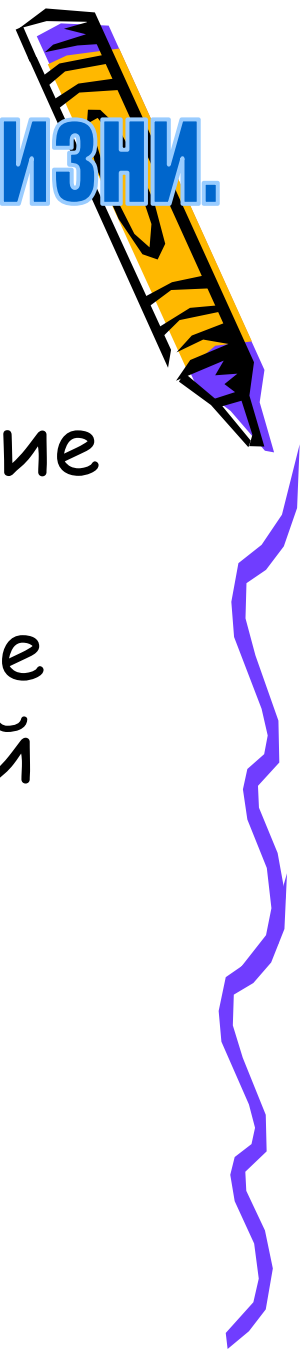


Тема: Правила здорового образа жизни.

Цель исследования: Обоснование педагогической технологии здоровьесбережения на основе результатов психологической диагностики участников образовательного процесса.





В исследовании принимали участие ученики 2-4 классов в возрасте от 8 до 11 лет.

Содержание исследования:

Учащимся предлагались различные ситуации такие как: выбор предметов личной гигиены, правила приема пищи, правила оказания первой медицинской помощи. Так же давались варианты ответов, из которых ученики должны были выбрать один или несколько вариантов.



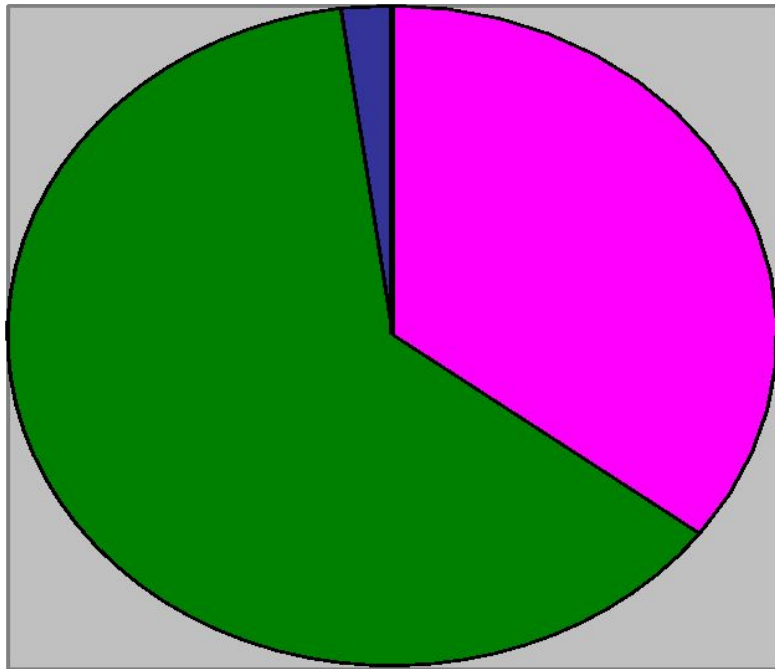
A large yellow diamond shape is centered on a white background. A yellow pencil with a red eraser and a black band is positioned diagonally across the top left of the diamond. The text 'Результаты исследования.' is written in a bold, blue, sans-serif font across the middle of the diamond. Below the text, there is a red wavy line. At the bottom right of the diamond, a purple wavy line extends from the left side towards a small purple pencil tip.

Результаты исследования.

Проанализировав анкеты можно
сделать следующие выводы.

2 класс

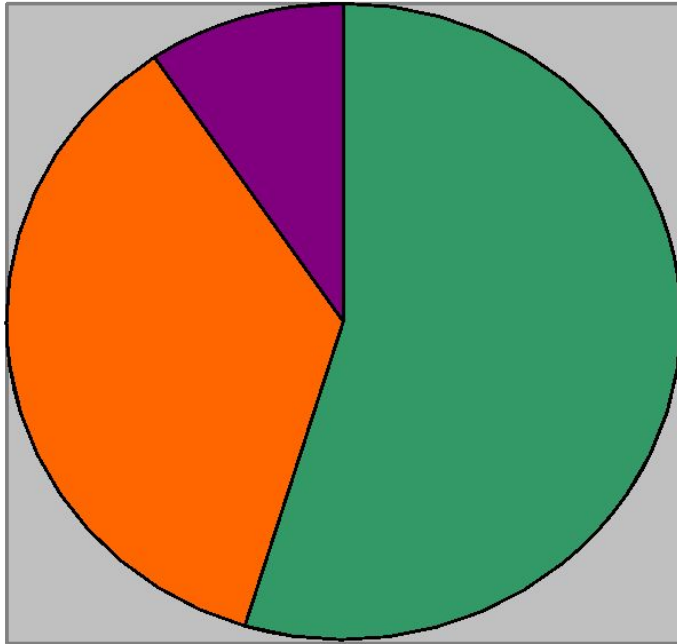
13 учащихся в возрасте от 8-9 лет.



- **45%** Опрошенных детей. Имеют представления о санитарно-гигиенических нормах, предметах личной гигиены человека.
- **80%** Знают о режиме приема пищи.
- **3%** Имеют представления о правилах оказания первой медицинской помощи.



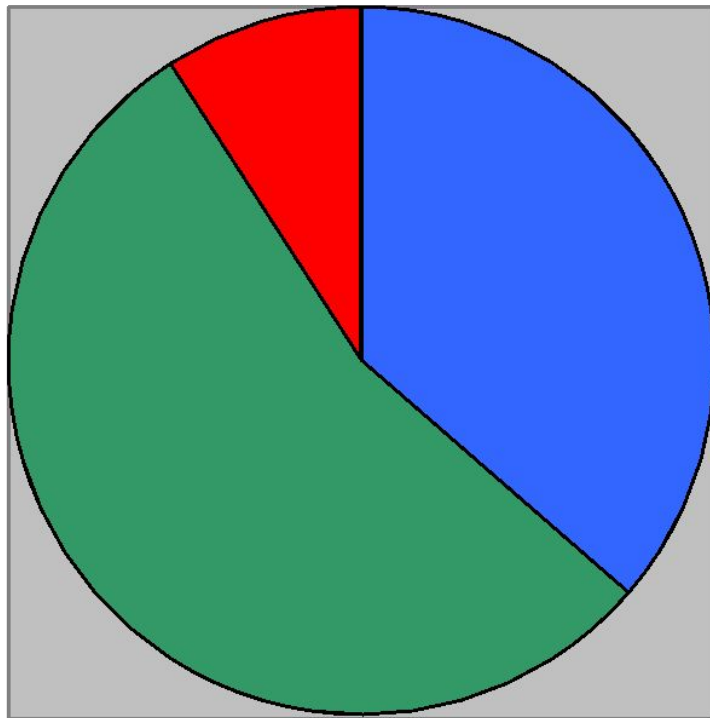
За класс 6 учащихся в возрасте от 9-10 лет.



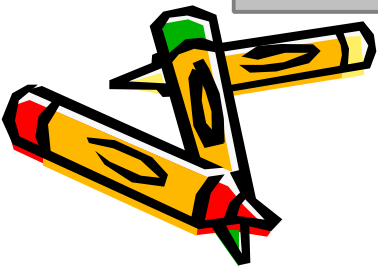
- **23%** Опрошенных детей. Имеют представления о санитарно-гигиенических нормах, предметах личной гигиены человека.
- **15%** Знают о режиме приема пищи.
- **4%** Имеют представления о правилах оказания первой медицинской помощи.



36 класс
5 учащихся в возрасте от 9-10 лет.

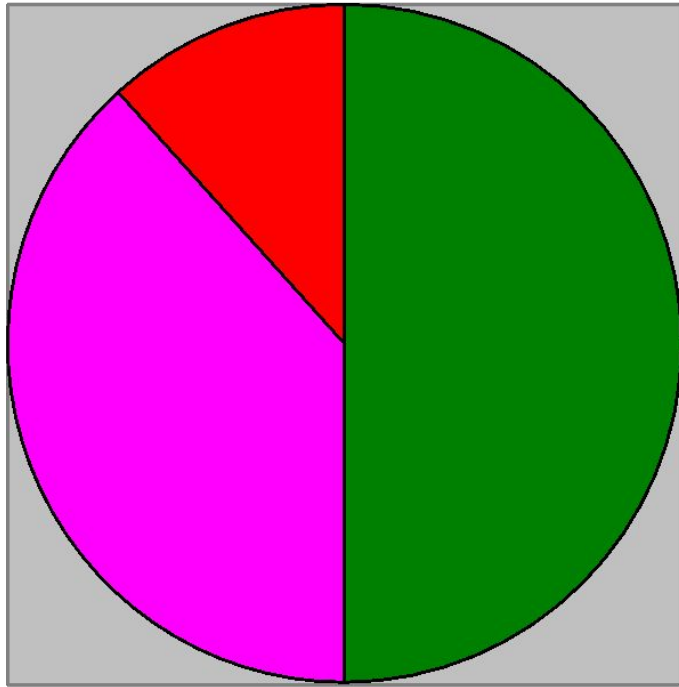


- **20%** Опрошенных детей. Имеют представления о санитарно-гигиенических нормах, предметах личной гигиены человека.
- **30%** Знают о режиме приема пищи.
- **5%** Имеют представления о правилах оказания первой медицинской помощи.



4а класс

8 учащихся в возрасте от 10-11 лет.

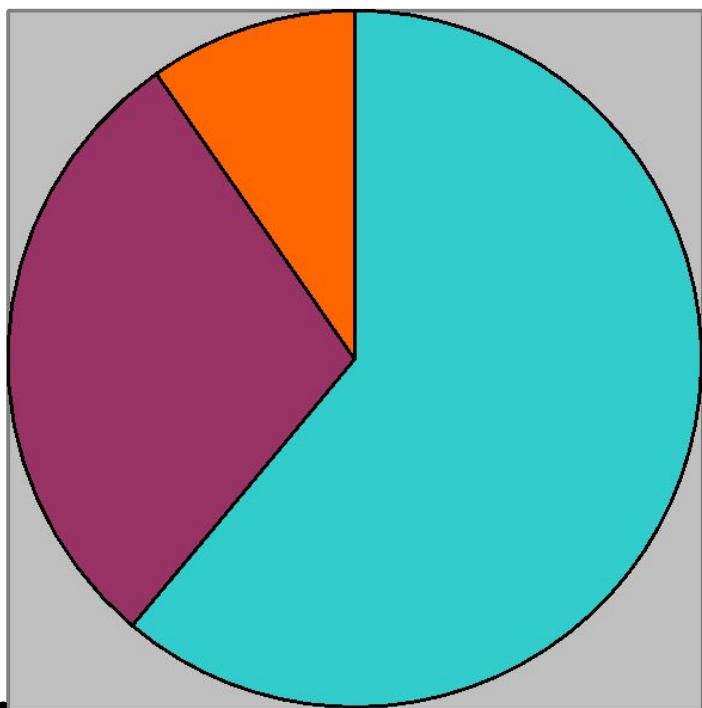


- **65%** Опрошенных детей. Имеют представления о санитарно-гигиенических нормах, предметах личной гигиены человека.
- **50%** Знают о режиме приема пищи.
- **15%** Имеют представления о правилах оказания первой медицинской помощи.

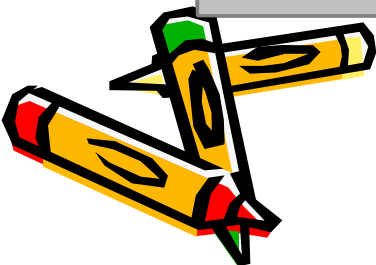


46 класс

7 учащихся в возрасте от 10-11 лет.

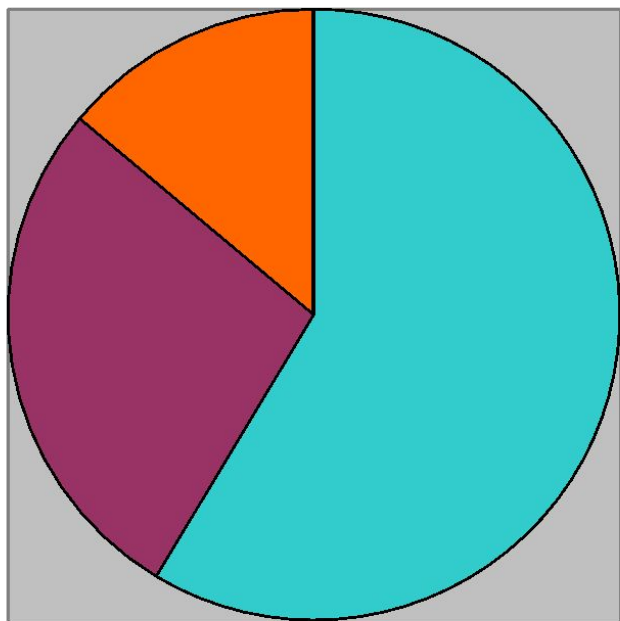


- **63%** Опрошенных детей. Имеют представления о санитарно-гигиенических нормах, предметах личной гигиены человека.
- **30%** Знают о режиме приема пищи.
- **15%** Имеют представления о правилах оказания первой медицинской помощи.



4в класс

6 учащихся в возрасте от 10-11 лет.



51% Опрошенных детей. Имеют представления о санитарно-гигиенических нормах, предметах личной гигиены человека.

24% Знают о режиме приема пищи.

12% Имеют представления о правилах оказания первой медицинской помощи.



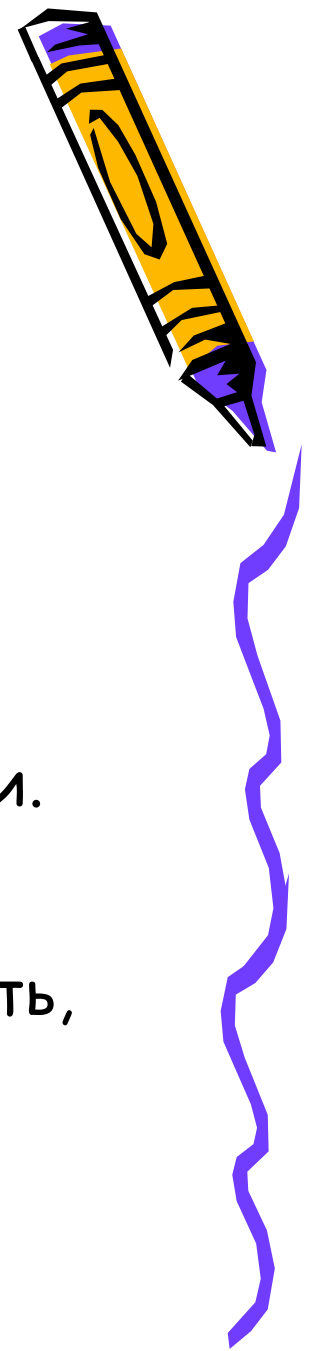
Рекомендации:



- **Создание системы двигательной активности в течении всего дня пребывания учащихся в школе. Сюда входит:**
 - Утренняя гимнастика; физкультурные занятия; музыкально-ритмические занятия.
 - Прогулки с включением подвижных игр.
 - Пальчиковая гимнастика (ежедневно во время уроков, режимных моментов); зрительная, дыхательная, корригирующая гимнастика.
 - Физкультминутки, эмоциональные разрядки, релаксации.
 - Спортивные досуги, развлечения, праздники. Дни здоровья (с привлечением родителей).
 - Летняя оздоровительная площадка.



Рекомендации:



- Включить в работу внеклассные занятия, направленные на формирование навыков:
 - Соблюдения правил личной гигиены и режима приема пищи.
 - Оказание первой медицинской помощи.
 - Предвидеть возможные травмирующие ситуации.
 - Ухода за больным (заботиться, не шуметь, выполнять просьбы и поручения).



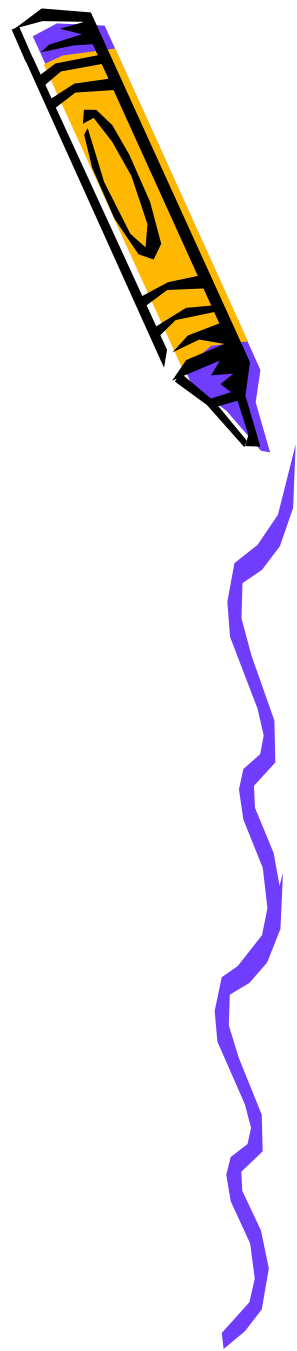
Рекомендации:

- **Совместная работа с родителями.**

При формировании здорового образа жизни у учащихся необходимо уделять особое место работе с родителями. Семья играет важную роль, она совместно со школой является основной социальной структурой, обеспечивающей сохранение и укрепление здоровья детей.



Прогнозирование результатов.



Приобретенные навыки, знания
помогут учащимся осознанно
выбрать здоровый образ жизни.
Полученный опыт позволит
избежать несчастных случаев.

