

Пояснительная записка.

*« У кого есть здоровье – у того есть надежда,
у кого есть надежда – у того есть всё».*

Эта восточная мудрость определяет два самых главных принципа, на которых строится основа человеческого бытия:

1) здоровье было, есть и будет значимой ценностью вне зависимости от времени, места и общественного уклада жизни, т.к. дает предпосылки к развитию души и тела.

2) здоровье является высшей ценностью общества, т.к. качество человеческой жизни есть достояние не только отдельно взятой личности, но и общества в целом.

В последнее время особо остро встал вопрос о здоровье школьников.

«Формируя мотивацию на здоровье, мы способствуем привитию психологии здорового образа жизни» (Е. Чепурных, заместитель министра образования).

Создание в образовательных учреждениях социально-психологической образовательной среды, ориентированной на укрепление здоровья (создание системы), возможно путём применения здоровьесберегающих технологий. При этом необходим определённый уровень информированности в этом вопросе всех субъектов образовательного процесса.

Большинство авторов придерживается мнения, что *здоровьесберегающие технологии* – это совокупность методов, применяемых педагогом (учителем, воспитателем) в обучении направленных на сохранение здоровья ученика и учителя.

Не секрет, что значительную часть учебного времени дети проводят в классах и учебных помещениях. Учебно-воспитательный процесс более продуктивен и менее утомителен, если школьные помещения отвечают всем санитарно-гигиеническим требованиям. Несоблюдение нормативных требований влечет за собой снижение трудоспособности. Развитие процессов утомления и переутомления, близорукости, малокровия, вредно отражается на состоянии здоровья учащихся, на уровень их знаний.

Как обучать здоровью?

Обучение здоровью предполагает не только предоставление информации о фактах, которые оказывают влияние на здоровье, но и формирование навыков по сохранению здоровья в доступной для учащегося форме.

Обучение здоровью в учреждениях образования надо строить по следующим принципам:

- основам ЗОЖ нельзя учить отвлечённо, абстрагировано;
- необходимо учитывать собственный опыт детей;
- максимально использовать детский потенциал и готовность детей к восприятию этих знаний, а также их готовность к собственным действиям в защиту здоровья;

- в процессе обучения всячески побуждать и поддерживать детскую инициативу в помощи здоровью;
- учителя должны быть не проводниками этих знаний, а их носителями. Только тогда дети будут относиться с доверием ко всему тому, что хотят им передать.

Элективный курс «Исследование и оценка санитарно-гигиенического режима общеобразовательного учреждения» предлагается учащимся 9-х классов, заинтересовавшимся данной темой. Занятия рассчитаны на 1 час в неделю согласно представленному плану (8 - 9 недель). При этом учащиеся готовятся к следующему занятию самостоятельно, делают доклады, проводят часть исследований.

Цель: формирование у детей необходимости создания здоровьесберегающей среды в окружающем их жизненном пространстве.

Задачи:

- дать детям инструмент для исследования и оценки состояния окружающей среды на примере школьного кабинета;
- активно влиять на окружающую среду;
- собрать базу данных для оценки санитарно-гигиенического режима кабинета (нормы, таблицы).

Программа основана на знаниях тем, изученных в основной школе: «Физические величины. Их измерение. Точность измерений и вычислений», «Атмосферное давление. Барометр», «Температура», «Виды теплообмена», «Световые явления». Если тема «Влажность. Способы определения влажности воздуха» не изучалась в курсе «Физика. Астрономия-8» А.А. Пинского, то она подробно рассматривается в элективном курсе.

Формы работы – активное исследование, семинары, доклады.

Ожидаемые результаты обучения:

- формирование практических навыков исследования микроклимата, освещённости помещения;
- расширение знаний учащихся за пределы программы;
- осознанная активность учащихся, направленная на сохранение и укрепление здоровья, приобщение их к здоровому образу жизни.

Формы контроля достижения результата:

- протоколы
- схемы
- доклады

Как продолжение этой темы может быть предложено написание рефератов, расчёт нормативов для нестандартных классов (на 4 окна), более углубленное исследование кабинета информатики, а также проблемы заинтересовавшие учеников.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ РАБОТЫ ПО
ИССЛЕДОВАНИЮ САНИТАРНО – ГИГИЕНИЧЕСКОГО
РЕЖИМА КЛАССНЫХ КОМНАТ.**

- | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Занятие 1. О здоровом образе жизни.
Организационное собрание. Утверждение плана работы. | 1ч |
| Занятие 2. Методика исследования санитарно-
гигиенического режима классной комнаты. | 2ч |
| Занятие 3. Гигиеническая оценка микроклимата класса. | 1ч |
| Занятие 4. Гигиеническая оценка освещенности класса
(естественная освещенность). | 1ч |
| Занятие 5. Гигиеническая оценка освещенности класса
(искусственная освещенность). | 1ч |
| Занятие 6. Оформление протоколов исследования. | 2ч |
| Занятие 7. Итоговая конференция по теме «Оценка
санитарно-гигиенического режима общеобразовательного
учреждения». | 1ч |