

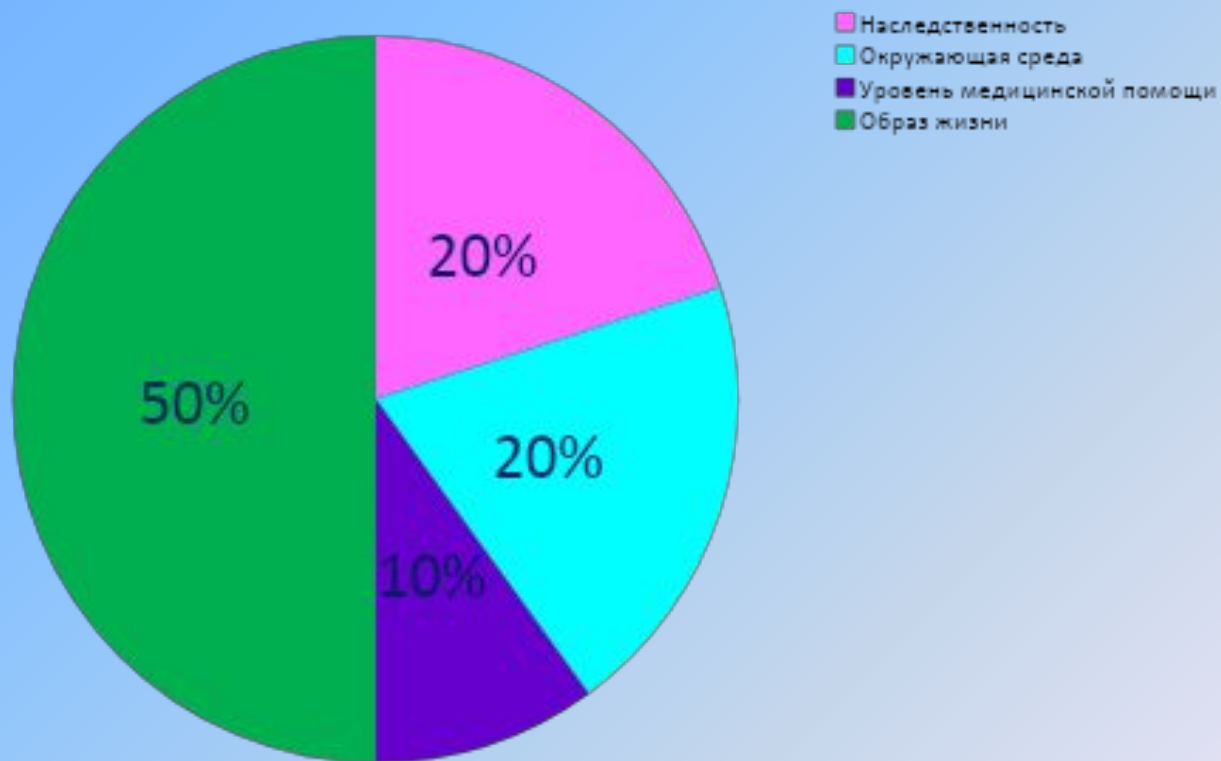
# «Здоровьесберегающая организация учебно- воспитательного процесса»



В мире есть две абсолютные  
ценности:  
чистая совесть и



# Факторы влияющие на состояние здоровья:



Директор Научного Центра здоровья детей РАМН, академик А.А.Баранов заявляет: «Состояние здоровья детей в настоящее время следует рассматривать как угрожающее национальной безопасности страны».



**Объект исследования:**  
образовательный процесс в начальной школе.

**Предмет исследования:**  
здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе.



# Что такое здоровье?

Здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия человека, а не только отсутствие болезней и физических недостатков.

определение Всемирной  
Организации  
Здравоохранения (1948г.)



# Факторы здоровья:

- Факторы физического здоровья: система питания, дыхания, физических нагрузок, закаливание, гигиенические процедуры;
- Факторы психического здоровья: система отношений человека к себе, другим людям, жизни в целом; его жизни цели и ценности, личностные особенности;
- Факторы социального здоровья: соответствие личностного и профессионального самоопределения, удовлетворенность семейным и социальным статусом,
- Факторы духовного здоровья как предназначения жизни: высокая нравственность, осмысленность и наполненность жизни, творческие отношения и гармония с собой и окружающим миром, Любовь и Вера.

# Компоненты Здорового образа

## ЖИЗНИ:

- система питания;
- система дыхания;
- система физических нагрузок;
- закаливание;
- гигиенические процедуры;
- режим работы, отдыха и сна;
- применение немедикаментозных средств оздоровления (в том числе общий и точечный массаж);
- общение с природой.





# Факторы риска здоровью:

- стрессовая педагогическая тактика;
- интенсификация учебного процесса;
- несоответствие методик и технологий обучения возрастным и функциональным возможностям школьников;
- нерациональная организация учебной деятельности (в том числе физкультурно-оздоровительной работы);
- низкая грамотность педагогов и родителей в вопросах охраны и укрепления здоровья.





МОУ СОШ № 67  
Кировского  
района  
г. Саратова  
4 «Б» класс

# Анкета

Школа \_\_\_\_\_ Класс \_\_\_\_\_ Дата заполнения \_\_\_\_\_

Фамилия \_\_\_\_\_ Имя \_\_\_\_\_ Возраст \_\_\_\_\_

Вопрос	Варианты ответа	
1. Представь, что ты приехал в летний лагерь. Твой лучший друг, который приехал вместе с тобой, забыл дома сумку с вещами и просит помочь. Отметь, какими из перечисленных предметов не стоит делиться даже с лучшим другом.	Мыло	
	Зубная щетка	
	Полотенце для рук	
	Мочалка	
	Зубная паста	
	Шампунь	
	Тапочки	
	Полотенце для тела	
2. На дверях столовой вывесили два расписания приёма пищи: одно из них правильное, а другое содержит ошибки. Отметь правильное расписание.	Завтрак 8:00 Обед 13:00 Полдник 16:00 Ужин 19:00	
	Завтрак 9:00 Обед 15:00 Полдник 18:00 Ужин 21:00	
3. Оля, Вера и Таня не могут решить, сколько раз в день нужно чистить зубы. Как ты думаешь, кто из девочек прав? Отметь этот ответ, который тебе показался верным.	Оля: «Зубы нужно чистить по вечерам, чтобы удалить изо рта все скопившиеся за день остатки пищи».	
	Таня: «Зубы нужно чистить утром и вечером».	
	Вера: «Зубы нужно чистить по утрам, чтобы дыхание было свежим весь день».	
4. Тебя назначили дежурным. Тебе нужно проследить за тем, как соблюдаются правила гигиены твоими друзьями. Отметь, в каких случаях ты посоветуешь им вымыть руки.	Перед чтением книги	
	Перед посещением туалета	
	После посещения туалета	
	После того, как заправил постель	
	Перед едой	
	Перед тем как идешь гулять	
	После игры в баскетбол	
После того, как поиграл с кошкой или собакой		
5. Как часто посоветуешь своим друзьям принимать душ? Отметь.	Каждый день	
	Два-три раза в неделю	
	1 раз в неделю	
6. Твой товарищ поранил палец. Что ты ему посоветуешь? Отметь.	Положить палец в рот	
	Подставить палец под кран с холодной водой	
	Намазать ранку йодом и накрыть чистой салфеткой	
	Помазать кожу вокруг ранки йодом и накрыть чистой салфеткой	

Фамилия Имя	Показатель А	Показатель В	Показатель С	Показатель D	Общая сумма баллов
1. Абдряшитова Алена	2	4	4	0	10
2. Агаджанян Сергей	4	4	10	4	22
3. Аганесян Диана	4	4	8	0	16
4. Дмитриева Полина	2	4	4	0	10
5. Исламов Эльмир	8	4	14	4	30
6. Кароян Алина	4	4	10	0	18
7. Киреев Александр	4	4	10	4	22
8. Кобзева Екатерина	8	4	16	6	34
9. Костин Сергей	4	4	12	4	24
10. Кузьмин Никита	6	4	14	4	28
11. Маланичев Сергей	2	4	6	0	12
12. Судариков Вячеслав	4	4	10	6	24
13. Трахова Карина	4	4	12	4	24
14. Трунов Виталий	8	4	16	4	32
15. Федорина Галина	6	4	6	0	16
16. Фомин Семен	6	4	8	0	18
17. Хачатуров Давид	4	4	6	0	14
18. Шикин Степан	2	4	10	4	20
19. Щербаков Эрнст	4	4	14	4	26
20. Щетинина Злата	6	4	14	4	28
21. Юсупов Руслан	6	4	12	0	22
Средний суммарный балл					21,5

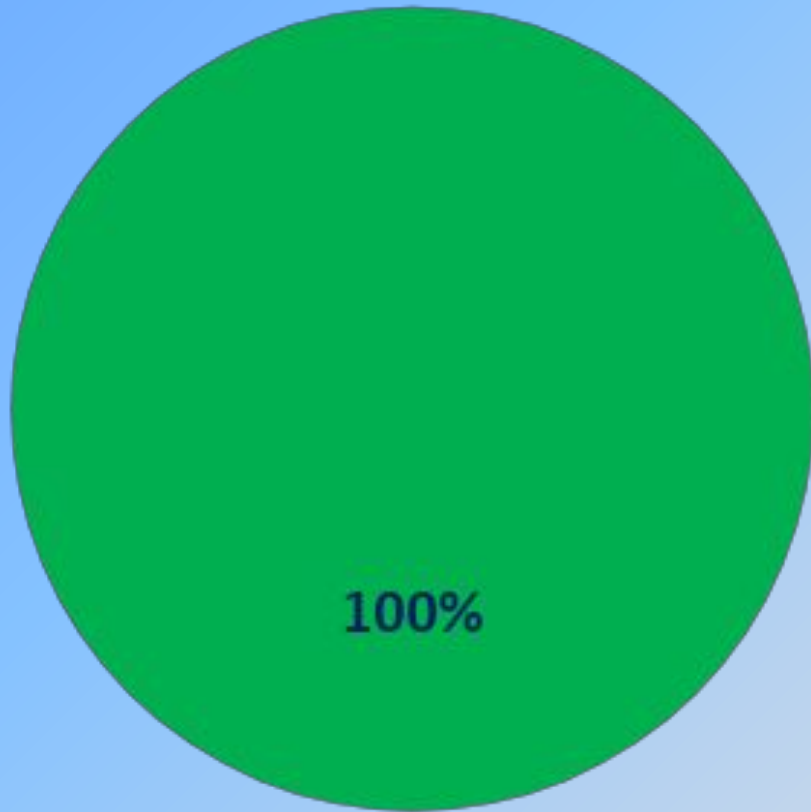
# Показатель А

## Знание правил пользования личной гигиены



# Показатель В

## Организация режима питания



- осведомлены
- неосведомлены

# Показатель С

## Знания правил гигиены



# Показатель D

## Правила оказания первой медицинской помощи





# Конечный подсчет результатов





«Путешествие по городу  
Здоровячков»



«Профилактика ЗОЖ»

«Волшебная скорая  
Помощь»



# Азбука здоровья

**В –**

**Д –**

**З –**

**К –**

**Л –**

**П –**

**Т –**

**У –**

**Ш –**

1.М	о	р	к	о	В	ь
-----	---	---	---	---	---	---

		2.р	е	д	И	с
--	--	-----	---	---	---	---

3.к	а	п	у	с	Т	а
-----	---	---	---	---	---	---

				4.А	р	б	у	з
--	--	--	--	-----	---	---	---	---

		5.п	о	М	и	д	о	р
--	--	-----	---	---	---	---	---	---

			6.л	И	м	о	н
--	--	--	-----	---	---	---	---

7.х	р	е	Н				
-----	---	---	---	--	--	--	--

		8.Т	Ы	к	в	а
--	--	-----	---	---	---	---



# Важнейшее условие формирования здорового образа жизни школьника: насыщенная интересная и увлекательная жизнь в образовательном учреждении

