

Система работы по сохранению здоровья учащихся (из опыта работы)



**Задача педагога:
сделать урок таким,
чтобы кроме
приобретения знаний
ученик приобрёл
здоровье или хотя бы не
потерял его**

«Забота о здоровье ребёнка – это не просто комплекс санитарно-гигиенических норм и правил... и не свод требований к режиму, питанию, труду, отдыху. Это прежде всего забота о гармоничной полноте всех физических и духовных сил, и венцом этой гармонии является радость творчества»

В.А.

Сухомлинский

Цель:

**создание
здоровьесберегающего
образовательного
пространства**



Задачи:

- **Овладение и использование педагогами в образовательном процессе здоровьесберегающих технологий.**
- **Поддержание в школьном коллективе благоприятного психологического микроклимата.**
- **Создание рационального режима организации образовательного процесса в школе, соблюдение гигиенических требований к нему.**
- **Организация оптимального двигательного режима, сбалансированного питания.**
- **Формирование здорового образа жизни как стиля поведения, стиля жизни, развитие навыков гигиенической культуры, иммунитета к вредным привычкам.**

Направления работы:

- учебный режим;
- формирование здорового образа жизни;
- физкультурно-оздоровительные мероприятия;
- профилактическая работа;
- питание и медицинское обеспечение.

Здоровьесберегающие



- личностно-ориентированное обучение
- дифференцированное обучение
- проблемное обучение
- безотметочное обучение
- диалоговое обучение
- рефлексивное обучение
- педагогика сотрудничества

Учебно - тематический план

- | | |
|---|--|
| 1. <i>Дружи с водой</i> | Советы доктора Воды. Друзья Вода и мыло |
| 2. <i>Забота о глазах</i> | Глаза – главные помощники человека |
| 3. <i>Уход за ушами</i> | Чтобы уши слышали |
| 4. <i>Уход за зубами</i> | Почему зубы болят? Чтобы зубы были здоровыми |
| 5. <i>Уход за руками и ногами</i> | «Рабочие инструменты» человека |
| 6. <i>Забота о коже</i> | Зачем человеку кожа? Если кожа повреждена |
| 7. <i>Как следует питаться</i> | Питание – необходимое условие для жизни человека. Здоровая пища для всей семьи |
| 8. <i>Как сделать сон полезным?</i> | Сон – лучшее лекарство |
| 9. <i>Настроение в школе</i> | Как настроение? |
| 0. <i>Настроение после школы</i> | Я пришел из школы |
| 1. <i>Поведение в школе</i> | Я – ученик |
| 2. <i>Вредные привычки</i> | Вредные привычки |
| 3. <i>Мышцы, кости и суставы</i> | Скелет – наша опора. Осанка – стройная спина |
| 4. <i>Как закаляться, обтирание и обливание</i> | Если хочешь быть здоров. |
| 5. <i>Как правильно вести себя на воде</i> | Правила безопасности на воде |
| 6. <i>Игры и упражнения на воде</i> | Обучение плаванию |
| 7. <i>Народные игры</i> | Русская игра «Городки» |
| 8. <i>Подвижные игры</i> | Подвижные игры.Обобщающий. |

Формирование представлений о здоровье на уроке «Окружающий мир и ОБЖ»

- Твой распорядок дня
- Как ты воспринимаешь мир
- Твое тело
- Как ты питаешься
- Твоя одежда
- Будь здоров!
- Твое настроение
- Наша безопасность
- Кожа – первая «одежда»
- Скелет
- Мышцы
- Кровеносная система
- Дыхание
- Питание и выделение
- Органы чувств
- Нервная система
- Эмоции и темперамент

СПОРТИВНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ





ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА



ВНЕКЛАССНАЯ РАБОТА



Поход
осень 2010 г

