

«Формирование культуры здравья 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 “внедришкольных 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 сохранении
интереса к изучаемому материалу;*

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

Предупреждение гиподинамии.

Приводит к

Предотвращению 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*