

**Здоровьесберегающая
деятельность в
образовательном процессе:
проблемы и пути их
решения**

Учет индивидуальных особенностей ребенка: интеллектуальных, эмоциональных, мотивационных, его темперамент, тип памяти и т.д.

Исключение чрезмерной интеллектуальной, эмоциональной нагрузки учащихся при освоении ими учебного материала.

Проблемы здоровьесбережения

Обучение ребенка способам самозащиты от стрессов, обид, оскорблений, т.е. психической самозащите

Обеспечение благоприятного материально-психологического климата в классе и школе; сохранение и поддержание и укрепление психического и физического здоровья детей

Направления работы школы по здоровьесбережению

Условия (учебная нагрузка, физическая активность, пропаганда ЗОЖ, благоприятная психологическая атмосфера)

Соблюдение правил ТБ

Условия для развития личности, социальная защищенность (М-Т обеспечение, медицинское; учебная и внеурочная деятельность, отдых в каникулярное время)

Здоровьесберегающий образовательный процесс

Изучение
теории
вопроса

Работа в
группах по
направлениям

- 1) Учебный процесс.
- 2) Спортивно-оздоровительная работа.
- 3) Внеклассная работа.
- 4) Медицинское обслуживание.

Изучение дел в
школе

планирование

практикумы

анализ и
коррекция

Педагогический
совет —
методический
день

Коррекция подпрограммы
развития

ПОКАЗАТЕЛИ ЗДОРОВЬЯ

МЕДИЦИНСКОЕ

ГРУППА
ЗДОРОВЬЯ

МЕДИЦИНСКАЯ
ГРУППА

ИНДЕКС
ЗДОРОВЬЯ

СТРУКТУРА
ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ

ЧАСТО
БОЛЕЮЩИЕ

ФУНКЦИОНАЛЬНО
НЕЗРЕЛЫЕ К
ОБУЧЕНИЮ

БИОЛОГИЧЕСКИЕ

БИОЛОГИЧЕСКИЙ
ВОЗРАСТ

УРОВЕНЬ И
ГАРМОНИЧНОСТЬ
ФИЗИЧЕСКОГО
РАЗВИТИЯ

КОНСТИТУЦИОНАЛЬНЫЙ
ТИП

ФИЗИЧЕСКАЯ
ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ

ТИП
ПОГРАНИЧНОГО
СОСТОЯНИЯ

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ

ПСИХИЧЕСКОЕ
РАЗВИТИЕ

ПСИХИЧЕСКОЕ
СОСТОЯНИЕ

СВОЙСТВА
НЕРВНЫХ
ПРОЦЕССОВ

АКЦЕНТУАЦИИ

СТРУКТУРА
МОТИВАЦИИ

СОЦИАЛЬНЫЕ

СОЦИОМЕТРИЯ

ТИП СЕМЬИ

ВНУТРИСЕМЕЙНАЯ
АДАПТИВНОСТЬ

СФОРМИРОВАННОСТЬ
СИСТЕМ
САМОРЕГУЛЯЦИИ
ЛИЧНОСТИ

Практическая работа

1. Сформулировать проблему, связанную со здоровьем и написать ее в «голове рыбы» (А)
2. Определить причины снижения здоровья (школьные и внешкольные), написать их на конце лучей «туловища рыбы» (Б)
3. Для каждой категории выделить основные факторы и зафиксировать их на ветвях «скелета, отходящих от лучей» (В)
4. В случае необходимости выделить вторичные и третичные причины на веточках, отходящих от основных ветвей (Г)

Основные гигиенические критерии рациональной организации урока (по Н.К. Смирнову)

Факторы урока	Уровни гигиенической рациональности урока		
	рациональный	недостаточно рациональный	нерациональный
Плотность урока	Не менее 60% и не более 75-80%	85-90%	Более 90%
Число видов учебной деятельности	4 -7	2 - 3	1 - 2
Средняя продолжительность различных видов учебной деятельности	Не более 10 минут	10-15 минут	Более 15 минут
Частота чередования различных видов учебной деятельности	Смена не позже, чем через 7-10 минут	Смена через 11-15 минут	Смена через 15 -20 минут
Число видов преподавания	Не менее 3	2	1
Чередование видов преподавания	Не позже, чем через 10-15 минут	Через 15-20 минут	Не чередуются
Число эмоциональных разрядок	2-3	1	Нет
Место и длительность применения ТСО	В соответствии с гигиеническими нормами	С частичным соблюдением гигиенических норм	В произвольной форме
Чередование позы	Поза чередуется в соответствии с видом работы. Учитель наблюдает за посадкой учащихся	Имеются случаи несоответствия позы виду работы. Учитель иногда контролирует посадку учащихся.	Частые несоответствия позы виду работы. Поза не контролируется учителем.
Физкультминутки	Две за урок, состоящие из 3 легких упражнений, по 3-5 повторений каждого	Одна физкультминутка за урок с недостаточной продолжительностью.	Отсутствуют
Психологический климат	Преобладают положительные эмоции.	Имеются случаи отрицательных эмоций. Урок эмоционально индифферентный	Преобладают отрицательные эмоции
Момент наступления утомления учащихся (по снижению учебной активности)	Не ранее чем через 40 минут.	Не ранее чем через 35 – 37 минут	Менее чем через 30 минут

Требования

к качественному уроку в условиях здоровьесбережения

1. Построение урока на основе закономерностей учебно – воспитательного процесса с использованием последних достижений передовой педагогической практики с учетом здоровьесбережения.
2. Реализация на уроке в оптимальном соотношении принципов и методов как общедидактических, так и специфических.
3. Обеспечение условий для продуктивной познавательной деятельности учащихся с учетом их состояния здоровья, особенностей развития, интересов, наклонностей, потребностей.
4. Установление межпредметных связей, осознаваемых обучающимися, осуществление связей с ранее изученными знаниями и умениями.
5. Активизация развития всех сфер личности школьников.
6. Логичность и эмоциональность всех типов учебно – познавательной деятельности.
7. Эффективное использование педагогических средств здоровьесберегающих образовательных технологий (физкультминутки, подвижных игр).
8. Формирование практически необходимых знаний, умений и навыков, рациональных приемов мышления и деятельности.
9. Обеспечение вариативного использования правил ЗОЖ в зависимости от конкретных условий проведения урока.
10. Формирование умения учиться, заботиться о своем здоровье.
11. Тщательная диагностика, прогнозирование, проектирование, планирование и контроль каждого урока с учетом особенностей развития учащихся.