

Здоровьесберегающие технологии в начальной школе.

Здоровье – это вершина, на которую
человек должен подняться сам.

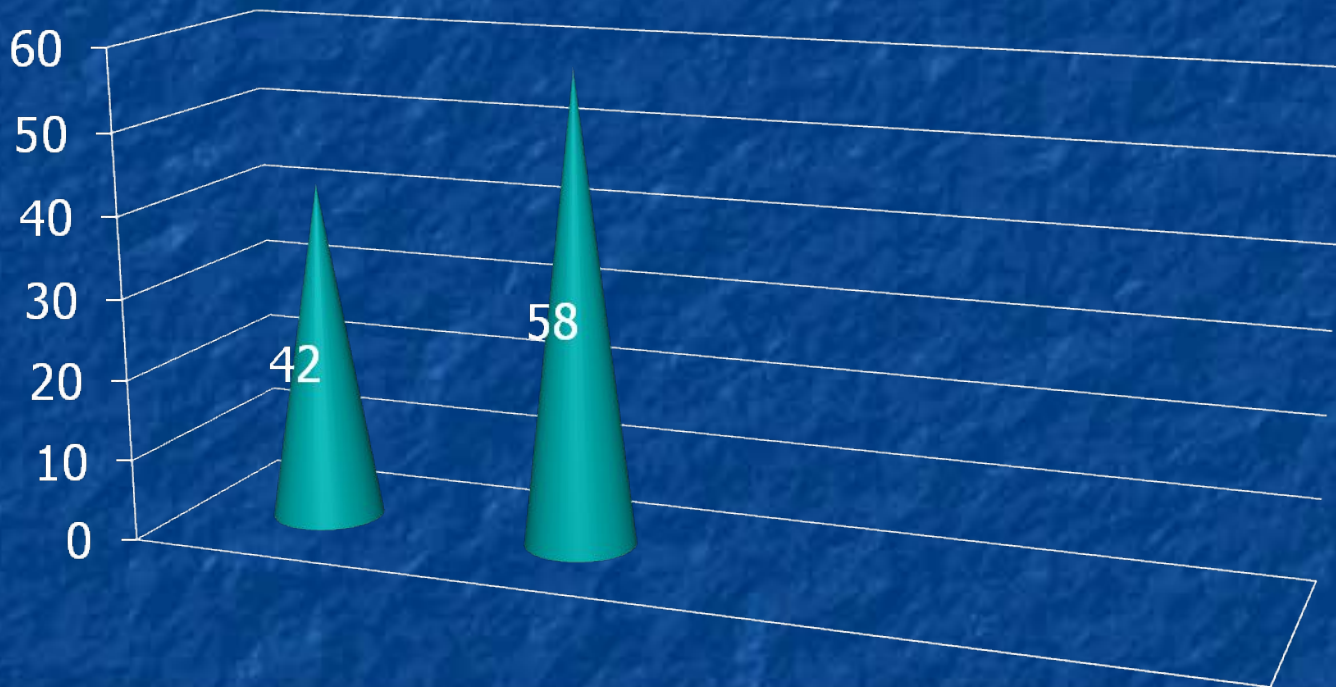
И. Брехман.

На фоне сложных экономических и экологических условий нашего времени проблема здоровья детей стоит особо остро. Понятна истина: если нет здоровья, то всё остальное бессмысленно.



В.А. Сухомлинский писал: «Опыт убедил нас в том, что примерно у 85% всех неуспевающих учеников главная причина отставания в учёбе – плохое состояние здоровья, какое-нибудь недомогание или заболевание, чаще всего незаметное и поддающееся излечению только совместными усилиями матери, отца, врача и учителя».

Состояние здоровья учащихся по МОУ СОШ №2



Основные заболевания

- Сколиоз грудного и поясничного отделов
- Желудочные заболевания (ДЖВП, гастрит)
- Кардионатия (заболевания сердечнососудистой системы)
- Синдром гипервозбудимости (неврозы, психопатические состояния)
- Эписиндром
- ВСД
- Ожирение
- Патология мочевыделительной системы

Основная цель начального образования – развитие ребёнка при сохранении здоровья, т. е. развитие ребёнка в соответствии с принципом природосообразности. Именно поэтому уже в начальной школе важно научить ребёнка осознать себя как часть природы и понимать ответственность перед обществом за сохранение своего здоровья.

перегрузка учебного
процесса многими
дисциплинами

несбалансированное
питание

отсутствие ЗОЖ во
многих семьях

малоподвижный образ
жизни

неблагополучная
экологическая
ситуация

Разработка и проведение мероприятий в учебно-
воспитательном процессе в целях улучшения
здоровья учащихся и профилактики заболеваний

Факторы, влияющие
на увеличение
хронических
заболеваний у детей
7-10 лет

Компоненты здоровья





Задача оздоровления

- Воспитание бережного отношения к своему здоровью.
- Понимание ценности и важности поддержания здорового образа жизни.

Воспитательный
аспект

Любое мероприятие, направленное на непосредственное оздоровление или повышение уровня знаний, имеет воспитательное значение, а воспитание улучшает в конечном счёте здоровье и информированность.

Оздоровительный
аспект

профилактика наиболее
широко распространённых
заболеваний



Комплекс
общеоздоровительных
мероприятий-

Физкультурные
минутки,
включающие
комплексы
утренней
гимнастики и
общеразвивающи
е упражнения на
уроках,
активные
перемены,
индивидуальные
и групповые
оздоровительные
упражнения в
спортивном зале.

Использова
ние
аромато-
терапии

Зелёные
комнатные
растения
оказывают
определённое
воздействие на
подрастающий
организм. Герань
– помогает
неуверенному в
себе, хлорофитум
- очищает воздух,
кактус-
нейтрализует
радиоактивность

Организация
режима
учебного
процесса.

При
составлении
расписания
учитывается
работоспособ
ность детей в
каждый из
дней, каждый
из уроков и
трудность
предметов.

Профилакти
ка и
коррекция
нарушения
зрения

Проводится
гимнастик
а для глаз

Психогимнас
-тика

Игровые
упражнения
направлены на
совершенствован
ие внимания,
памяти,
воображения.

**Здоровье
сберегающие
технологии**

Направлены на
– обеспечение
психического
здоровья
учащихся.

Приводят к –
предотвращению усталости
и утомляемости;
повышению мотивации к
учебной деятельности;
прирост учебных
достижений.

Достигаются через –
учет особенностей
класса (изучение и
понимание человека);

Опираются на –
природосообразности,
преемственности,
вариативности,
прагматичности
(практической ориентации).



*Здоровьесберегающие технологии
применяемые на уроках и во вне
учебной деятельности младших
школьников должны привести к
улучшению состояния здоровья
подрастающего поколения.*

**А здоровый ребёнок –
это хороший ученик!**