

Создание здоровьесберегающей образовательной среды

***МБОУ СОШ №17 им П.Ф. Ризеля
социальный педагог Красникова О.И***

**«Без здоровья
невозможно и счастье.»**

В. Г. Белинский

Здоровье – это проблема
медицинская, социальная,
педагогическая, ведь всем понятно
что здоровье определяет смысл и
счастье человеческого бытия.
Однако показатели здоровья
вызывают беспокойство во всём
мире.

**В последнее время отмечено резкое
ухудшение состояния здоровья всех
возрастных категорий населения
России в том числе здоровье детей и
подростков.**



Следует обратить внимание на следующие факторы:

- **Значительное снижение числа абсолютно здоровых детей (среди учащихся их число не превышает 10-12%);**
- **Стремительный рост функциональных нарушений и хронических заболеваний (более 60% старшеклассников имеют хронические болезни).**

Следует обратить внимание на следующие факторы:

- Изменилась структура хронической патологии, вдвое увеличилась доля болезней органов пищеварения, в 4 раза опорно-двигательного аппарата (сколиоз, остеохондроз), в 2-е – болезни почек и мочевыводящих путей.
- Увеличилось число школьников, имеющих несколько диагнозов. Школьники 7-8 лет имеют в среднем 2 диагноза, 10-11 лет 3 диагноза, 16-17 лет 3-4 диагноза.

Что такое здоровый образ жизни?

Ответы учащихся

- «ЗОЖ – совокупность определенных действий, направленных на улучшение, оздоровление и приведение в порядок организма человека.»
- «ЗОЖ – отказ от вредных привычек, правильное питание, режим дня, двигательная активность.»

**В настоящее время отсутствует
общепринятая трактовка понятия
«здоровье». Выделяют значительное
количество его определений – около
300, ведь здоровье - очень сложное
понятие, которое трудно определить
однозначно.**

Выделяются следующие разновидности здоровья:

- Физическое;
- Психическое;
- Социальное;
- Нравственное;
- Духовное.



От чего зависит здоровье человека?

Ответы учеников

1. От его психического и физического состояния. Компании, в которой он находится, от генов.
2. От отношений в семье, классе и общества в целом. От питания и экологии.
3. От рационального питания, от личной гигиены и отказа от вредных привычек.

ЗОЖ – это качество и стиль жизни, в которых преломляется жизнедеятельность человека по отношению к сохранению и укреплению своего здоровья.



Как обстоят дела у нас в школе

- Работают 6 секций и кружков, охват учащихся 82%.
- Проводится много спортивных мероприятий оздоровительного характера, Дни здоровья, ежедневные прогулки, зарядка, а на уроках – физкультминутки.
- В школе реализуется проект по пропаганде ЗОЖ «Здоровым быть здорово».

Ежедневная зарядка



Ежедневные прогулки



Дни здоровья



Физкультминутки



Спортивные секции



Спортивные мероприятия



Проблемы

Некоторые ученики, имея хорошие физические показатели, не хотят участвовать в соревнованиях, различных мероприятиях. Нам очень трудно понять их мотивацию: не хочу учиться, не хочу заниматься физкультурой. К сожалению, приходится этот факт признать.

Проблемы

Беспокоит нас и тот факт, что некоторые учащиеся имеют лишний вес, потому что вместо здоровой пищи предпочитают сладкое и мучное. Наша задача - убедить школьников принимать здоровую пищу.

Поэтому так важно создать
здоровьесберегающую образовательную
среду школы, способную
последовательно, системно и качественно
решать комплекс проблем, связанных со
здоровьем учащихся на основе
реализации современных педагогических
технологий, программ и проектов
оздоровления.

**СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ**

