

« Формирование культуры здоровья школьников».

Учитель начальных классов:

Какурина И.А.



Здоровьесберегающие образовательные технологии (ЗОТ)

***можно рассматривать как
технологическую основу
здоровьесберегающей педагогики – одно из
самых перспективных систем XXI века, и
как совокупность приемов, форм и методов
организации обучения школьников, без
ущерба для их здоровья, и качественную
характеристику любой педагогической
технологии по критерии ее воздействия на
здоровье учащихся и педагогов.***

Статистические показатели:

- **физически здоровыми рождаются не более 14 % детей;**
- **25 – 30 % детей, пришедших в первый класс школы, имеют физические**
- **Недостатки или хронические заболевания;**
- **90 – 92 % выпускников средних школ находятся в «третьем» состоянии, то есть они еще не знают, что уже больны;**
- **только 4 – 5 % выпускников школ можно считать действительно здоровыми.**

Влияние на здоровье школьников оказывают и многие другие факторы.

Усилилась роль “внутришкольных факторов”:

- *Интенсификация обучения;*
- *Снижение двигательной активности;*
- *Увеличение простудных заболеваний и пропусков уроков по болезни;*
- *Нарушение зрения, осанки;*
- *Ухудшение нервно – психического здоровья.*

Средствами педагогического воздействия служат:

- воспитательная работа (формирование культуры здоровья);
- учебная работа (удовлетворение информационных запросов ученика);

Ожидаемые результаты:

- формирование осознанного отношения учащихся и их родителей к здоровью ребенка как основному фактору успеха на последующих этапах жизни;
- внедрение оптимального режима учебной деятельности и отдыха детей.

Принципы здоровьесбережения

- ***«Здоровьесберегающие образовательные технологии — это системный подход к обучению и воспитанию, построенный на стремлении педагога не нанести ущерб здоровью учащихся».***

профессор Н. К. Смирнов

Принципы здоровьесбережения:

- *«Не навреди!»;*
- *Приоритет заботы о здоровье учителя и учащегося;*
- *Ответственность за своё здоровье.*

Физкультминутки

В состав упражнений для физкультминуток можно включить:

- упражнения по формированию осанки,*
- укреплению зрения,*
- укрепления мышц рук,*
- отдых позвоночника,*
- упражнения для ног,*
- упражнения на ковре,*
- релаксационные упражнения для мимики лица,*
- потягивание,*
- массаж области груди, лица, рук, ног,*
- психогимнастика,*
- упражнения, направленные на выработку рационального дыхания.*

Охрана здоровья ребенка на учебных занятиях .

Психолого-педагогические технологии здоровьесбережения

Направлены на обеспечение психического здоровья учащихся.

Опирается на природосообразности, преемственности, вариативности, прагматичности (практической ориентации).

Достигается через

*Пучет особенностей учащихся (изучение и понимание человека);
создание благоприятного психологического фона на занятии;*

*Писпользование приемов, способствующих появлению и сохранению
интереса к изучаемому материалу;*

*Псоздание условий для самовыражения учащихся; инициацию
разнообразных видов деятельности;*

Ппредупреждение гиподинамии.

Приводит к

Ппредотвращению усталости и утомляемости;

Пповышению мотивации к учебной и внеучебной деятельности;

Пприрост учебных и внеучебных достижений.

Охрана здоровья ребенка во время учебных занятий

- **Снятие эмоционального напряжения**
- **Создание благоприятного психологического климата на уроке**
- **Охрана здоровья и пропаганда здорового образа жизни**
- **Комплексное использование личностно-ориентированных технологий**

Образовательные технологии по их здоровьесберегающей направленности

□ Личностно-ориентированные

□ Педагогика сотрудничества

□ Технология уровневой дифференциации обучения

□ Технология психологического сопровождения

Внедрение в обучение здоровьесберегающей технологии приведет к снижению показателей заболеваемости детей, улучшение психологического климата в детских и педагогических коллективах, активно приобщает родителей школьников к работе по укреплению их здоровья.

Учителям, освоившим эту технологию, становится и легче и интереснее работать, поскольку исчезает проблема учебной дисциплины и происходит раскрепощение учителя, открывается простор для педагогического творчества.



Комплекс мер по охране здоровья учащихся

****рациональная организация учебного процесса (различные формы организации)***

**** Система работы с детьми по формированию ЗОЖ***

****включение в учебный процесс здоровьесберегающих технологий***