

**Тема: Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе МОУ «СОШ №45 г.Чебоксары» - условие развития личности ребенка.**

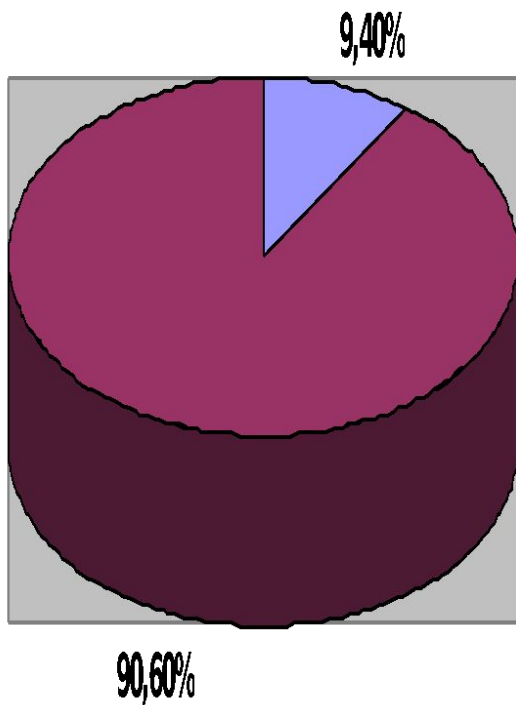
«Успешной и востребованной будет та школа, которая обеспечивает здоровье детей, использует здоровьесберегающие педагогические технологии.»

В. Н. Касаткин

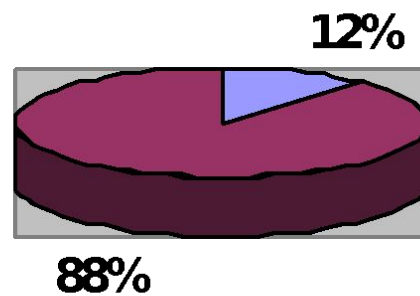
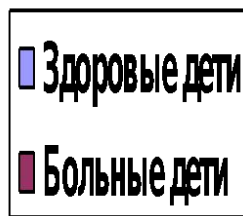
Автор: Голованова Наталья  
Анатольевна

МОУ «СОШ № 45 г.  
Чебоксары»





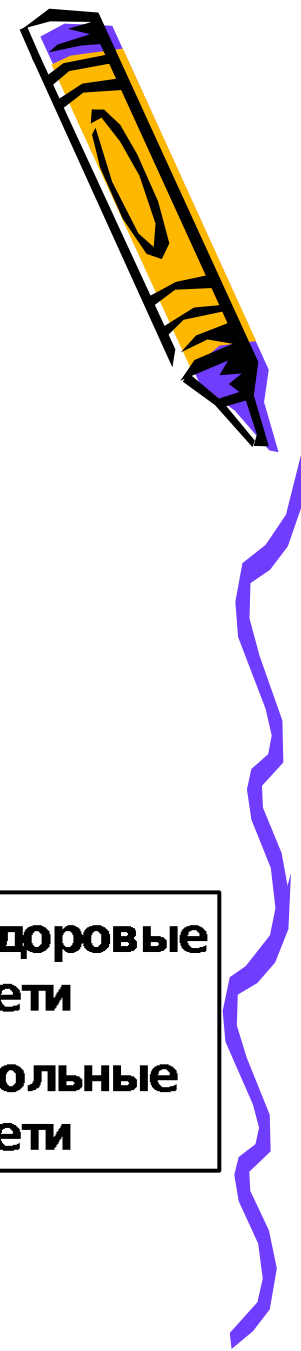
1 классы



11 классы





2





## *Причины ухудшения здоровья детей:*

- 
- Интенсификация обучения учащихся.
  - Гиподинамия и гипоксия.
  - Ухудшение питания.
- 
- Факторы социального риска.
  - Факторы экологического риска.

# Проблема:



Создание оптимальных условий для реализации комплексной системы по оздоровлению учащихся и формированию здорового образа жизни.

Основы здоровьесберегающей деятельности ОУ - это система мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья учащихся.

# Задачи:

- Создать здоровьесберегающую инфраструктуру школы.
- Обеспечить рациональную организацию образовательного процесса.
- Совершенствовать физкультурно-оздоровительную работу.
- Использовать просветительско-воспитательную работу с учащимися, направленную на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни.
- Организовать системы просветительской и методической работы с педагогами, специалистами и родителями.
- Активизировать медицинскую профилактику мониторинг и динамическое наблюдение за состоянием здоровья учащихся.

# Принципы здоровьесберегающей педагогики:

1. Целостность.
2. Комплексность.
3. Триединое представление о здоровье.
4. Безопасность.
5. Возрастная адекватность.
6. Социокультурная адекватность.



# Здоровьесберегающая деятельность СОШ №45 г.Чебоксары



## Основы мониторинга деятельности педагогов:

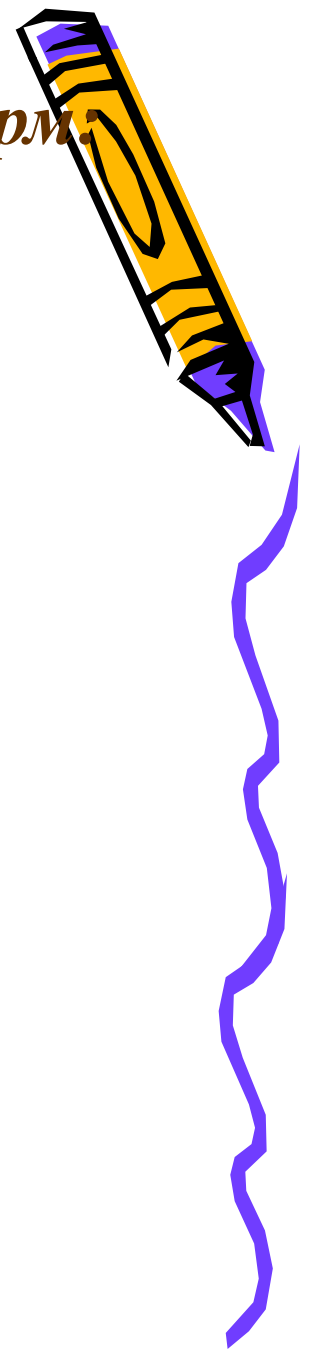
1. Уровень физического развития.
2. Уровень двигательной подготовленности.
3. Уровень технической подготовки ученика.
4. Уровень знаний учащихся в области физической культуры и здорового образа жизни.
5. Состояние здоровья школьника и его адаптационные возможности.
6. Степень утомления в процессе выполнения физических и умственных нагрузок.
7. Адекватность нагрузки, согласно возрастным, половым и индивидуальным особенностям учащихся.
8. Уровень мотивации учащихся к занятиям физической культурой и умственным трудом
9. Качество самоподготовки учащихся.





## *Соблюдение санитарно-гигиенических норм:*

- Достаточное освещение (естественное и искусственное).
- Оптимальный тепловой режим.
- Проветривание кабинетов.
- Проведение влажной трехразовой уборки.
- Обеспечение безопасности, в соответствии с нормами САНПИНа.
- Наличие раздевалок.
- Соблюдение питьевого режима.
- Диетическое питание.



# Материально-техническая база школы:

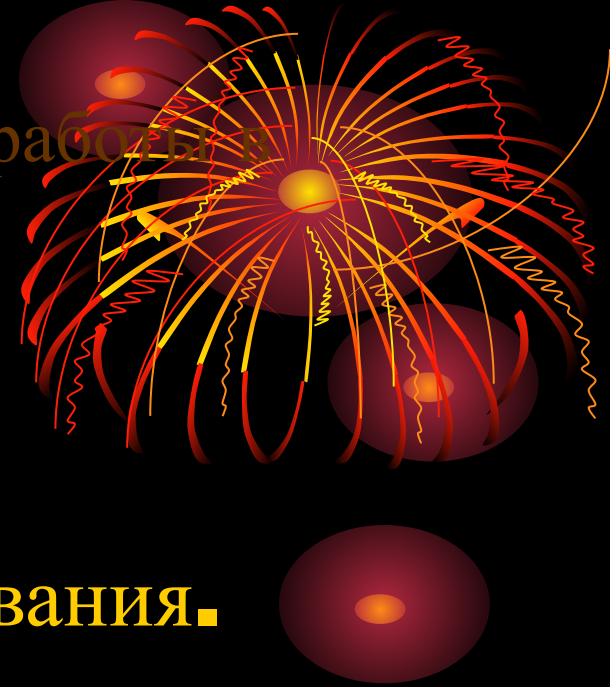
- Типовой спортивный зал.
- Открытая баскетбольная площадка.
- Сектор для прыжков в длину.
- Беговые дорожки.
- Плавательный бассейн.
- Малый спортивный зал.
- Футбольное поле.
- Спортивный инвентарь.

# Учебная работа:

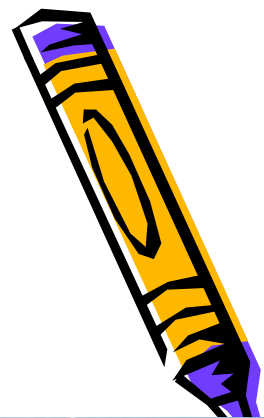
- Закаливание.
- Проведение на уроках физкультпауз и физкультминуток.
- Упражнения для релаксации зрения.
- Упражнения для коррекции осанки.
- Трехчасовые уроки физической культуры с 1 по 11 классы.
- Обязательный индивидуальный и дифференцированный подход к детям с ослабленным здоровьем.

## Организация спортивно-массовой работы в школе:

- Дни здоровья.
- Спортивные праздники.
- Внутришкольные соревнования.
- Туристические походы.

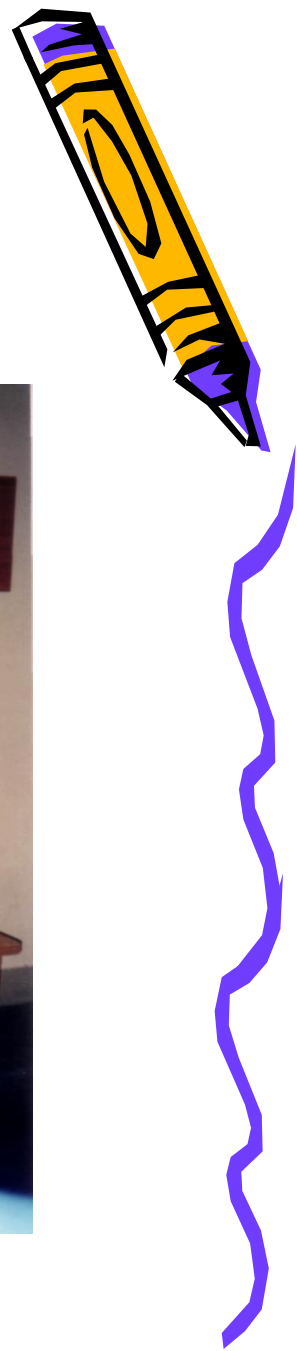


# Работа СПОРТИВНЫХ СЕКЦИЙ:



- Спортивные секции.
- Кружки спортивного направления.
- Соревнования по схеме учителя - ученики - родители.















# ВЫВОДЫ:

---

- Для обеспечения эффективного здоровьесберегающего процесса необходимо соблюдать санитарно-гигиенические условия обучения, нормировать учебную нагрузку и режим занятий, использовать здоровьесберегающие технологии с учетом возрастных и индивидуальных особенностей ребенка;
- Необходимо создать в школе благоприятный эмоциональный и психологический климат, а также всеми средствами содействовать формированию потребностей в ЗОЖ у учащихся, педагогов и родителей.

# Рекомендации:

- Активно внедрять здоровьесберегающие технологии в урочной и внеурочной деятельности.
- Систематически пополнять материально-техническую базу ОУ.
- Организовать обучение учащихся среднего и старшего звена в режиме 5-дневной учебной недели.
- Изыскать возможность для введения в строй школьного бассейна.
- Организовать хоккейный и теннисный корт на территории школы.

# Литература:

1. М.М. Безруких, В.Д. Сонькин, В.Н. Безобразова «Здоровьесберегающая школа» Москва, Педагогический университет «Первое сентября». 2006 г.
2. Н.В.Сократов, П.П. Тиссен «Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе школьников». Орнбург. Издательство ОГПУ. 2007 г.
3. Д.З. Шибкова «Наука быть здоровым» Челябинск. 1997 г.
4. Д.З. Макеева, Лысенко И.В. Учебно - методический комплект «Волшебные уроки в стране Здоровье». СПб., Образование и культура, 1999 г.
5. В.Н.Касаткин, Л.А. Щеплягина «Здоровье. Учебно - методическое пособие для учителей 1 - 11 классов, Москва, 2001 г.

