеют патологии

В 69 регионах происходит депопуляция

78% мужчин и 52% женщин ведут нездоровый образ жизни

## Здоровье (приоритет)

1 место – педагоги

2 место – школьники

## Занимаются спортом

1/3 подростков

15% взрослых

## Сон (меньше 7 часов)

25% школьников

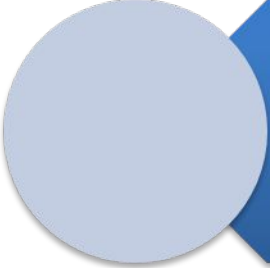
20% педагогов

## Режим питания

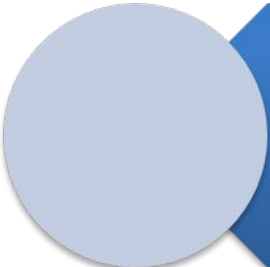
13% подростков

15% взрослых

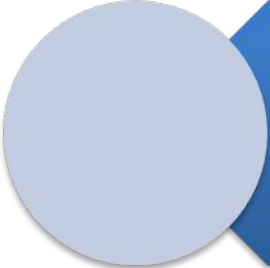
# Причины



1. не включается в систему регуляторов поведения



2. преобладает узкопрагматическое представление о роли здоровья



3. недостаток практических знаний о том, как заботиться о здоровье



# Аспекты урока с позиций здоровьесбережения



Условия  
подготовки к  
уроку

Условия  
проведения урока

Психологический климат

# Условия подготовки к уроку

- Чистота
- Оптимальная температура
- Свежий воздух
- Рациональное освещение

# Условия проведения урока

- Количество видов учебной деятельности (4 — 7)
- Средняя продолжительность различных видов учебной деятельности (не больше 10 мин.)
- Частота чередования разных видов учебной деятельности (через 7 – 10 мин.)
- Количество видов преподавания ( не менее 3)
- Чередование видов преподавания (не позже, чем через 10 – 15 мин.)
- Наличие видов деятельности, обеспечивающих реализацию индивидуальных особенностей (не меньше 7 – 10 мин.)
- Наличие оздоровительных моментов (на 20-й мин–1 минута - 3 упражнения с 3 – 4 повторами)

# Психологический климат

- Наличие внешней мотивации
- Стимуляция внутренней мотивации
- Взаимоотношения между учителем и учеником
- Взаимоотношения между учащимися
- Наличие эмоциональных разрядок

- **Здоровьесберегающая педагогика**- это готовность и способность школы обеспечить высокий уровень образовательной деятельности без ущерба для здоровья учащихся.

# Методология воспитания культуры здоровья:

Обеспечение  
грамотности в  
вопросах  
здоровья

Воспитание  
ответственности  
за собственное  
здоровье и  
здоровье  
близких

Формирование  
мотивации на  
ведение  
здорового  
образа жизни

# Здоровье учителя

Зависит от :

- Отношения к нему
- Полноты знаний по сохранению здоровья
- Образа жизни

# Образование, учитель, школа

(из послания Президента РФ Федеральному Собранию)

Именно в школьный период формируется здоровье человека на всю последующую жизнь. Сегодняшняя статистика здоровья школьников просто ужасающая. Да, многое, конечно, зависит от условий жизни в семье, от родителей. Но бесконечно кивать только в их сторону нельзя. Дети проводят в школе значительную часть дня, и заниматься их здоровьем должны в т.ч. и педагоги. Нужно уйти от усредненного подхода в этом вопросе. К каждому ученику должен быть применен индивидуальный подход, минимизирующий риски для здоровья в процессе обучения. Тем более, что к перегруженным программам в обществе тоже много вопросов.

Уверен: если приоритет здорового образа жизни будет в полной мере реализован в школе, то мы гораздо легче справимся с формированием современной системы здравоохранения в целом.



# Проект решения педсовета

- ❖ Подтвердить как одну из приоритетных задач школы – создание условий по охране и укреплению здоровья учащихся, создание оптимальных условий работы педагогов
- ❖ Разработать проект «Здоровье», обеспечивающий приоритет здоровья
- ❖ Включить в договоры с родителями пункты о взаимодействии со школой в решении задачи здоровьесбережения
- ❖ Разработать и включить критерии оценки результативности деятельности работников школы по охране здоровья учащихся в критерии стимулированию (НСОТ)
- ❖ Продолжить работу по вовлечению учащихся в исследовательскую деятельность по изучению вопросов здоровьесбережения
- ❖ Организовать мониторинг и создать банк данных уровня физического и психического здоровья обучающихся с проведением анализа заболеваний и их динамики
- ❖ Организовать семинары для учителей по проблеме здоровьесбережения
- ❖ Метод. Совету школы, МО организовать работу по изучению и внедрению здоровьесберегающих образовательных технологий
- ❖ Организовать работу по оздоровлению педагогов
- ❖ Разработать и включить в учебный план 2009 – 2010 г. элективные курсы, направленные на формирование культуры здоровья
- ❖ Провести конкурсы «Самый здоровый класс», «Спортсмен года»
- ❖ Приобрести необходимый спортивный инвентарь
- ❖ Кл. руководителям привлечь к организации секций родителей, при содействии родителей вовлекать детей в спорт. кружки, секции
- ❖ Разработать систему КТД, направленных на устранение вредных привычек