

Здоровьесберегающие технологии в начальной школе.

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

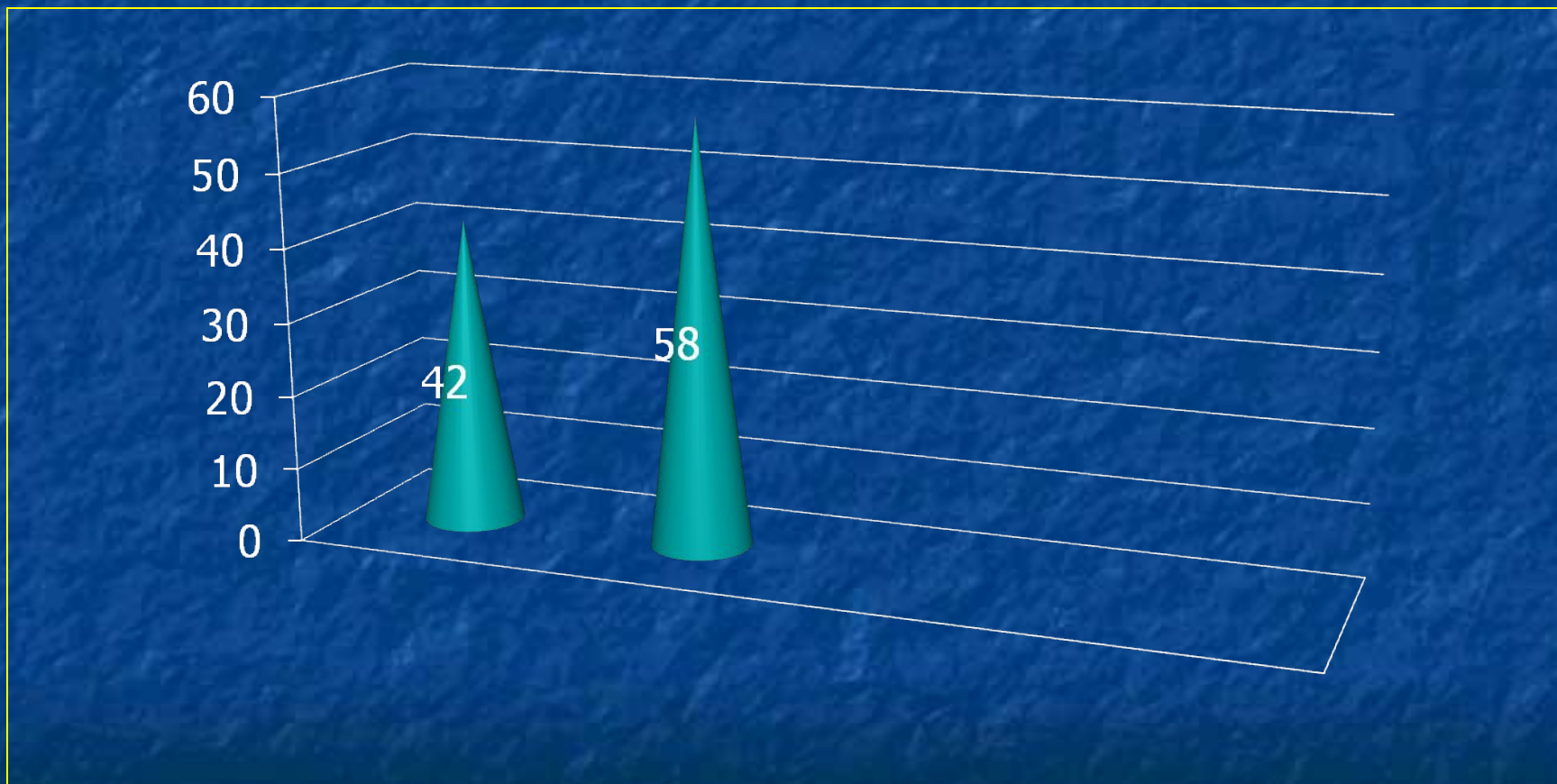
И. Брехман.

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 общеразвивающие упражнения на уроках, активные перемены, индивидуальные и групповые оздоровительные упражнения в спортивном зале.

Использование ароматотерапии

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 работоспособность детей в каждый из дней, каждый из уроков и трудность предметов.

Профилактика и коррекция нарушения зрения

Проводится гимнастика для глаз

Психогимнастика

Игровые упражнения направлены на совершенствование 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).

Воспитание
культуры
поведения

Физическая
культура
и спорт

**Формирование
навыков
здорового образа
жизни**

Учебно-
воспитательная
работа

Оздоровительные
мероприятия

Внедрение
новых
технологий

Работа с
родителями

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!**