**МОУ Климоуцевская СОШ**

**Методический совет**

**Организация учебно-воспитательной работы школы
по формированию здорового образа жизни
и укреплению здоровья учащихся**

*Цель:* провести системный анализ педагогической деятельности по формированию здорового образа жизни и укреплению здоровья учащихся и определить пути и способы совершенствования работы в данном направлении.

***Задачи:*** 1) выявить и проанализировать состояние здоровья учащихся и педагогов;

2) изучить опыт работы учреждений образования России по использованию здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательном процессе;

3) разработать и коллективно обсудить положения о школьных конкурсах «Самый здоровый класс», «Спортсмен года»;

«Положение о здоровьесберегающем уроке»

4) определить возможности, условия и основные направления совершенствования педагогической деятельности по формированию здорового образа жизни обучающихся в школе.

***Участники:*** администрация, руководители МО

*Подготовка:*

1. Изучение научно-методической литературы по данной проблеме.

2. Проведение микроисследования состояния здоровья учащихся и педагогов.

3. Посещение уроков в 1–11-х классах с целью изучения практики применения здоровьесберегающих технологий на учебных занятиях.

4. Анализ работы школы по привитию навыков здорового образа жизни, укреплению здоровья обучающихся во внеклассной деятельности.

5. Подготовка информационных сообщений «Здоровьесберегающие технологии в учебном процессе», «Анализ проведения урока с позиций здоровьесбережения»

 6. Распечатка проектов положений о школьных конкурсах «Самый здоровый класс», «Спортсмен года», «Здоровьесберегающих урок»

**Ход методсовета**

**I. Вступительная часть. Краткое выступление директора школы Гаврилко Н.Н., в котором раскрывается замысел подготовки и проведения методсовета:**

 Целью нашего образовательного учреждения является развитие личности, способной заниматься самовоспитанием и самообразованием, найти свое место в жизни, творчески реализовать свои возможности. Достижение этого целевого ориентира предполагает создание в школе условий, необходимых для сохранения и укрепления здоровья учащихся.

 Результаты проведенного накануне методсовета микроисследования свидетельствуют о том, что третья часть учеников страдает хроническими заболеваниями. Главной причиной пропусков учебных занятий также являются проблемы со здоровьем учащихся. Чаще всего ученики пропускают занятия из-за респираторных и инфекционных заболеваний. Очевидна целесообразность более глубокого и детального рассмотрения педагогическим коллективом вопроса о влиянии учебно-воспитательного процесса на здоровье школьников.

Сохранению и укреплению здоровья учащихся способствуют следующие моменты в организации обучения и воспитания детей в нашей школе:

1) учет санитарно-гигиенических требований при составлении расписания учебной и внеучебной работы;

2) обязательные физкультминутки на уроках в начальной школе и в 5 классах;

3) нормализация учебной нагрузки учащихся;

4) организация горячего питания;

5) применение здоровьесберегающих технологий в учебном процессе.

Однако еще не все сделано для того, чтобы учебно-воспитательный процесс только положительно влиял на здоровье учащихся. Следует улучшить работу по формированию здорового образа жизни учащихся. На данном заседании методического совета нам предстоит осуществить системный анализ работы школы по сохранению и укреплению здоровья детей и наметить пути и способы совершенствования этой деятельности.

**II. Информационно-теоретическая часть**

**1. Выступление заместителя директора школы по учебно-воспитательной работе Пашкиной О.Ф.с сообщением по теме «Анализ проведения урока с позиций здоровьесбережения»**

В наше время все больше нам приходится осознавать, что к числу первоочередных задач относится задача охраны здоровья учащихся. Поскольку «ячейкой» образовательного процесса является урок, то и оценка его влияния на здоровье учащихся является наиболее важной частью общей оценки работы школы в этой сфере. Специфика оценки успешности работы школы, ее руководства и отдельных педагогов в формировании здоровьесберегающего образовательного пространства во многом состоит в умении выделить необходимые аспекты в привычных позициях урока. Итак, работая на уроке с учащимися целесообразно обратить внимание на следующие аспекты урока.

 **Гигиенические условия в классе (кабинете):** чистоту, температуру и свежесть воздуха, рациональность освещения класса и доски, наличие/отсутствие монотонных, неприятных звуковых раздражителей и т.п. Отметим, что утомляемость школьников и риск аллергических расстройств в немалой степени зависят от соблюдения этих простых условий.

 **Число видов учебной деятельности, используемых** **учителем**. Напомним, что к их числу относятся: опрос учащихся, письмо, чтение, слушание, рассказ, рассматривание наглядных пособий, ответы на вопросы, решение примеров, задач, практические занятия и др. Нормой считается 4–7 видов за урок. Однообразность урока способствует утомлению школьников, как это бывает, например, при выполнении контрольной работы. Вместе с тем необходимо помнить, что частые смены одной деятельности на другую требуют от учащихся дополнительных адаптационных усилий. Это также способствует росту утомляемости.

 **Средняя продолжительность и частота чередования** **различных видов учебной деятельности**. Ориентировочная норма – 7–10 минут.

 **Число использованных учителем видов преподавания:** словесный, наглядный, аудиовизуальный, самостоятельная работа и др. Норма – не менее трех за урок.

 **Чередование видов преподавания не позже чем через** **10–15 минут.**

 **Использование методов, способствующих активизации** **инициативы творческого самовыражения** учащихся, которые позволяют им реально превратиться из «потребителей знаний» в субъектов деятельности по их получению и созиданию. К таким методам относятся *методы свободного выбора* (свободная беседа, выбор действия, его способа, выбор приемов взаимодействия, свобода творчества и т.д.); *активные методы* (ученики в роли учителя, обучение действием, обсуждение в группах, ролевая игра, дискуссия, семинар, ученик как исследователь и др.); *методы, направленные на самопознание и развитие* (интеллекта, эмоций, общения, воображения, самооценки и взаимооценки) и др. Между творческой активизацией учеников на уроке и вероятностью появления у них непродуктивного утомления существует обратно пропорциональная связь. А хроническое утомление – это один из главных факторов истощения ресурсов здоровья школьников.

 **Позы учащихся и их чередование** в зависимости от характера выполняемой работы. Учителям необходимо помнить, что нарушения осанки формируются как раз в школе.

Механизм здоровьеразрушающего воздействия авторитарного учителя состоит, в частности, в том, что дети на его уроках избыточно напряжены. Они как бы постоянно находятся «на старте», в ожидании требований, упреков, приказов, окриков. Эта изматывающая ситуация не только резко повышает уровень невротизации школьников, но и губительно отражается на их характере. Поэтому психофизический комфорт учеников на уроке – это важнейшее условие предупреждения их утомления.

 **Физкультминутки и физкультпаузы,** которые сегодня являются обязательной составной частью урока. Необходимо обратить внимание на их содержание и продолжительность, а также на эмоциональный климат во время выполнения упражнений и наличие у школьников желания их выполнять.

 **Положительной оценки заслуживает включение в** **содержательную часть урока вопросов,** связанных со здоровьем и здоровым образом жизни; демонстрация примеров, прослеживание этих связей; формирование отношения к человеку и его здоровью как к ценности; выработка понимания сущности здорового образа жизни; формирование потребности в здоровом образе жизни и т.д. Умение учителя выделить и подчеркнуть вопросы, связанные со здоровьем, является одним из критериев его педагогического профессионализма.

 **Наличие у учащихся мотивации** к учебной деятельности на уроке: интерес к занятиям, стремление больше узнать, радость от активности, интерес к изучаемому материалу и т. п. К вопросам здоровья вопросы мотивации имеют самое непосредственное отношение: постоянное принуждение к учебе разрушает здоровье детей и изматывает учителей. Между заинтересованностью в обучении и его позитивным влиянием на здоровье существует прямая связь.

 **Благоприятный психологический климат** на уроке, который также служит одним из показателей успешности его проведения: заряд позитивных эмоций, полученных школьниками и самим учителем, – дополнительная гирька на чашу весов, определяющих позитивное воздействие школы на здоровье. И наоборот: наличие стрессов, хроническое психофизическое напряжение, продуцирование отрицательных эмоций и т.п. проявления, как со стороны учителя, так и учеников свидетельствуют о преобладании на уроке здоровьеразрушающих тенденций.

 **Преобладающее выражение лица учителя**, к примеру, различные проявления доброжелательности или недоброжелательности, улыбчивости – угрюмости и т. п. Урок неполноценен, если на нем не было эмоционально-смысловых разрядок: улыбок, уместных остроумных шуток, использования юмористических картинок, поговорок, афоризмов с комментариями, небольших стихотворений, музыкальных минуток и т. п.

В конце урока советуем обратить внимание на следующие четыре показателя.

  **Итоговую плотность урока**, т. е. количество времени, затраченного школьниками непосредственно на учебную работу. Рекомендуемые показатели – в диапазоне от 60% до 80%.

 **Момент наступления утомления** учащихся и снижения их учебной активности. Определяется в ходе наблюдения за возрастанием двигательных и пассивных отвлечений школьников в процессе учебной работы. Норма – не ранее чем за 5–10 минут до окончания урока.

 **Темп и особенности окончания урока**. К нежелательным показателям относятся:

• неоправданно быстрый темп заключительной части, ее «скомканность»;

• отсутствие времени на вопросы учащихся;

• необходимость торопливой, практически без комментариев, записи домашнего задания.

Все это – ненужный стресс, как для школьников, так и для учителя. Кроме того, недопустима задержка учащихся в классе после звонка на перемену. Желательно, чтобы завершение урока было спокойным: учащиеся имели возможность задать учителю вопросы, учитель мог прокомментировать задание на дом, попрощаться со школьниками.

Заботясь о здоровье учащихся педагоги, должны помнить и о своем здоровье. Напомним, что «больной учитель не может воспитать здоровых учеников!» Поэтому не забывайте о собственном здоровье!

**2.ЗДВР Шестакова Е.А. выступила по теме: «Работа по воспитанию культуры здоровья и формированию навыков здорового образа жизни как условие развития творческого потенциала учащихся»**

Формирование мировоззрения, основанного на ценности здоровья и ответственности за его сохранение, осуществляется в ходе реализации воспитательных здоровьесберегающих технологий. Системы мероприятий, целью которых является активизация у детей и подростков 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.

В школе разработан цикл мероприятий комплексно- целевой программы «Здоровье», в соответствии с направлениями деятельности школы которые являются составной частью системы воспитания здоровья и здорового образа жизни. Мероприятия организованы с целью конструирования жизненного опыта ученика, когда ребенок действует с позиций сохранения и укрепления собственного здоровья и здоровья близких, окружающих его людей. Позиция: «Быть здоровым и пропагандировать здоровье, здоровый образ жизни» - главный подход в проведении внеурочных мероприятий в школе. Аксиомой таких мероприятий является воспитание личности как результат саморазвития человека, определенных взглядов, сбалансированного мировоззрения с присущей системой ценности здоровья и здорового образа жизни.

 Педагоги рассматривают воспитание учащихся через призму потребности воспитанника в творческой деятельности и потребности быть здоровым. Совершенствуя воспитательную систему, обеспечивают необходимые условия для становления личности, создают ребенку такие условия, в которых он мог бы раскрыть свое творчество.

Идея развития творчества - главная идея, которой педагогический коллектив руководствуется в организации жизнедеятельности школьников, опираясь на их инициативу. Для организации занятий по интересам созданы и работают объединения дополнительного образования, секции. Из 119 учащихся - 84 ученика заняты различной внеурочной деятельностью в школе

Система внеурочных дел школы выстроена в определенной системе при активном вовлечении учащихся в деятельность, демонстрирующую их общие и индивидуальные достижения, с использованием ярких форм и методов, создающих привлекательность этой деятельности. Ведущей технологией является технология коллективного творческого дела (КТД), которая позволяет формировать социальные установки. Технология КТД предполагает не только общественно-значимую, но и личностно- значимую организационную деятельность, регулирует сотрудничество в коллективе, с партнерами, способствует выработке организационных умений. При помощи участия в коллективных творческих делах достигается единство в развитии таких сторон личности, как познавательно- мировоззренческой, эмоционально - волевой, практически -действенной.

Педагог при этом - куратор, помощник, оказывающий поддержку в достижении учениками цели, определенной ими самостоятельно или совместно с учителем, помогающий детям реализовать свой потенциал, проявлять и развивать свою индивидуальность, способствующий развитию открытых, партнерских взаимоотношений

В различных конкурсах проявляется детская творческая литературная деятельность, широко применяются информационные технологии для организации выпуска самодеятельных газет, проведение акций, недель, праздников Здоровья в школе. В ходе реализации данной воспитательной системы повышается творческая активность и творческие способности школьников. Формируется социально-активная гражданская позиция учащихся, развивается социальная активность молодого поколения, в том числе и в сфере профилактики, совершенствуется данная профилактическая работа.

Важным условием обучения и воспитания культуры здоровья является побуждение ребенка к достижению цели - формирования собственного здоровья, достижения успеха в данной деятельности, что осуществляется через активные формы и методы деятельности.

Для подростка важно, как относятся его сверстники к проблеме, их -мнение, результат совершаемых действий. Поэтому все воспитательные мероприятия в школе проводятся с участием в подготовке и проведении самих школьников или полностью организованы старшеклассниками. Это проведение соревнований, дней «Здоровья», акций, «Мы против СПИДа», «НЕТ курению!».

В традиционно проводимой акции среди учащихся 5-11 классов, посвященной Всемирному Дню борьбы со СПИДом, решаются задачи профилактики наркомании, алкоголизма, просветительской деятельности, пропаганде здорового образа жизни, проводится конкурс настенных плакатов, на заданную тему: «Борьба со СПИДом»

В ходе проведения этих мероприятий ученики выражают свое отношение к собственному здоровью, здоровью нации, заявляют о собственной позиции к употреблению алкоголя, наркотиков, курению. Такие конкурсы уже непосредственно в своих названиях определяют цель проведения мероприятия: формирование активной жизненной позиции по отношению сохранения, совершенствования, укрепления своего здоровья.

Важную роль в воспитании играют тематические классные часы, родительские собрания

В ходе операций, месячников, дней профилактики организуются следующие тематические классные часы:

• «Я - гражданин России!»

• «Вредные привычки и их последствия»

• «Знать, чтобы не оступиться»

• «СПИД - угроза человечеству!»

• «Ступени, ведущие вниз»

* «Наркомания: зона риска»
* «Едим правильно»
* «Курение: дань моде, привычка, болезнь»
* «Есть выбор: жизнь без наркотиков»
* «Секреты здорового питания»
* «Слагаемые здоровья» и т.д.

Система воспитания навыков здорового образа жизни, формирования мировоззрения, основанного на ценности здоровья, нацелена на развитие личности в целом. Она обеспечивает вектор движения ученика от позиции стороннего наблюдателя к активной деятельности, обеспечивает психологическую комфортность всех субъектов образовательного процесса, открытость, оптимистичность партнерских взаимоотношений, понимания всеми участникам целесообразности своей деятельности.

**3.Руководитель МО гуманитарного цикла Енина Т.В.**

**Тема: Здоровьесберегающие технологии на уроках и во внеурочное время.**

Здоровье человека — тема для разговора достаточно актуальная для всех времен и народов, а в XXI веке она становится первостепенной. Состояние здоровья российских школьников вызывает серьезную тревогу специалистов. Наглядным показателем неблагополучия является то, что здоровье школьников ухудшается по сравнению с их сверстниками двадцать или тридцать лет назад. При этом наиболее значительное увеличение частоты всех классов болезней происходит в возрастные периоды, совпадающие с получением ребенком общего среднего образования.

По данным всероссийской диспансеризации к 7-10 годам доля детей с 3-й группой здоровья увеличивается в 1,7 раза и составляет 14,9%, а в возрасте 15-17 лет - 22%, т.е. увеличивается в 2,5 раза по отношению к детям в возрасте до 1 года. В подростковом возрасте каждый пятый ребенок имеет хроническое заболевание или является ребенком-инвалидом.

Здоровье ребенка, его социально-психологическая адаптация, нормальный рост и развита во многом определяются средой, в которой он живет. Для ребенка от 6 до 17 лет этой средой является система образования, т.к. с пребыванием в учреждениях образования связаны более 70% времени его бодрствования. В то же время в этот период происходит наиболее интенсивный рост и развитие, формирование здоровья на всю оставшуюся жизнь, организм ребенка наиболее чувствителен к отрицательным факторам окружающе среды.

По данным Института возрастной физиологии РАО, школьная образовательная среда порождает факторы риска нарушений здоровья, с действием которых связано 20-40 % негативных влияний, ухудшающих здоровье детей школьного возраста. Исследования ИВФ РАО позволяют проранжировать школьные факторы риска по убыванию значимости и силы влияния на здоровье учащихся:

1. Стрессовая педагогическая тактика;

2. Несоответствие методик и технологий обучения возрастным и функциональным возможностям школьников;

3. Несоблюдение элементарных физиологических и гигиенических требований к организации учебного процесса;

4. Недостаточная грамотность родителей в вопросах сохранения здоровья детей;

5. Провалы в существующей системе физического воспитания;

6. Интенсификация учебного процесса;

7. Функциональная неграмотность педагога в вопросах охраны и укрепления здоровья;

8. Частичное разрушение служб школьного медицинского контроля;

9. Отсутствие системной работы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни.

Таким образом, традиционная организация образовательного процесса создает у школьников постоянные стрессовые перегрузки, которые приводят к поломке механизме саморегуляции физиологических функций и способствуют развитию хронических болезней. В результате существующая система школьного образования имеет здоровьезатратный характер.

Урок остается основной организационной формой образовательного процесса, которая непосредственно зависит от учителя. Выявление критериев здоровьесберегающего потенциала школьного урока и построение урока на здоровьесберегающей основе является важнейшим условием преодоления здоровьезатратного характера школьного образования.

По мнению специалистов-медиков, возраст от одного года до 15 лет гораздо важнее для сохранения будущего здоровья, чем от 15 лет до 60.

Как помочь школьнику, как сделать так, чтобы он начал жить активной, интересной и полноценной жизнью? Как сделать так, чтобы учение в школе вызывало прилив энергии, а обучение было в радость, развивало рефлексивные умения учащихся? Что же необходимо сделать администрации школьного учреждения и педагогу, чтобы внедрить здоровье сберегающие технологии в учебный процесс?

4 апреля 2003г. Приказом Министерства здравоохранения РФ была утверждена Инструкция по внедрению оздоровительных технологий в деятельность образовательных учреждений", в которой содержатся основные принципы внедрения и реализации оздоровительных технологий в деятельность образовательных учреждений:

1) комплексность использования оздоровительных технологий с учетом состояния здоровья учащихся, структуры образовательного процесса, условий обучения, воспитания;

2) непрерывность проведения оздоровительных мероприятий в течение года;

3) максимальный охват оздоровительными мероприятиями всех учащихся;

4) интеграция оздоровительных технологий в образовательный процесс;

5) преимущественное применение немедикаментозных средств оздоровления, широкое использование средств, стимулирующих защитные силы организма;

 6) использование простых и доступных технологий;

7) реализация в условиях образовательного учреждения на индивидуальном и групповом уровне мероприятий по повышению двигательной активности, закаливанию обучающихся, воспитанников, охране психического здоровья, а также по оздоровлению детей, имеющих функциональные расстройства и хронические заболевания.

Также вышеупомянутым Приказом был рекомендован перечень оборудования и методик по внедрению оздоровительных технологий в деятельность образовательных учреждений:

1. Для профилактики и лечения близорукости, амблиопии, косоглазия, гиперметропии и др. заболеваний глаз могут использоваться приборы цветоимпульсной терапии - относящиеся к новому направлению медицины. С целью охраны органа зрения у детей рекомендуется использование офтальмотренажеров.

2. Для профилактики острых респираторных заболеваний, аллергических болезней, снижения частоты обострения хронической патологии органов дыхания, повышения иммунологической резистентности организма, снижения контагиозности в период подъема заболеваемости острыми респираторными инфекциями рекомендуется аэроионотерапия, поляризованный полихроматический свет, ультрафиолетовое излучение - для облучения помещений (классы, спортивный зал, столовая и т.д.);

3. С целью охраны психического здоровья детей и профилактики психосоматической патологии целесообразна организация кабинета психологической разгрузки (видео­аудиоаппаратура, специальная мебель и т.д.).

Рекомендуемые методики для проведения оздоровительной работы в образовательных учреждениях:

1. Для повышения резистентности организма ребенка к внешним воздействиям, в том числе бактериальным, снижения частоты острых и обострений хронических заболеваний рекомендуется применение фитотерапии (фиточаев, сборов, отваров трав).

2. Для повышения сопротивляемости организма, успокаивающего или тонизирующего действия применяется ароматерапия - ароматизация помещений эфирными маслами растительного происхождения.

3. С целью повышения резистентности организма и для общеукрепляющего воздействия рекомендуется проведение профилактической витаминизации детей в течение учебного года, использование витаминных напитков, адаптогенов растительного происхождения (элеутерококк, жень-шень и др.).

4. Для организации рационального питания учащихся, коррекции функциональных нарушений органов пищеварения, снижения частоты обострений заболеваний органов желудочно-кишечного тракта рационально внедрение в образовательных учреждениях принципа щадящего питания, а также включение в рацион питания специальных продуктов, с повышенной пищевой и биологической ценностью.

5. С целью профилактики нарушений зрения и оздоровления учащихся с патологией орган зрения рекомендуется проведение специальной гимнастики для глаз. Особенно эффективна офтальмокоррекция - это воздействие на зрительный анализатор основных цветов: красного, синего, оранжевого, зеленого, желтого, фиолетового. Здоровьесберегающие технологии на уроках МО гуманитарного цикла.

Учителя гуманитарного цикла применяют на уроках Здоровьесберегающие технологии. Так мы стараемся производить смену видов деятельности, используем словесный, наглядный вид преподавания, часто применяем самостоятельную работу учащихся. На уроках литературы, истории, обществознания, английского языка ученики имеют возможность выразить свою точку зрения на проблему, какую-либо ситуацию. Гирель П.М. на уроках соблюдает гигиенические требования, создает благоприятную обстановку на уроке, использует зарядки - релаксации для того, чтобы снять умственное напряжение вызвать положительные эмоции. Виды релаксации: ролевые игры, пение, игры с предметами, просмотр мультфильмов. Физминутки сопровождаются песнями, скороговорками на английском языке.

Преподаватели истории и обществознания (Бриканова И.П., Гаврилко Н.Н.) применяют разнообразные виды работ: индивидуальные, групповые, фронтальные. Устраивают динамические паузы, следят за осанкой ребят (Бриканова И.П.), используют имеющиеся : школе ТСО, привлекают учащихся к работе с документами, учат детей писать сообщение доклады, научно - исследовательские работы.

Учителя русского языка и литературы (Енина Т.Н., Лелекова О.В.) тоже не забывают о здоровье. Один из видов работ - это запись с комментариями пословиц и поговорок о здоровье: Береги платье снову, а здоровье смолоду. Болен - лечись, а здоров - берегись. Здоровье дороже денег. Здоров буду - и денег добуду. Сочинения -миниатюры о здоровом образе жизни, один из выпусков стенгазеты «Наша версия» был полностью посвящен проблемам курения, наркомании среди подростков.

Очень важен положительный эмоциональный настрой перед началом первого урока. Например:

Рано утром я встаю,

Бога я благодарю,

 Солнцу, ветру улыбаюсь

И при этом, не стесняясь,

 Слово «здравствуй» говорю,

С кем встречаюсь поутру.

Всем здоровья я желаю,

Никого не обижаю.

Хватит места на земле

Людям всем, животным, мне.

 Чтоб земля моя цвела,

Я желаю всем добра.

 Для того, чтобы дети не уставали на уроке, проводятся физкультминутки и специальные упражнения для снятия напряжения с мышц опорно-двигательного аппарата, упражнения для рук и пальцев, упражнения для укрепления мышц глаз и улучшения зрения. Этот вид здоровьесберегающих технологий применяется на 20 минуте урока, как и рекомендуют нормативы.

 Кабинеты педагогов МО настраивают на рабочий лад, в них собран большой дидактический, иллюстративный, раздаточный материал для плодотворной работы.

 Учителя МО гуманитарного цикла стараются создать благоприятный психологический климат на уроках, занятия, посещенные руководителем МО, тому подтверждение. На уроках можно наблюдать наличие внешней мотивации ( педагоги подбадривают учеников, хвалят за хорошие ответы) и стимулирование внутренней мотивации учащихся ( стремление больше узнать, развитие интереса к изучаемому материалу).

Здоровьесберегающие технологии на внеклассных мероприятиях. Цели и задачи таких мероприятий - формирование навыков здорового образа жизни, обучение жизненно важным навыкам. Педагоги проводят классные часы о здоровье, организуют летние походы (Гирель П.М., Бриканова И.П.), «Дни здоровья», родительские собрания («Возрастные особенности и проблемы в здоровье» (Гирель П.М.). Личным примером приобщают детей к здоровому образу жизни.

 Здоровый образ жизни не занимает пока первое место в иерархии потребностей и ценностей человека в нашем обществе. Но если мы не научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять свое здоровье. Если мы будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то только в этом случае можно надеяться, что будущие поколения будут более здоровы и развиты не только личностно, интеллектуально, духовно, но и физически. Если раньше говорили: "В здоровом теле -здоровый дух", то не ошибется тот, кто скажет, что без духовного не может быть здорового.

 Наблюдения показывают, 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.

**4. Р у к о в о д и т е л ь МО учителей естественно-математического цикла Геращенко Л.В.**

**«Использование здоровье сберегающих технологий на уроках и во внеурочной деятельности».**

 Одной из приоритетных задач в работе учителя - предметника становится сегодня сбережение и укрепление здоровья учащихся, формирование у них ценности здоровья, здорового образа жизни, выбора образовательных технологий, адекватных возрасту, устраняющих перегрузки и сохраняющих здоровье школьников.

 Задача учителя - организовать процесс обучения таким образом, чтобы каждое усилие по овладению знаниями протекало в условиях развития познавательных способностей учащихся, формирования у них таких основных приёмов умственной деятельности, как анализ, синтез, абстрагирование, обобщение, сравнение. Школьников необходимо учить самостоятельно работать, высказывать и проверять предложения, догадки, уметь делать обобщение изученных фактов, творчески применять знания в новых ситуациях. Однако учитель должен помнить о важном правиле: « Не навреди!»

 В свете вышесказанного учителя МО естественно-математического цикла проводят в данном направлении определённую работу. Прежде всего- это физминутки, гимнастика для глаз, на уроках применяют различные формы и методы работы, происходит смена видов деятельности.

 Учителя проводят уроки-исследования, уроки-путешествия, уроки-сказки и т. д.; используют компьютер, мультимедийные установки, чем высвобождают дополнительно время на уроке для различных видов деятельности. На уроках используются элементы игровых технологий: проводятся логические и дидактические игры, уроки строятся в нетрадиционной форме. Например: « Путешествие в страну «Табакию», « Мы в больнице», «Путешествие в историю Олимпийских игр» и т. д. Проводятся интегрированные уроки, которые позволяют путём совмещения материалов разных предметов охватить большой объём изучаемых материалов. Используются приёмы работы в парах, группах по 3-5 человек, применяется индивидуально -дифференцированный подход.

 Каждый кабинет снабжён достаточным количеством раздаточных материалов, которые соответствуют различному уровню знаний, что позволяет не ущемлять самолюбие и самосознание каждого ребёнка. Проводятся теоретические и практические зачёты, самостоятельные , тестовые, контрольные работы, подобранные согласно ЗУН каждого ребёнка. Дети выполняют задания творческого характера: сочинить сказку, стихотворение, рассказ о путешествии капельки, песчинки, написать реферат на определённую тему, придумать игру, составить политинформацию, сообщение по определённой теме и т. д. На уроках предлагаются нестандартные задания, задания со сменой установки, используются исторический и иллюстративный материал.

 Учителя проводят консультации, как для сильных, так и для слабых детей.

Как на уроках, так и во внеурочной деятельности по предмету учителя используют в своей работе исследовательско - поисковый метод и метод проектов.

На уроках создаётся доброжелательная, спокойная обстановка; в системе проводится повторение ранее пройденного материала, что способствует укреплению знаний детей. За выполненную работу дети получают оценку, которая аргументируется в корректной форме, что немаловажно, т. к. грубое слово и неправильно сформулированная фраза, может обратить ребёнка в депрессию,

 Внеурочная деятельность включает в себя проведение недель здоровья, лыжных и легкоатлетических соревнований, соревнований по стрельбе, пионерболу, волейболу, футболу, проведение различных конкурсов и игр, олимпиад и турниров по предметам , где могут принять участие все дети вне зависимости от уровня знаний, проводятся предметные недели, для чего создаются разноуровневые команды, которые по достоинству оцениваются .

**III. Проектная часть.**

Проектную деятельность участники методсовета выполняли на своих методических объединениях

1-я – МО начальных классов

2-я –МО гуманитарного цикла

3-я – МО естественно-математического

Им было предложено выполнить три задания:

1) разработать положение «Здоровьесберегающий урок» (I группа);

2) разработать положение «Самый здоровый класс» (IIгруппа)

3) разработать положение о школьном конкурсе «Лучший спортсмен года» (III группа).

 Руководители МО поочередно представляют свои разработки. Участники методсовета задают вопросы и высказывают свое мнение по поводу представленных разработок.

  **Положение о проведении школьного конкурса «Спортсмен года»**

**Цель:**

Пропаганда здорового образа жизни среди учащихся, бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих

**Задачи:**

Привлечение учащихся к систематическим занятия физической культурой и

спортом;

Формированию здорового образа жизни.

**Время и место проведения:**

Конкурс проводится с сентября по май 2009-2010 учебного года. На базе МОУ Климоуцевская СОШ

**Руководство**

Общее руководство проведения конкурса осуществляет администрация школы и совет Ф.К.

**Участники.**

К участию в конкурсе допускаются учащиеся 2-11 классов.

**Условия конкурса.**

• Участие в школьных соревнованиях - 3 бала

• Участие в районных соревнованиях - 5 балов

• Участие в областных соревнованиях - 10 балов

• За 1,2,3, место в школьных соревнованиях - 8, 6, 5 балов

• За 1,2,3, место в районных соревнованиях - 12, 10, 8 балов

• За 1,2,3, место в областных соревнованиях - 15, 12,10 балов

• Участие в спортивной секции - 5 балов

• Оценка - 5 по ф.к. за учебный год - 5 балов

• Оценка -4 по ф.к. за учебный год -4 балов

• Судейство школьных соревнований - 5 балов

**Подведение итогов и награждения**

По сумме всех показателей за учебный год определяется лучший спортсмен года.

Лучший спортсмен года награждается грамотой и ценным подарком

***УЧАЩИЕСЯ ШКОЛЫ, ПРИНИМАЯ УЧАСТИЕ В СПОРТИВНОЙ ЖИЗНИ ШКОЛЫ И РАЙОНА, ВЫ УКРЕПЛЯЕТЕ СВОЕ ЗДОРОВЬЕ И ХАРАКТЕР!!!***

 **Положение о здоровьесберегающем уроке.**

**1.** **Общее положение:**

Создание благоприятных гигиенических условий в классе. Виды учебной деятельности, используемые учителем на уроке. Соблюдение продолжительности и частоты чередования различных видов учебной деятельности. Использование различных методов преподавания. Контроль за осанкой, физкультминутки, паузы, гимнастика для глаз. Психологический климат и мотивация.

**2.** **Цели и задачи урока.**

Показать на материале урока целесообразность ЗОЖ.

Развивать навыки ЗОЖ.

Воспитывать культуру ЗОЖ.

**3.** **Содержание урока.**

Орг.момент.

Актуализация знаний.

Повторение.

Физкультминутка.

Объяснение нового материала.

Закрепление.

Гимнастика для глаз, рук.

Релаксация.

Д/з.

**4.** **Организация и проведение урока.**

Подборка материала и выбор темы урока.

Конкретизация материала по этапам урока.

 Написание конспекта.

Проведение урока.

 Анализ урока учителем.

Анализ урока посещающим.

**5.** **Оценка качества урока.**

Выводы и оценка, рекомендации.

 **Положение о конкурсе**

**«Что ты сделал, чтобы сохранить здоровье свое и твоих товарищей?**

**1. Общее положение.**

Целью проведения конкурса является повышение уровня здоровья в классах, формирование здорового образа жизни.

**2. Содержание конкурса**

1 этап классный уровень.

- классные часы,

- походы,

- «Дни здоровья»

2 этап школьный уровень -соревнования,

- наглядная агитация,

- агитбригада,

- социальная реклама.

**3 .Участники конкурса учащиеся 1-11 классов**

**4.Организация конкурса**

 с января по май 2009 -2010 год

**5.Критерии оценки:**

- тематические классные часы с подтверждением.

- пропуски без уважительной причины,

- отношения учащихся к вредным привычкам (анкетирование),

- организация и проведение общешкольных мероприятий по здоровому образу жизни (участие класса в мероприятиях).

**6. Подведение итогов конкурса**

 август 2010- подведение итогов,

сентябрь 2010 – награждение

**IV.** **Заключительная часть.**

Участники заседания обсуждают и принимают следующее решение методсовета:

1. Принять программу «Здоровье» как составную часть Программы развития учебного заведения на 2009–2010 гг.

2. Доработать и привести в соответствие положения

– «Самый здоровый класс»;

– «Здоровьесберегающий урок»;

– «Лучший спортсмен года»

3.Провести в соответствии с разработанными положениями общешкольные конкурсы«Самый здоровый класс», «Лучший спортсмен года»

 4. На заседаниях школьных методических объединений учителей осуществить глубокий и детальный анализ практики применения в учебно-воспитательном процессе здоровьесберегающих технологий.

5. Творческой группе классных руководителей разработать систему коллективных творческих дел, способствующих устранению вредных привычек в ученической среде.

6. На общешкольных и классных родительских собраниях провести целенаправленную работу с родителями по вопросам охраны и укрепления здоровья детей и профилактике курения, случаев употребления наркотиков и спиртных напитков.

7. Ежегодно проводить мониторинг состояния здоровья учащихся и учителей.

**Литература**

1. О совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях Российской Федерации Приказ МО России, Минздрава России, Госкомспорта и РАО от 16.07.02
№ 2715/227/166/19//Вестник образования. №18.2002.

2. Балашова, В. А., Степаненко, В. П., Бекешова, Л. М. Основные направления программы «Оздоровительная модель общеобразовательного учреждения»// Завуч. – 2000. – № 4.

3. Горячев, В. Здоровье – категория педагогическая //Народное образование. – 1999. – № 9.

4. Козлова, О. П., Мансурова, Ф. Б. Плав: развития школы «Образование плюс...» до 2000 года //Завуч. – 2000. – № 5.

5. Мишина, Л. Профессиональное здоровье учителя: стратегия, концепция, технология//Народное образование. – 1998. – № 9–10.

6. Савельева, Г. Наркомания – без цивилизации // Народное образование. – 1999. – №6.

7. Селевко, Г. К. Современные образовательные технологии. – М.: 1998.

8. Школьные локально-нормативные акты лицея № 11 г. Воткинска, Республика Удмуртия. Положение об общелицейском конкурсе «Самый здоровый класс». Завуч. – 2001. – № 8.