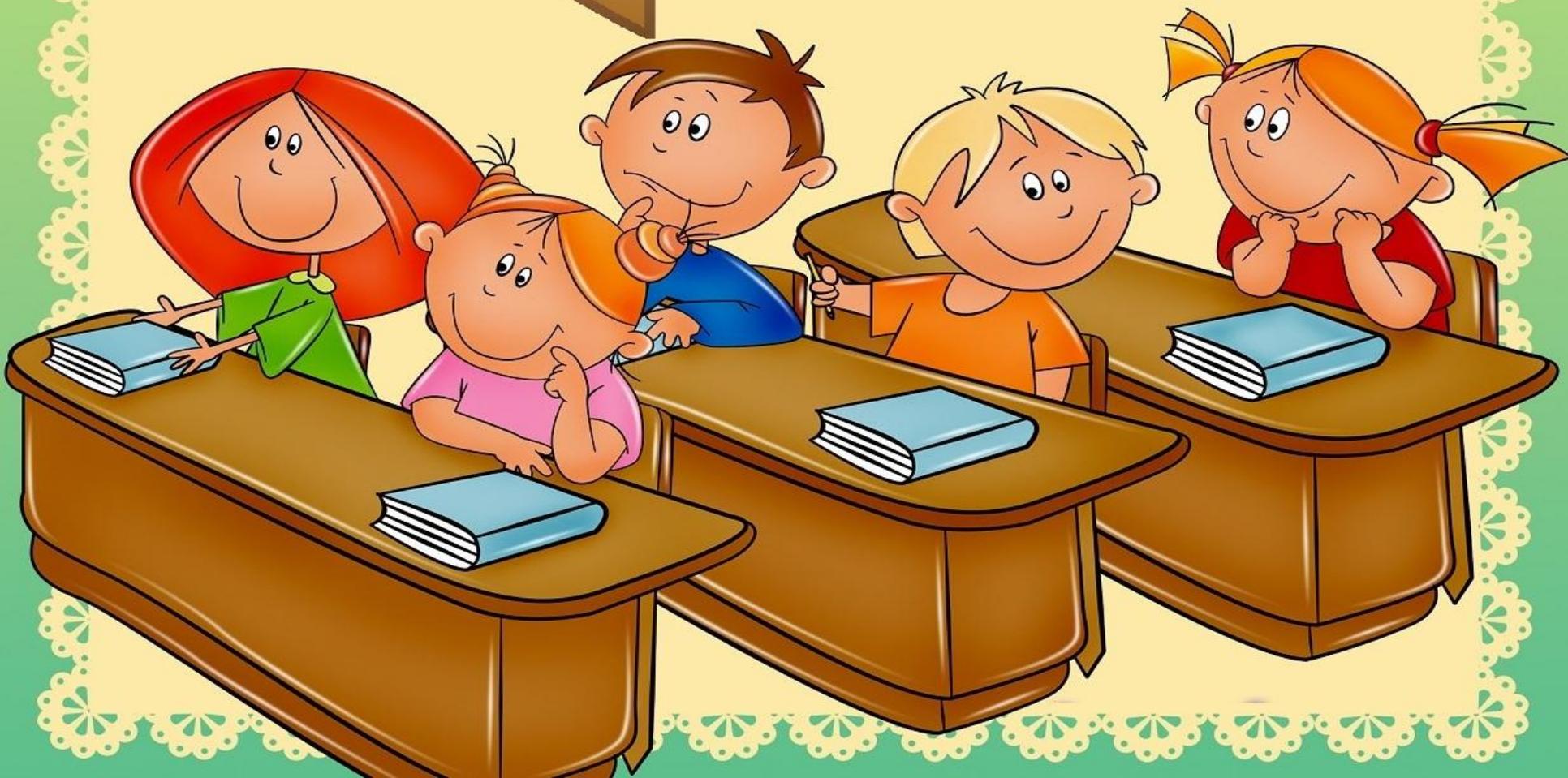


Оздоровительные технологии в образовательном процессе



МОУ ООШ посёлка Восточный



Подготовили учителя начальных классов:

Селютина Ирина Юрьевна

Чечёноква Ольга Владимировна

*Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 августа 2000 года, была одобрена Концепция охраны здоровья населения, **было рекомендовано** при планировании и осуществлении мероприятий по вопросам сохранения здоровья населения руководствоваться положениями «Концепции охраны здоровья населения Российской Федерации».*

В Саратовской области, была разработана региональная программа «Основы здорового образа жизни».

Цели регионального курса «Основы здорового образа жизни»: формирование личности, способной реализовать себя максимально эффективно в современном мире, творчески относящейся к возникающим проблемам, владеющей навыками саморегуляции и безопасного поведения.

В процессе реализации программы должны быть сформированы:

- 1. научное понимание сущности здоровья и здорового образа жизни;
- 2. отношение к здоровью как к ценности;
- 3. целостное представление о человеке;
- 4. навыки управления своим здоровьем;
- 5. знания в области профилактики вредных привычек и зависимостей, а также различных заболеваний, понимание сущности этих явлений;
- 6. навыки оказания первой медицинской помощи;
- 7. культура межличностных отношений;
- 8. навыки безопасного (для здоровья личности) поведения в различных жизненных ситуациях;
- 9. стратегии и технологии саморазвития.

1. Основные приоритеты для педагогики оздоровления следующие:

1. Здоровый ребенок - практически достижимая норма детского развития.
2. Оздоровление - не совокупность лечебно-профилактических мер, а форма развития психофизических возможностей детей.
3. Индивидуально - дифференцированный подход - основное средство оздоровительно-развивающей работы с учащимися

2. Актуальность применения здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе.

**Потребность человека, общества и
государства в здоровьесберегающем
образовании.**

3. Основные вопросы по здоровьесберегающим направлениям, которые изучает учитель:

1. Организация урока в условиях здоровьесберегающей технологии.
2. Физкультминутки на уроках в начальной школе.
3. Работа по предупреждению утомляемости глаз на уроках.
4. Роль семьи в формировании у младших школьников здорового образа жизни.
5. Организация учебно-воспитательного процесса в режиме профилактики и охраны психологического здоровья младших школьников.
6. Экспресс-диагностика – основной показатель здоровьесберегающих технологий

4. Основные требования к качественному уроку в условиях здоровьесберегающей педагогики:

1. Построение урока на основе закономерностей учебно-воспитательного процесса с использованием последних достижений передовой педагогической практики с учётом вопросов здоровьесбережения.
2. Реализация на уроке в оптимальном соотношении принципов и методов как общедидактических, так и специфических.
3. Обеспечение необходимых условий для продуктивной познавательной деятельности учащихся с учётом их состояния здоровья, особенностей развития, интересов, наклонностей и потребностей.
4. Установление межпредметных связей, осознаваемых учащимися, осуществление связи с ранее изученными знаниями и умениями.
5. Активизация развития всех сфер личности учащихся.

6. Логичность и эмоциональность всех этапов учебно-воспитательной деятельности.
7. Эффективное использование педагогических средств здоровьесберегающих образовательных технологий (физкультминуток, подвижных игр).
8. Формирование практически необходимых знаний, умений, навыков, рациональных приёмов мышления и деятельности.
9. Обеспечение вариативного использования правил здорового образа жизни в зависимости от конкретных условий проведения урока.
10. Формирование умения учиться, заботясь о своём здоровье.
11. Тщательная диагностика, прогнозирование, проектирование и контроль каждого урока с учётом особенностей развития учащихся.

Некоторые не менее важные этапы

1. условия проведения урока
2. профилактика зрительных функций
3. проведение физкультминуток для глаз
4. электронные физкультминутки
5. формирование ЗОЖ во



Работа с родителями

1. Привлечение родителей к обучению детей здоровому образу жизни (проведение тематических родительских собраний и конференций, в том числе и с приглашением специалистов; индивидуальные беседы, приглашения на открытые уроки и классные часы, инструктажи по организации закаливания в семье и т.д.).
2. Привлечение родителей к проведению **мониторинга состояния здоровья детей.**
3. Приучение школьников (сначала с помощью родителей, а затем – самостоятельно) к самонаблюдениям и самоконтролю за своим здоровьем.
4. Привлечение родителей к участию в проектной деятельности (проекты «Конструируем ростомер», «Мой паспорт здоровья» и т.д.)
5. Участие в конкурсах и выставках (поделок, стихотворений, плакатов «Будь независимым, скажи наркотикам «НЕТ», «Разговор о правильном питании»).
6. Организация досуга учащихся и собственного (дни здоровья, соревнования, помощь в проведении мероприятий летнего оздоровительного лагеря).
7. Проведение совместных праздников («Папа, мама, я – спортивная семья»).

Развитие практических умений

- 1) пользование измерительными приборами (весы, тонометр и т.д.);
- 2) сравнение полученных показаний с нормативными показателями;
- 3) составление рационального режима дня;
- 4) организация правильного питания;
- 5) выполнение в семье утренней зарядки и комплексов упражнений для коррекции осанки, зрения и т.д.
- 6) проведение профилактических мероприятий в осенне-зимний период (витаминация, закаливание).



Исследования на уроках окружающего мира

1. Изготовление дидактических пособий и моделей на уроках
2. Выпуск буклетов о правильном питании
3. Участие в проектах о здоровом образе жизни

Психологическое здоровье

- 1. самосознание, образ «Я», адекватный полу и возрасту, позитивное самоотношение; самооценка, соответствующая возрасту;
- 2. принятие личной ответственности за свои поступки, здоровье, деятельность, жизнь;
- 3. психическая саморегуляция, самоконтроль, эмоциональное благополучие;
- 4. адекватная ориентировка в настоящем (во времени и месте), осознание своих эмоций, чувств, мыслей;
- 5. способность строить позитивные отношения с людьми, эффективно и конструктивно общаться;
- 6. адекватные возрасту психические процессы и психическая деятельность (воображение, внимание, память, мышление).

Пути организации образовательного пространства

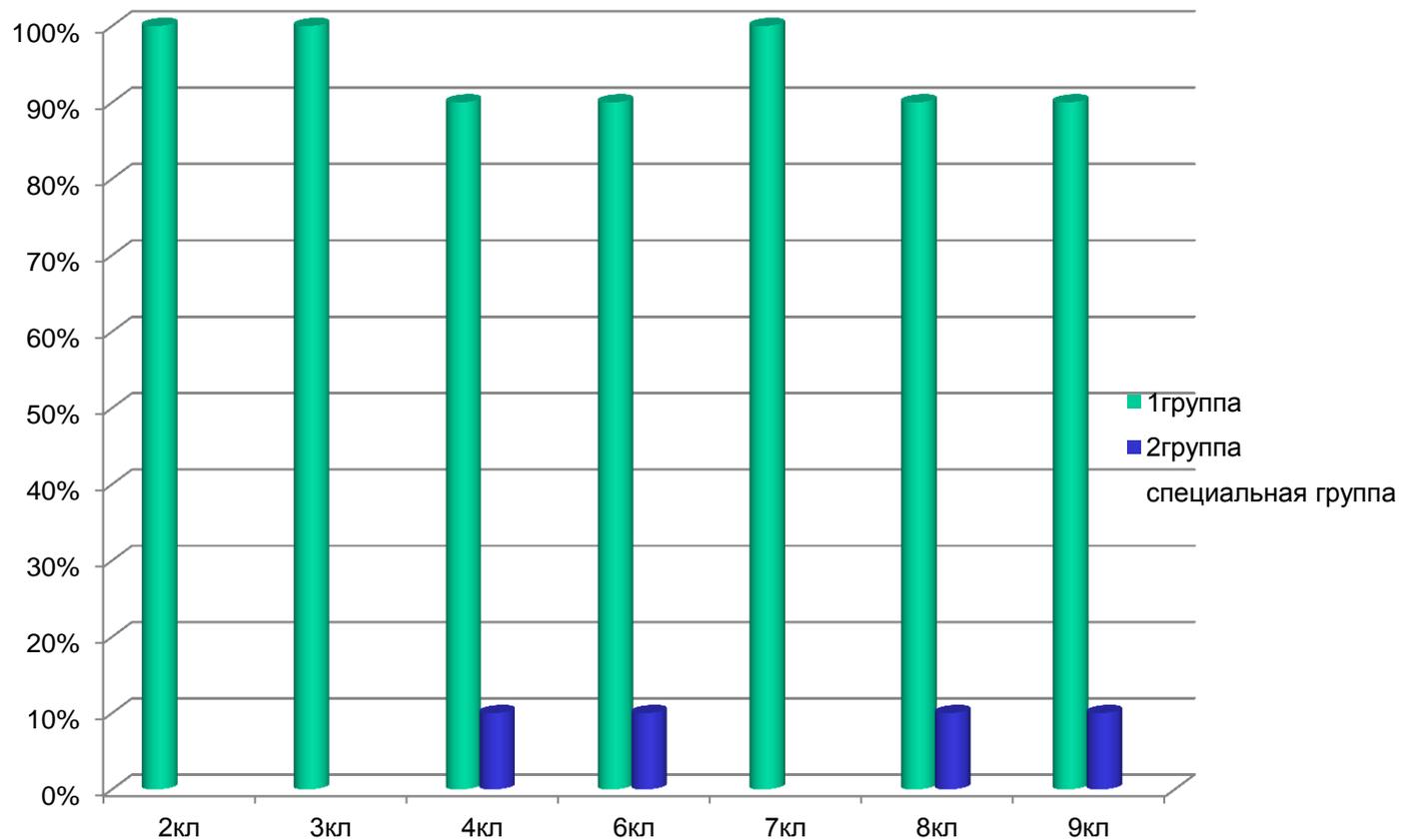
1. Разработка лекций для родителей.
2. Корректировка карты анализа урока с позиций здоровьесбережения.
3. Разработка рекомендаций по улучшению психологического климата в классе и предупреждению конфликтных ситуаций. (Ж. «Начальная школа» № 2, 2007, с.27 - 28)
4. Разработка правил оценочной безопасности. (Ж. «Начальная школа» № 2, 2007, с.27)
5. Внедрение технологий, направленных на сбережение психоэмоционального здоровья учащихся.
6. Реализация диагностических программ (мониторинг здоровья).

Внедрение ЗОЖ в нашей школе

Нами были поставлены задачи:

1. Учителям начальной школы спланировать и организовать работу по диагностике уровня ЗУН, по психологическому и здоровьесберегающему исследованию учащихся 1 – 4 классов.
2. Совместно с учителями – предметниками выработать единые требования к орфографическому режиму, согласовать нормы выставления оценок и требований к учащимся.
3. Подготовить пакет информационно-диагностических материалов по теме «Преимственность начального и среднего звена школы в условиях здоровьесберегающей педагогики» для методического кабинета школы.

Мониторинг здоровья



Мероприятия



Ожидаемые результаты

1. Повышение теоретической и практической подготовки учителей к решению проблемы преемственности.
2. Создание методического обеспечения для проведения психолого-педагогической диагностики учащихся и мониторинга здоровья.
3. Повышение уровня успеваемости учащихся 4 классов.
4. Сокращение периода адаптации учащихся без ущерба для их физического и психического здоровья.

Информационно- диагностические материалы сгруппировать по разделам

1. Мониторинг здоровья и адаптации учащихся.
2. Рациональная организация учебного процесса.
3. психолого-педагогический мониторинг учащихся.

ВЫВОД:

Изученный опыт показывает, что использование здоровьесберегающих технологий в учебном процессе позволяет учащимся более успешно адаптироваться в образовательном и социальном пространстве, раскрыть свои творческие способности, а учителю эффективно проводить профилактику асоциального поведения, активнее приобщать родителей школьников к работе по укреплению и сохранению здоровья детей. Внедрение в обучение здоровьесберегающих технологий ведёт к снижению показателей заболеваемости детей, улучшению психологического климата в детском коллективе. Учителю, освоившему эти технологии, легче и интереснее работать, поскольку исчезает проблема учебной дисциплины, происходит раскрепощение учителя, открывается простор для его педагогического творчества.

Литература для изучения:

Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. 1 – 4 классы. М.: «ВАКО», 2004

Методические рекомендации по интеграции программы «Основы здорового образа жизни» в учебно-воспитательный процесс образовательного учреждения. - Саратовский институт повышения квалификации и переподготовки работников образования. САРАТОВ 2003(<http://health.best-host.ru>

Павлова М.А. Здоровый образ жизни: что такое психическое здоровье.САРАТОВ 2003 (<http://health.best-host.ru>

Приказ Министерства Образования Саратовской области №54 от 03.08.01 "О введении региональной программы "Основы здорового образа жизни"

Журналы Начальная школа за 2004-2010 годы

Сайты:

<http://www.proshkolu.ru/>

<http://standart.edu.ru>

<http://www.openclass.ru/>

<http://zankov.ru/magazine/>

<http://nayrok.ru>

/



Спасибо за внимание!