

« Формирование культуры здоровья младших ШКОЛЬНИКОВ».



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

- учет особенностей учащихся (изучение и понимание человека);*
- создание благоприятного психологического фона на занятии;*
- использование приемов, способствующих появлению и сохранению интереса к изучаемому материалу;*
- создание условий для самовыражения учащихся; инициацию разнообразных видов деятельности;*
- предупреждение гиподинамии.*

Приводит к

- предотвращению усталости и утомляемости;*
- повышению мотивации к учебной и внеучебной деятельности;*
- прирост 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 его 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**