

Здоровьесберегающие ТЕХНОЛОГИИ В ШКОЛЕ



5 компонентов здоровьесбережения

- Здоровая окружающая среда
- Рациональное питание
- Качественное медицинское обслуживание
- Систематическое распространение знаний о здоровье
- Взаимодействие школы и социума в вопросах сохранения здоровья

Их здоровье в наших руках.



Школы, содействующие здоровью

- 1. Системность мероприятий, направленных на укрепление здоровья (тесная связь всех педагогических и медицинских сотрудников школы);
- 2. Учебный процесс организован разумно и природосообразно (расписание, нагрузки-соответствуют возрастным особенностям).

Создать школу здоровья- БОЛЬШОЙ ТРУД!



3-х компонентная модель школы, содействующей здоровью:

- 1. Ориентация в поведении на укрепление здоровья;
- 2. Школьная медицинская служба проводит раннюю профилактику и идентификацию;
- 3. Здоровая школьная среда: безопасное питание, соблюдение санитарных норм, здоровый психологический климат.

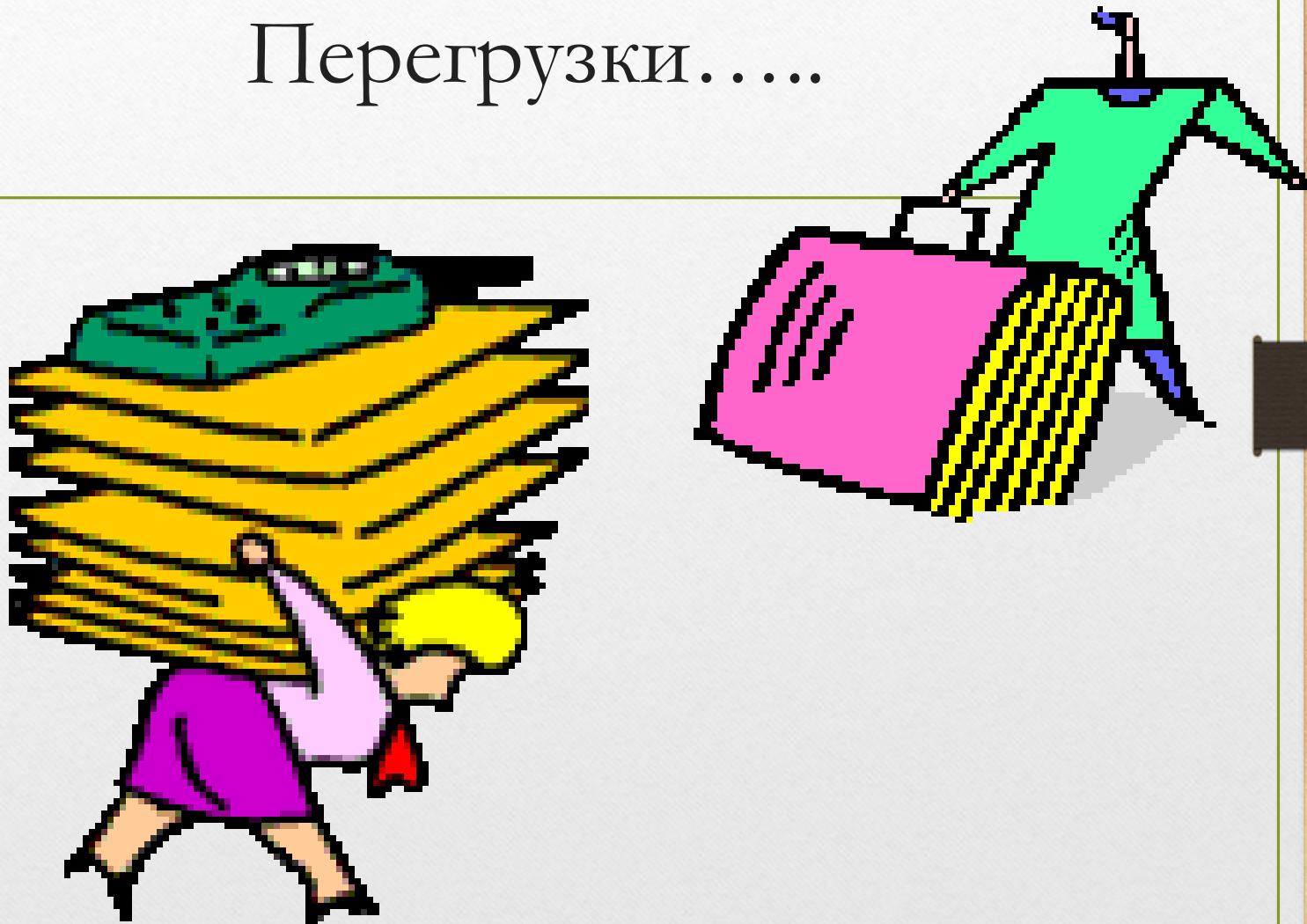
С чем мы боремся?

- Школьные факторы риска:
 1. Стрессовая педагогическая методика (крик)
 2. Интенсификация образования (большие нагрузки)
 3. Несоответствие методик обучения возрастным особенностям;



- Преждевременное начало систематического обучения;
- Несоблюдение физиологических и гигиенических требований в учебном процессе;
- Неграмотность педагогов в вопросах здоровьесбережения школьников;

Перегрузки.....

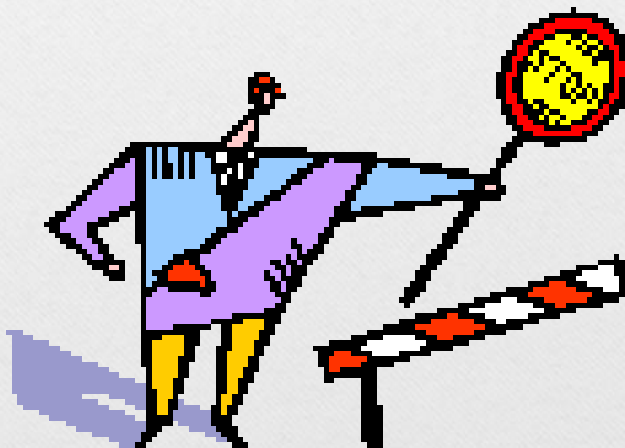


- Массовая безграмотность родителей в вопросах здоровьесбережения детей;
- Недостаточная развитость системы физического воспитания детей;
- Отсутствие системы работы по формированию ценностей здоровья;

ОПАСНОСТЬ школьных факторов риска:

- Действуют в период интенсивного роста;
- Действуют комплексно и системно;
- Действуют длительно (9-11 лет);
- Негативные последствия аккумулируются, переходят в выраженную патологию;

- Низкий уровень физического и психического здоровья школьников- ПРЕПЯТСТВИЕ на пути модернизации Российского образования!

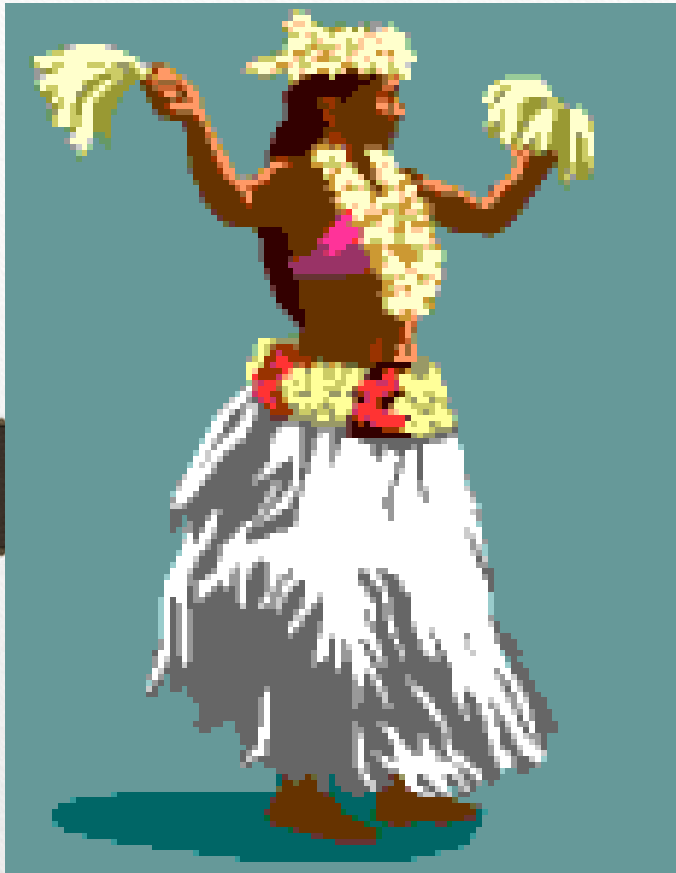


Мероприятия по сохранению и укреплению здоровья школьников:

- Давать ученикам реальную нагрузку;
- Использовать эффективные методы обучения;
- Повышать качество занятий физической культурой;
- Проводить мониторинг состояния здоровья школьников;

- Улучшать организацию питания;
 - Рационализировать досуговую деятельность, каникулярное время и летний отдых обучающихся.
-





Что нам мешает?

- Низкий уровень познавательной активности ребят;
- Низкий уровень мотивации учебной деятельности;
- Неустойчивость эмоциональной сферы;
- Высокий уровень тревожности подростков;
- Несформированность навыков общения.

Первые шаги по созданию школы здоровья:

- Создание благоприятного психологического климата;
- Применение лично-значимых методов работы;
- Индивидуальные задания разных типов и уровней;
- Индивидуальный темп учебной деятельности; смена видов деятельности.



Анализ урока с позиции здоровьесбережения:

Количество видов учебной деятельности(4-7);

Продолжительность 1 вида деятельность- 10 минут;

Количество видов преподавания- не менее 3;

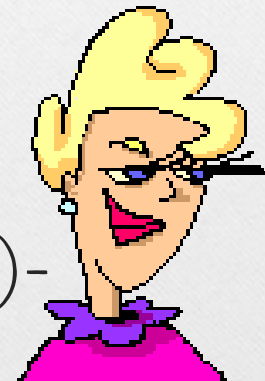
Чередование видов преподавания-через 10-15 мин.;

Наличие метода свободного выбора действий;

- Активные методы обучения (игра, исследование, обсуждение и т.д.);
- Применение ТСО;
- Чередование поз учащихся (следить за осанкой);
- Наличие оздоровительных моментов на уроке (физкультминутки, динамические паузы, релаксация, гимнастика для глаз и т.д.);

- Наличие в содержательной части урока вопросов о здоровье;
- Наличие мотивации деятельности учащихся (похвала, поддержка, соревновательный момент);
- Позитивный психологический климат на уроке (сотрудничество, дружелюбие, взаимопонимание);

- Наличие эмоциональных разрядок на уроке (шутка, отвлеченная короткая беседа и т.д.)
- Плотность урока- 60%;
- В момент наступления
- утомляемости (падение внимания)- пауза;



-
- Спокойное завершение урока, без суеты, комментарии домашнего задания;
 - НЕЛЬЗЯ задерживать учеников после звонка на перемену!
 - Перемена- ЭТО ВРЕМЯ ИХ ЗАКОННОГО ОТДЫХА!

Ура! Перемена!!!!!!!



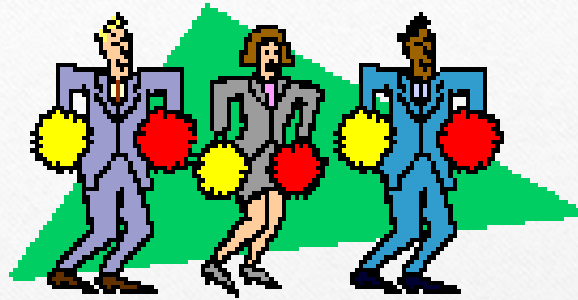
Формы и методы здоровьесбережения в ОУ

- Неудовлетворительное состояние внутришкольной среды ----

Мониторинг состояния помещения, школьной мебели, оборудования;

- Нерациональная организация учебного процесса ----

Гибкое чередование учебной и не учебной деятельности, гибкое моделирование образовательной траектории;

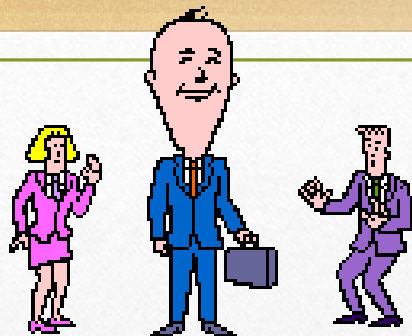


- Низкая двигательная активность----

Включение в режим учебного процесса
динамических минуток;

Неадекватные приемы и методы преподавания-

Гибкие формы обучения, индивидуальный
ПОДХОД;



Стрессовые ситуации на уроке-----

Ценностная система воспитания, система
дополнительного образования;

Нарушение здоровья учащихся -----

Физкультурная работа, лечебные процедуры;



- Отсутствие культуры здоровья-----

Лекции, беседы, просветительская работа с родителями и учениками.



Мы за них в ответе.

