Здоровьесберегающие технологии, их применение во внеурочное время

Цель: формирование здоровьесберегающих условий в воспитательном процессе школы

План:

- Что такое здоровье?
- Компоненты здоровья.
- Факторы, влияющие на здоровье детей.
- Виды технологий
- Формы работы
- ЗОЖ
- Литература

По определению ВОЗ здоровье-это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.

Компоненты здоровья

- Соматические
- Физические
- Психические
- нравственные

Факторы.влияющие на здоровье детей

- Экологические
- Социокультурные
- Биологические
- Педагогические

Здоровьесберегающие технологии- все технологии, использование которых в образовательном и воспитательном процессе идет на пользу здоровья учащихся, которые направлены на формирование культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, мотивацию на ведение ЗОЖ,формирование представления о здоровье как ценности.

.

Все технологии взаимосвязаны между собой.

Виды ЗСТ по Миненко П.Н.

- Медико-гигиенические
- Физкультурно-оздоровительные
- Экологические
- Технологии ОБЖ
- Здоровьеобразовательные

ЗОТ

- Организационно-педагогические
- Психолого-педагогические
- Учебно-воспитательные

Формы работы:

- Игры
- Беседы
- Диспуты
- Библиотерапия
- Музыкотерапия
- Сказкотерапия
- Прогулки на свежем воздухе

Здоровый образ жизни

- Благоприятное социальное окружение;
- Духовно-нравственное благополучие;
- Оптимамальный двигательный режим (культура движений);
- Закаливание организма;
- Рациональное питание;
- Личная гигиена;
- Отказ от вредных пристрастий(курение, употребление алкогольных напитков, наркотических веществ);
- Положительные эмоции.

Литература:

- Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие технологии и психология здоровья в школе.М.:АРКТИ,2005.
- Базарный В.Ф.Здоровье и развитие ребенка:Экспресс контроль в школе и дома.-М.:АРКТИ,2005.
- Коваленко В.Н. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе.1-4 классы.-М.:ВАКО,2004.
- Миненко П.П.,Запека Л.З.,Ходжер Е.С.Школа-территория здоровья.Хабаровск.2006.
- Швецова В.Н.,Миненко П.П.Жизнь без вредных привычек.Хабаровск.2005.

«Я введу тебя в мир того, каким надо быть ,чтобы быть Человеком-Умным,Красивым и Здоровым» (Эммануил Кант)