

# Презентация

*по предмету:*

«Педагогическая валеология»

*на тему:*

**«Валеологическая безопасность педагога в образовательной деятельности»**

*Выполнили:*

студентки 3 курса  
заочного отделения

группы 16СПП

Чугурович Р.,

Михайлова Д. Е.

Санкт-Петербург

2018

## **Валеологическая безопасность педагога в образовательной деятельности.**

Валеология - межнаучное направление познаний о здоровье человека, о путях его обеспечения, формирования и сохранения в конкретных условиях жизнедеятельности.

Валеологическая безопасность педагога - это поддержание здорового образа жизни педагога в процессе образовательной деятельности, несмотря на негативные факторы влияния, имеющие место в образовательном учреждении.

## *Метод валеологии* -

исследование путей повышения резервов здоровья человека, которое включает в себя поиск средств, методов и технологий формирования мотивации на здоровье, приобщение к здоровому образу жизни и т.д.

# Цели валеологии.

## **Основная цель валеологии -**

максимальное использование унаследованных механизмов и резервов жизнедеятельности человека и поддержание на высоком уровне адаптации организма к условиям внутренней и внешней среды.

## **Практическая цель валеологии -**

разработка мер и определение условий для сохранения и укрепления здоровья.

сохранения и укрепления здоровья

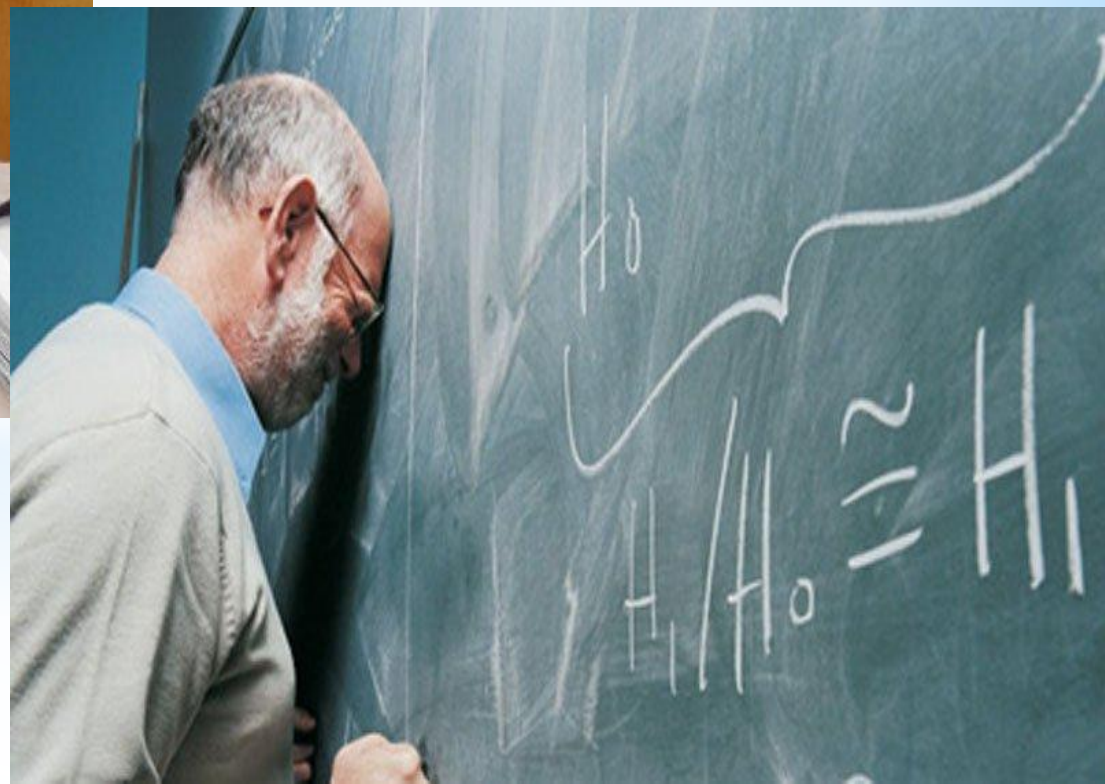
разработка мер и определение условий для сохранения и укрепления здоровья

**Профессиональное здоровье учителя, с одной стороны, является основой эффективной работы современной школы и в то же время выступает в качестве стратегической проблемы современного образования.**

# *ТАК ВЫГЛЯДИТ СЧАСТЛИВЫЙ И ЗДОРОВЫЙ ПЕДАГОГ*



# А ТАК ВЫГЛЯДИТ ПЕДАГОГ ИСТОЩЁННЫЙ И НЕСЧАСТНЫЙ...



***На всё есть свои причины...***



## **Негативные факторы, влияющие на здоровье педагога:**

- 1. Дефицит времени при решении задачи, высокий темп предъявления информации;**
- 2. высокой постоянной ответственность за жизнь и здоровье подопечных учеников;**
- 3. ненормированная продолжительность рабочего времени;**
- 4. высокая плотность межличностных контактов;**
- 5. длительной модернизацией и реформированием системы образования.**

**Особую актуальность приобретает проблема обеспечения безопасности образовательной деятельности учителей, воспитателей, специалистов сферы физической культуры, которая несет в себе как факторы повышенного риска для здоровья человека, так и неоценимый оздоровительный и рекреационный потенциалы.**

**Валеологическая безопасность  
образовательной деятельности специалиста**  
предполагает осуществление практической  
(учебно-воспитательной, сопровождающей,  
рекреационной, физкультурно-  
оздоровительной) и исследовательской,  
внедренческой (опытно-экспериментальной)  
деятельности специалиста с учетом  
обеспечения безопасности педагогического  
процесса;

## *На что обратить внимание?*

*Л.М. Митина в профессиональной деятельности учителя первоочередно выдвигает способность организма сохранять и активизировать компенсаторные, защитные, регуляторные механизмы, которые обеспечивают работоспособность, эффективность и развитие личности педагога.*

*Такая культура жизнедеятельности может быть сформирована средствами образования, если будет присутствовать в качестве воспитывающего примера в самой образовательной среде учебного заведения.*





## **Здоровьесберегающие технологии.**

- ❖ **дыхательная гимнастика**
- ❖ **гимнастика для кистей и пальцев рук**
- ❖ **глазодвигательная гимнастика**
- ❖ **элементы релаксации и упражнения психологической саморегуляции**
- ❖ **артикуляционная гимнастика**
- ❖ **дифференцированные физминутки**



## Существует десять золотых правил здоровьесбережения:

1. Соблюдайте режим дня!
2. Обращайте больше внимания на питание!
3. Больше двигайтесь!
4. Спите в прохладной комнате!
5. Не гасите в себе гнев, дайте вырваться ему наружу!
6. Постоянно занимайтесь интеллектуальной деятельностью!
7. Гоните прочь уныние и хандру!
8. Адекватно реагируйте на все проявления своего организма!
9. Старайтесь получать как можно больше положительных эмоций!
10. Желайте себе и окружающим только добра!

# ПОМНИТЕ!



**Учителю, освоившему  
здоровьесберегающие технологии, легче  
и интереснее работать, поскольку  
исчезает проблема учебной дисциплины,  
открывается простор для  
педагогического творчества.**





## *Список использованной литературы:*

1. Айдаркин Е.К., Иваницкая Л, Н. «Возрастные основы здоровья и здоровьесберегающие технологии». Ростов-на-Дону; 2008 – 176с.
2. Библиотека международной спортивной информации. Журнал: «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка; выпуск журнала: декабрь 2005 года; страницы 53-56. «Валеологическая безопасность педагога в образовательной деятельности».
3. Ким, С.В. «Валеологическая безопасность научно-методической деятельности педагога: ресурсы физкультурного образования» / С.В. Ким. – Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского государственного университета экономики и финансов, 2005. – 311 с. –1955.
4. Прохорова, Эльза Модестовна. «Валеология: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 100103 "Соц.-культур. сервис и туризм"» / Рос. гос. ун-т туризма и сервиса. - М. : ИНФРА-М, 2009. - 254 с. : табл. - (Высшее образование). - Библиогр.: с. 251-252.
5. Татарникова Л.Г., «Валеология в педагогическом пространстве». – Спб., 2002.-193с.

6. Белоусова Н.А., Мальцев В.П. Здоровье учителей общеобразовательных организаций как социальная проблема качества современного школьного образования // Современные проблемы науки и образования. - 2016. - № 6.; URL: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=25842> (дата обращения: 26.03.2018).