

НОО СПО НП

«Тульский техникум экономики, финансов и информатики»

Выступление на родительском собрании

Тема: «Формирование здорового образа жизни студентов»

Подготовлен:

классным руководителем

И.А.Слинко

2015

Форма проведения: доклад

Подготовка: *опрос и анкетирование студентов, анализ опроса и анкет*

На доске написана фраза: *«Успешной и востребованной будет та школа, которая обеспечит здоровье детей, использует здоровьесберегающие педагогические технологии»*

В.Н.Касаткин

Проблемы здоровья населения России, в частности, здоровья подрастающего поколения, являются причиной для беспокойства, как государственных организаций, так и общества, самих граждан. Стратегические направления государственной политики в области сохранения здоровья подрастающего поколения регламентируются федеральным и региональными законами «Об образовании», Семейным кодексом Российской Федерации, «Основами законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан», другими нормативными правовыми актами, определяющими роль родителей, образовательного учреждения, самих подростков в сохранении и укреплении их здоровья.

Охрану здоровья детей можно назвать приоритетным направлением деятельности всего общества, поскольку лишь здоровые дети в состоянии должным образом усваивать полученные знания и в будущем способны заниматься производительно-полезным трудом.

Существует более 300 определений понятия «здоровье». Согласно определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.

Различают:

- Физическое здоровье
- Психическое здоровье
- Социальное здоровье
- Нравственное здоровье
- Духовное здоровье

Здоровье зависит:

- на 20% - от окружающей среды
- на 20% - от наследственных факторов
- на 10% - от медицинского обслуживания
- на 50% - от образа жизни

Здоровый образ жизни объединяет все, что способствует выполнению человеком профессиональных, общественных, семейных и бытовых функций в оптимальных для здоровья условиях и определяет направленность усилий личности в сохранении и укреплении индивидуального и общественного здоровья.

Здоровый образ жизни:

- благоприятное социальное окружение;
- духовно-нравственное благополучие;
- оптимальный двигательный режим (культура движений);
- закаливание организма;
- рациональное питание;
- личная гигиена;
- отказ от вредных пристрастий (курение, употребление алкогольных напитков, наркотических веществ);
- положительные эмоции.

Приведенные характеристики позволяют сделать вывод, что культура здорового образа жизни личности - это часть общей культуры человека, которая отражает его системное и динамическое состояние, обусловленное определенным уровнем специальных знаний, физической культуры, социально-духовных ценностей, приобретенных в результате воспитания и самовоспитания, образования и самообразования.

Здоровьесберегающие педагогические технологии должны обеспечить развитие природных способностей ребенка: его ума,

нравственных и эстетических чувств, потребности в деятельности, овладении первоначальным опытом общения с людьми, природой, искусством.

Здоровьесберегающая технология - это:

- условия обучения ребенка в ОУ (отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания);
- рациональная организация учебного процесса (в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями);
- соответствие учебной и физической нагрузки возрастным возможностям ребенка;
- необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим.

В нашем ОУ существует система мероприятий, целью которых является активизация у студентов процесса формирования навыков здорового и безопасного образа жизни, ценностного отношения к своему здоровью, неприятие алкоголя, табака, наркотиков, отрицательного отношения к распространению и употреблению других психоактивных веществ.

Типы технологий, реализуемых в нашем образовательном учреждении:

- Здоровьесберегающие (профилактические прививки, витаминизация)
- Оздоровительные (физическая подготовка, физкультминутки и подвижные перемены, гимнастика)
- Межведомственное взаимодействие по вопросам формирования здорового образа жизни (*медицина, Госнаркоконтроль, Полиция, пожарная охрана, ГИБДД и др.*)
- Навыки безопасного (для здоровья личности) поведения в различных жизненных ситуациях

- Технологии обучения здоровью (включение соответствующих тем в предметы общеобразовательного цикла)
- Воспитание культуры здоровья
- Работа спортивных секций