

Задачи работы Кабинета Здоровья:

- улучшение функционального состояния обучающихся и предупреждение прогрессирования болезни;
- повышение физической и умственной работоспособности;
- формирование системы знаний о здоровье и здоровом образе жизни;
- мотивация на сохранение здоровья обучающихся, родителей и педагогов;
- создание информационной базы данных о заболеваниях для родителей, педагогов;
- улучшение материально-технической базы школы для формирования, сохранения и укрепления здоровья обучающихся и педагогов.

Структура Кабинета здоровья МОУ ППМС Центра ППРК

Педагог-
Психолог

Медицински
й работник

Инструктор
ЛФК

Логопед

Дефектолог



Кабинет ВОС (коррекции психоэмоционального состояния)

Психолого-педагогические программы помогают построить психологическое сопровождение детей с учетом их индивидуальных особенностей, провести профилактические мероприятия и коррекцию нарушенных функций

ПРОГРАММЫ РАЗРАБОТАННЫЕ НА ОСНОВЕ МЕТОДА ФБУ

Помогают успешно пройти возрастные кризисы развития и расширить адаптационные возможности посредством обучения навыкам саморегуляции своего психофизиологического состояния

– диафрагмальному дыханию,

- мышечной релаксации,

- направленному повышению периферической температуры.



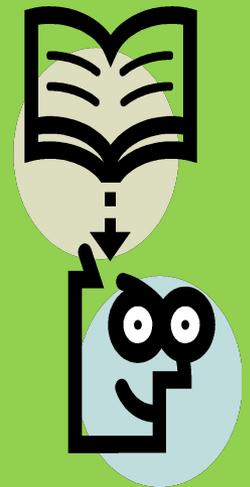
БОС – это принцип, лежащий в основе организации самоуправления физиологическими функциями живого организма.



Суть принципа БОС отражается в законе о том, что эффективность функционирования биологической системы зависит от скорости возврата и качества информации о работе этой системы.

Реализация метода ФБУ при минимальных временных затратах обеспечивает максимальную эффективность работы:

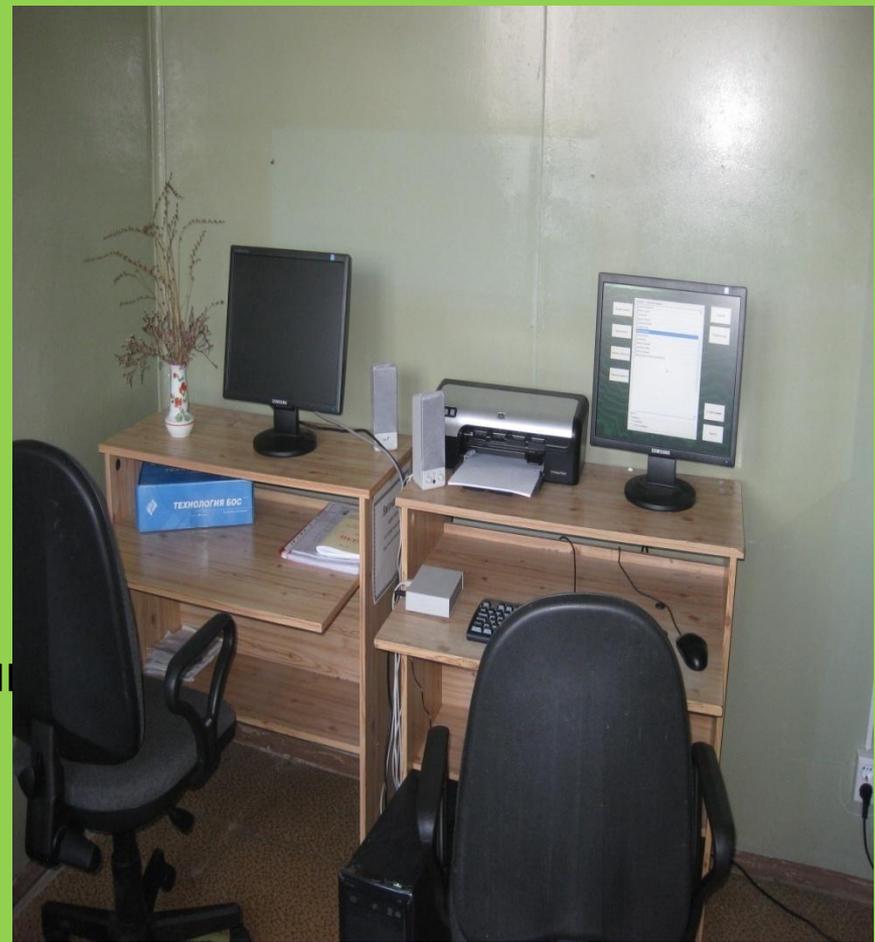
- повышается работоспособность и стрессоустойчивость;
- улучшается концентрация внимания и памяти;
- развиваются умения находить равновесие между сосредоточенной активностью и спокойствием в обстановке учебных занятий;
- снижается психоэмоциональное напряжение при гиперактивности и повышенной агрессивности;
- формируется у детей и подростков ценностное отношение к своему здоровью, установки на здоровый образ жизни.



Уроки здоровья (сеансы БОС)

позволяют ребенку:

- овладеть надежным навыком синхронизации фаз дыхания и работы сердца
- снизить уровень психоэмоционального напряжения
- повысить свои адаптационные возможности
- обучиться навыкам саморегуляции и самореализации (повышение академической успеваемости)
- повысить свои резервные и адаптационные возможности
- развивать высшие психические функции (внимание, память, восприятие)
- получать навыки здорового образа жизни, реализуя программу «Сталкер»



Работа инструктора ЛФК

- обеспечение двигательной активности обучающихся с учетом индивидуальных особенностей;
- коррекция осанки, плоскостопия и т.д.



Спортивный зал



Работа на тренажерах



Кабинет психолога

- проведение коррекционно-развивающих индивидуальных и групповых занятий;
- проведение комнат психологической раз
- тренинги;



Ковер «Млечный путь»



Консультационная зона

Индивидуальные
беседы с родителями,
педагогами и
обучающимися по
различным проблемам
(в том числе о
сохранении
и укреплении здоровья)



Медицинский кабинет



- Витаминизация
- Профилактические беседы
- Медицинские осмотры



Процедурный кабинет

- Своевременная вакцинация
- Медицинский осмотр и контроль за состоянием здоровья



Планируется:

- Оформление фито-бара для педагогов;
- Создание кабинета массажа;
- Коррекция программы «Здоровье»;
- Оборудование малого спортивного зала;
- Создание банка методических материалов по вопросам здоровья для родителей, обучающихся и педагогов;
- Создание Родительского клуба (практикоориентированного);
- Разработка системы мониторинга показателей физического и психического здоровья.