

# Здоровьесберегающие технологии как средство сохранения и укрепления здоровья младших школьников



Выпускная квалификационная работа

Студентки группы 3 «В»

Макаровой Екатерины Владимировны

Научный руководитель:

Шмелева Наталья Владимировна

# Традиционная организация образовательного процесса

создает

у школьников

постоянные стрессовые перегрузки

приводят к поломке механизмов саморегуляции  
физиологических функций

способствуют развитию хронических болезней

Существующая система школьного образования имеет  
здоровьезатратный характер

# Наблюдения показывают

использование здоровьесберегающих технологий в учебном процессе

более успешно адаптироваться в образовательном и социальном пространстве

раскрыть свои творческие способности

эффективно проводить профилактику асоциального поведения

П  
з  
В  
о  
л  
я  
е

учащимся

учителю



## **Цель исследования**

Показать возможности использования здоровьесберегающих технологий в начальной школе с целью сохранения здоровья детей

## **Объект исследования**

Здоровье младших школьников и факторы, способствующие его формированию

## **Предмет исследования**

Использование здоровьесберегающих технологий с целью сохранения и укрепления здоровья детей

# Проблема исследования

Противоречие между необходимостью сохранения здоровья школьников и использованием в практике школы здоровьесберегающих технологий и отсутствием четкой работы по формированию здоровьесберегающего пространства в школе

# Задачи

Изучить и проанализировать литературу по проблемам формирования здоровья детей в процессе учебной деятельности и использования здоровьесберегающих технологий в школьном обучении

Разработать и апробировать систему использования здоровьесберегающих технологий в учебном процессе, по итогам опытной работы составить рекомендации по использованию здоровьесберегающих технологий в практике школы

Провести обследование состояния здоровья учащихся 2-го класса

# Методы исследования

Теоретические методы

Методы математической статистики

Эмпирические методы



# Здоровьесберегающие образовательные технологии

Качественная характеристика любой образовательной технологии, ее «сертификат безопасности для здоровья», это совокупность тех принципов, приемов, методов педагогической работы, которые дополняют традиционные технологии обучения, воспитания, развития задачами здоровьесбережения



Ковалько В.И.



Для создания здоровьесберегающего пространства необходимо

изменение мировоззрения учителя, его отношения к себе, своему жизненному опыту в сторону осознания собственных чувств, переживаний с позиции проблем здоровьесбережения

изменение отношения к учащимся

изменение отношения учителя к задачам учебного процесса педагогики оздоровления, которое предполагает не только достижение дидактических целей, но и развитие учащихся с максимально сохраненным здоровьем

Безруких М.М., Сонькин В.Д.

Технологии  
обеспечения  
Безопасности

жизнедеятельност  
и

Здоровьесберегаю  
щие  
образовательные  
технологии

Здоровьесбере  
гающие  
технологии

Экологические  
здоровье-  
сберегающие  
технологии

Медико  
-  
гигиенически  
е  
технологии

Физкультурн  
о-  
оздоровител  
ьные  
технологии

Зайцев Г.К.

# Здоровьесберегающая деятельность школы

Диспансеризация

Витаминизация

Беседы о  
здоровье  
с родителями

Профилактические  
прививки

Беседы о  
здоровье  
с учащимися

Дни и  
Недели  
Здоровья

Участие в  
районных  
спортсоревнованиях

Спортивные  
школьные  
праздники

Оформление классных  
и  
школьных «Уголков  
здоровья»

# Созданные в школе условия

Гигиенические условия,  
соответствующие требованиям  
СанПиНов и реализуемые всеми  
участниками педагогического  
процесса

Качественное и  
полноценное  
медицинское  
обслуживание

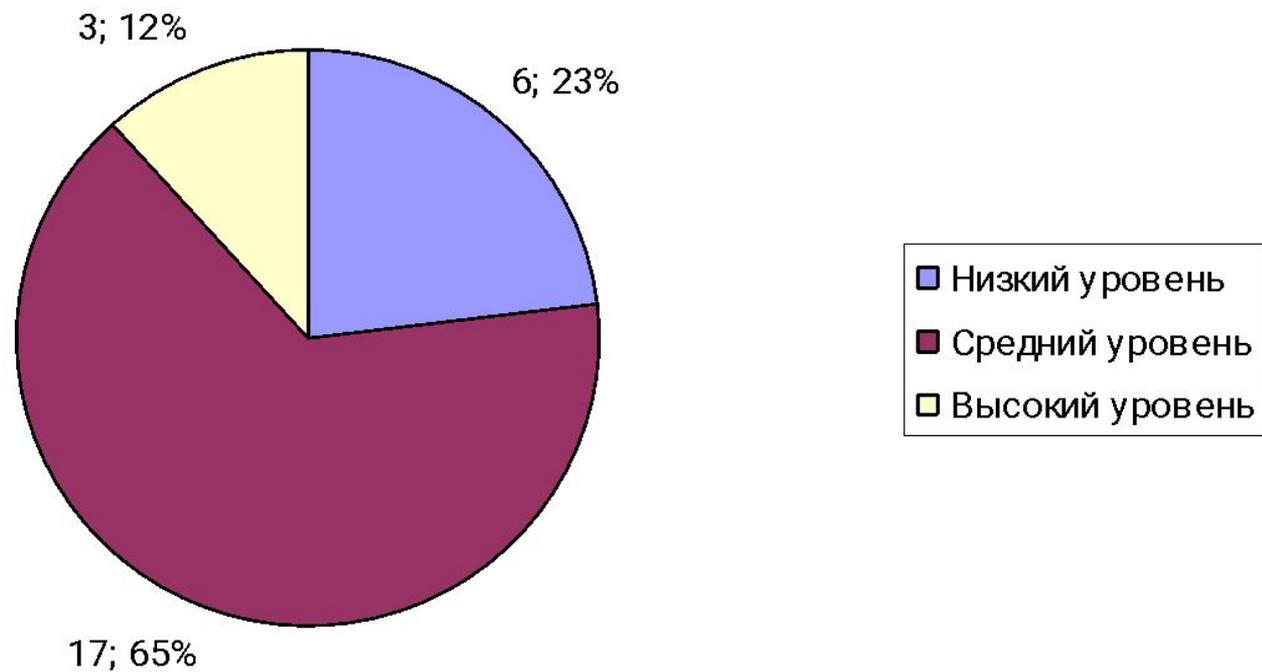


Условия

Внедрение  
здоровьесберега  
ющих  
педагогических  
технологий

Проведение  
мероприятий,  
направленных на  
сохранение и  
укрепление  
здоровья  
школьников

# Результаты обследования детей



# Динамические переменные

	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
1-я неделя 28.01-1.02	ДП № 1,2,3	ДП № 1,2,3 РП № 1	ДП № 1,2,3 РП № 1	ДП № 1,2,3	ДП № 1,2,3
2-я неделя 4.02-8.02	ДП № 4,5,6	ДП № 4,5,6 РП № 2	ДП № 4,5,6 РП № 2	ДП № 4,5,6	ДП № 4,5,6
3-я неделя 11.02-15.0 2	ДП № 7,8,9	ДП № 7,8,9 РП № 3	ДП № 7,8,9 РП № 3	ДП № 7,8,9	ДП № 7,8,9
4-я неделя 18.02-22.0 2	ДП № 10,11,12	ДП № 10,11,12 РП № 4	ДП № 10,11,12 РП № 4	ДП № 10,11,12	ДП № 10,11,12

# Организация динамических перемен



# ФИЗКУЛЬТМИНУТКИ

	Русский язык	Математ ика	Чтение	Окружающий мир; изо
1-я неделя 28.01-1.02	ФМ № 1,2	ФМ № 3,4	ФМ № 1	ФМ № 2
2-я неделя 4.02-8.02	ФМ № 5,6	ФМ № 7,8	ФМ № 3	ФМ № 4
3-я неделя 11.02-15.02	ФМ № 9,10	ФМ № 11,12	ФМ № 5	ФМ № 6
4-я неделя 18.02-22.02	ФМ № 13,14	ФМ № 15,16	ФМ № 7	ФМ № 8

## Динамические паузы

	<b>Русский язык</b>	<b>Математика</b>	<b>Чтение</b>	<b>Окружающий мир; изо</b>
<b>1-я неделя 28.01-1.02</b>	<b>К №3</b>	<b>К №4</b>	<b>К №1</b>	<b>К №2</b>
<b>2-я неделя 4.02-8.02</b>	<b>К №6</b>	<b>К №5</b>	<b>К №2</b>	<b>К №1</b>
<b>3-я неделя 11.02-15.02</b>	<b>К №8</b>	<b>К №7</b>	<b>К №10</b>	<b>К №12</b>
<b>4-я неделя 18.02-22.02</b>	<b>К №9</b>	<b>К №11</b>	<b>К №12</b>	<b>К №10</b>

# Организация физкультминуток и динамических пауз



# Утренняя гимнастика

	<b>Понеде- льник</b>	<b>Вторник</b>	<b>Среда</b>	<b>Четверг</b>	<b>Пятница</b>
<b>1-я неделя 28.01-1.02</b>	<b>КУГ №1</b>	<b>КУГ №1</b>	<b>КУГ №1</b>	<b>КУГ №1</b>	<b>КУГ №1</b>
<b>2я неделя 4.02-8.02</b>	<b>КУГ №2</b>	<b>КУГ №2</b>	<b>КУГ №2</b>	<b>КУГ №2</b>	<b>КУГ №2</b>
<b>3-я неделя 11.02-15.02</b>	<b>КУГ №1</b>	<b>КУГ №2</b>	<b>КУГ №1</b>	<b>КУГ №2</b>	<b>КУГ №1</b>
<b>4-я неделя 18.02-22.02</b>	<b>КУГ №3</b>	<b>КУГ №3</b>	<b>КУГ №3</b>	<b>КУГ №3</b>	<b>КУГ №3</b>

# Организация утренней гимнастики



# Уголок здоровья





Почему, зная о необходимости использования здоровьесберегающих технологий, учителя их не применяют в практической деятельности?

Учителя не в полной мере владеют

Знаниями возрастных физиологических и психологических особенностей школьников

Приёмами организации здоровьесберегающего пространства в классе

Отсюда следует

**НЕОБХОДИМОСТЬ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ**