

мультимедийная презентация
**«Здоровьесберегающая
среда школы»**

из опыта работы зам.директора по
УВР МОУ СОШ №12

г.о. Жуковский Московской области
Подкопаевой Антонины Георгиевны

Школа и здоровье

- Школа является особым образовательным пространством, в рамках которого происходит не только формирование социально адаптированной личности, ее профессиональное и гражданское самоопределение, но и формируется самая важная, базовая характеристика, обеспечивающая реализацию всех остальных - здоровье

Цель инновационных процессов

**заключается не только в
повышении качества
образования, но и в
укреплении здоровья
учащихся и в создании
психологического комфорта
участникам
образовательного процесса.**

I. Общие положения

Стандарт ориентирован на становление личностных характеристик выпускника («портрет выпускника начальной школы»):

- Любящий свой народ, свой край и свою Родину;
- уважающий и принимающий ценности семьи и общества;
- любознательный, активно и заинтересованно познающий мир;
- владеющий основами умения учиться, способный к организации собственной деятельности;
- готовый самостоятельно действовать и отвечать за свои поступки перед семьей и обществом;
- доброжелательный, умеющий слушать и слышать собеседника, обосновывать свою позицию, высказывать свое мнение;
- **выполняющий правила здорового и безопасного для себя и окружающих образа жизни.**

II. Требования к результатам

10. Личностные результаты освоения основной образовательной программы начального общего образования должны включать:

-
- **10) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.**

II. Требования к результатам

- **12. Предметные результаты освоения основной образовательной программы начального общего образования ... должны отражать:**

12.7. Физическая культура:

- 1) формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторе успешной учебы и социализации;**
- 2) овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);**
- 3) формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данных мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателей развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).**

III. Требования к структуре

16. Основная образовательная программа начального общего образования ... должны содержать следующие разделы:

7) программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни;

19. Требования к разделам основной образовательной программы начального общего образования:

19.3. Учебный план

Внеурочная деятельность организуется по направлениям развития личности (спортивно-оздоровительное, духовно-нравственное, социальное, общеинтеллектуальное, общекультурное)

19.7. Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни должна представлять собой комплексную программу формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и

III. Требования к структуре

19. Требования к разделам основной образовательной программы начального общего образования:

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни должна обеспечивать:

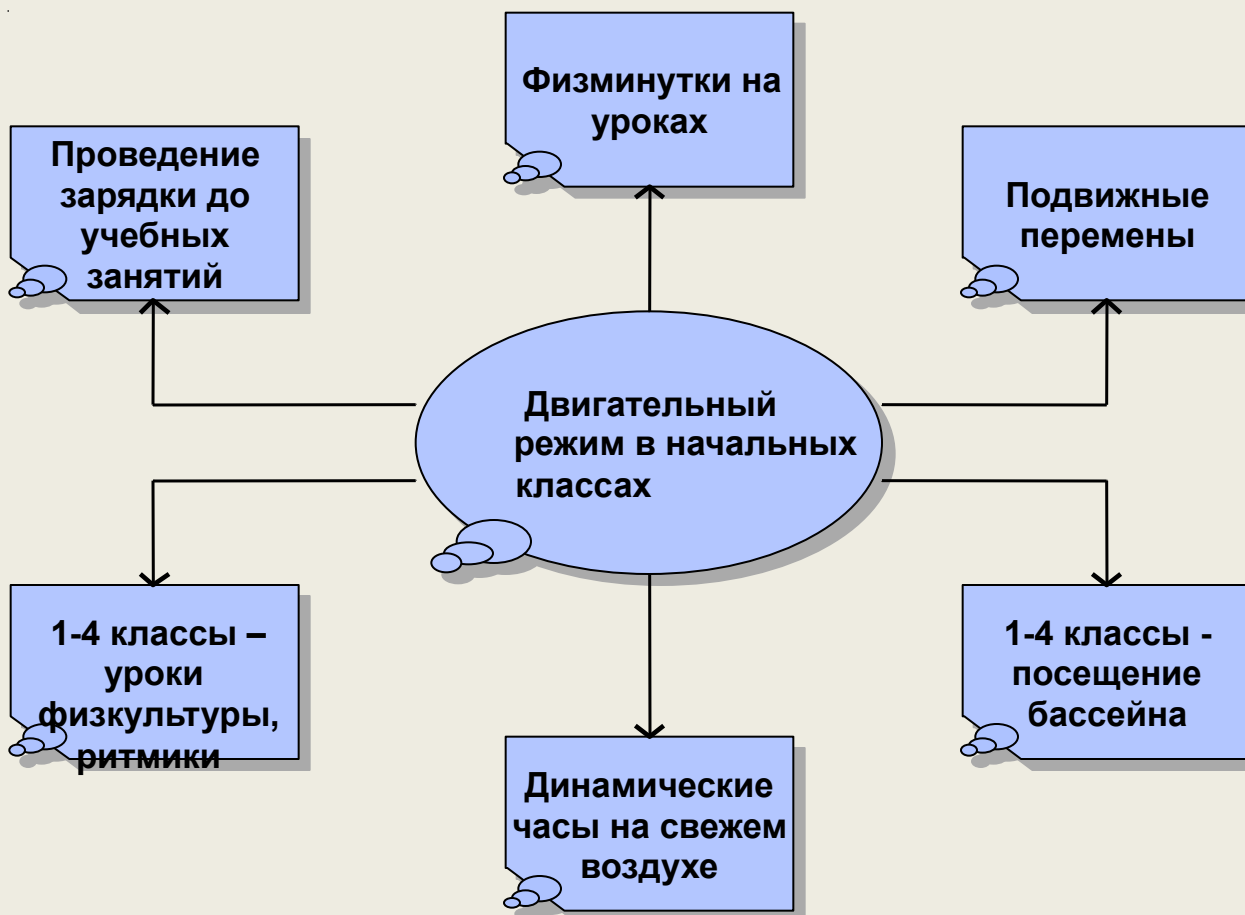
- Пробуждение в детях желания заботиться о своем здоровье (формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью);
- формирование установки на использование здорового питания;
- использование оптимальных двигательных режимов для детей с учетом их возрастных, психологических и иных особенностей, развитие потребности в занятиях физической культурой и спортом;
- применение рекомендуемого врачами режима дня;
- формирование знания негативных факторов риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества, инфекционные заболевания);
- становление навыков противостояния вовлечению в табакокурение и употребление алкоголя, наркотиков и сильнодействующих веществ;
- формирование потребности ребенка безбоязненно обращаться

Всемирная организация здравоохранения определяет, что здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благосостояния. Цель школьного образования состоит в том, чтобы ребенок не только освоил академическую программу, но и овладел навыками здорового образа жизни. Только здоровый ребенок может успешно учиться, продуктивно проводить свой досуг, стать в полной мере творцом своей судьбы, т.к. только здоровый человек может достичь цели в своей жизни. Как никогда становится актуальной проблема сохранения и укрепления здоровья с раннего возраста.

Поэтому важной особенностью любой программы, которую мы принимаем для развития ребенка, должна быть здоровьесберегающая направленность. Учитывая индивидуальные особенности ребенка, необходимо создать условия для его благоприятной социальной адаптации и гармоничного развития.

**Реализация программы здоровьесбережения
на уроках и во внеурочное время в начальных классах
МОУ школа №12 г. Жуковский**

| <i>Урочное время</i> | | | <i>Внеурочное время</i> | | |
|---|---------------------------------------|-------------------|---|---|----------------------------|
| Уроки ритмики, плавания, физкультуры | Программа «Правильное питание» | Физминутки | Утренняя ритмическая гимнастика перед началом уроков | Ритмическая гимнастика с элементами аэробики | Плавание в бассейне |



***В 2003 году школой и ДДОУ №30
была создана муниципальная
экспериментальная площадка
«Реализация концепции
непрерывного образования в
практике работы «детский сад -
школа». Необходимостью
совместной деятельности стала
реализация преемственности и
здоровьесберегающих технологий***

Вода оздоравливает - это неоспоримый фактор. Бассейн есть в детском саду и в школе, что является продолжением закаливания детей, все дети начальной школы, 5 и 6 классы оздоравливаются в бассейне, 6 классов занимаются дополнительно плаванием, с детьми занимаются тренеры, которые учат детей плавать



В детском саду



В школе

Ритмика – это источник здоровья, радости, повышения работоспособности, разрядка умственного и психологического напряжения, является дополнительным резервом двигательной активности. Ритмика в школе является продолжением ритмики детского сада, которая охватывает 260 обучающихся и по просьбе родителей 6 классов охвачены ритмикой во внеурочное время/ 120 человек/, клуб «Ритм» работает в вечернее время для детей в возрасте от 3 до 12 лет. /60человек/;



Логоритмика в детском



Ритмика в школе

Программа «Разговор о правильном питании», (автор М.М. Безруких, директор Института возрастной физиологии Российской Академии Образования), которая осуществляется и в дошкольном учреждении, и в школе, где идет углубление знаний, полученных детьми в дошкольном учреждении, предполагает решение широкого круга задач, связанных с укреплением здоровья ребенка, его эмоционально-личностным, познавательным и художественным развитием, формированием коммуникативных навыков, воспитанием у детей культуры здоровья. В школе занятия проводятся интегрировано с уроками технологии, окружающего мира и даже математики.

Дети готовят салаты, составляют рецепты, учатся сервировать стол. В этом им помогают персонажи красочных учебников.

Программа «Разговор о правильном питании»

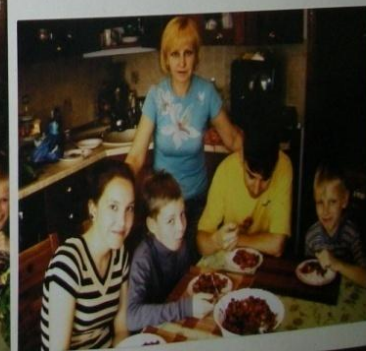
Ежегодно школа принимает участие в городском конкурсе «Разговор о правильном питании». В этой программе активное участие принимают родители вместе с детьми

Конкурс семейной фотографии «Как питаешься, так и улыбаешься»

Семья Воронцовых
папа – Игорь Олегович
мама – Эмма Геннадьевна
сын – Артемий
дочь – Светлана
племянник мамы – Антон
бабушка Мария Андреевна
Домашний адрес: 140180
Московская область
г. Жуковский
ул. Баженова, д. 10, кв. 17
т. 48-3-94-23
Место учёбы: Артемия:
2А класс
МОУ СОШ №12
г. Жуковский
Московской области

Мы решили на обед
Приготовить винегрет.
Всей семьёй взялись за дело,
И работа закипела.
Мама резала картошку,
Папа – два пучка картошки,
Свёклу принесла бабуля,
Получилась кастрюля.
Вся кастрюля с винегретом
На гарнир пошла к котлетам.

Авторские стихи семьи



Утренняя гимнастика до уроков
5-10 минут не заменяют, а дополняют утреннюю гимнастику,
которую ведут обучающиеся 4- классов



Задача школы - сохранить и по возможности укрепить здоровье детей. В первую очередь эта задача реализуется через осуществление контроля за дозировкой учебных заданий, за посадкой детей, их осанкой.

В целях сохранения и укрепления здоровья детей обязательным условием является проведение физминуток во время уроков /кратковременные серии физических упражнений/, 3-5 упражнений, в состав которых обязательно входят упражнения:

- для снятия утомления глаз;
- для формирования осанки;
- для выработки рационального дыхания /упражнения для глубокого дыхания в сочетании с движением туловища и конечностей/.
- Упражнения должны дать нагрузку мышцам, которые не были загружены, и расслабить мышцы, выполняющие статико-динамическую нагрузку.

Проведение «Дня здоровья» в конце каждой учебной четверти



***Профилактика безопасности на дорогах
является составной частью программы
здоровьесбережения детей***



**В школе создана команда ЮИД,
которая выступает в детских садах,
перед младшими школьниками, на
городских конкурсах**



**Рисунки на асфальте
«Безопасная дорога»**

Образовательные стандарты нового поколения ВКЛЮЧАЮТ

Показатели здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений:

- **Степень невротизации, распространённости астенических состояний и вегетативных нарушений.**
- **Физическое развитие учащихся.**
- **Заболеваемость учащихся.**
- **Физическая подготовленность учащихся.**
- **Комплексная оценка состояния здоровья.**
- **Здоровый образ жизни.**

Образовательные стандарты нового поколения

**Оценка показателей сформированности
здорового образа жизни учащихся
проводится по показателям:**

- распространенности основных факторов риска нарушения здоровья школьников;**
- информированности школьников в отношении факторов риска;**
- сформированности у школьников установок на здоровый образ жизни.**