

Доклад

«Здоровьесбережение обучающихся»

Появившееся в последние годы понятие здоровьесберегающие технологии предполагает консолидацию всех усилий учреждения, нацеленных на сохранение, формирование и укрепление здоровья обучающихся. Здоровьесберегающие образовательные технологии решают задачи сохранения и укрепления здоровья сегодняшних учащихся, что позволит им вырастить и воспитать здоровыми собственных детей.

Здоровьесберегающие образовательные технологии можно рассматривать и как совокупность приемов, форм и методов организации обучения школьников без ущерба для их здоровья, и как качественную характеристику любой педагогической технологии по критерию ее воздействия на здоровье учащихся и педагогов.

Основными целями здоровьесбережения на уроках, в том числе уроках информатики, являются следующие:

1. Создание организационно - педагогических, материально – технических, санитарно – гигиенических и других условий здоровьесбережения, учитывающих индивидуальные показатели состояния учащихся;
2. Создание материально – технического, содержательного и информационного обеспечения агитационной работы по приобщению подрастающего поколения к здоровому образу жизни.

Для реализации данных целей необходимо решить следующие задачи:

- Четкое отслеживание санитарно – гигиенического состояния класса;
- Гигиеническое нормирование учебной нагрузки
- Освоение новых методов деятельности в процессе обучения школьников, использование технологий урока, сберегающих здоровье учащихся;
- Участие в обобщение опыта путем ознакомления с работами коллег, научной литературой.

Работа учителя информатики невозможна без здоровьесберегающих технологий. Не случайно первым пунктом в организации урока на основе здоровьесбережения стоят обстановка и гигиенические условия. Урок информатики начинается с перемены. В нашем учреждении из года в год действуют простые правила: кабинет информатики после каждого урока проветривается, для повышения влажности в помещении применяется влажная уборка. Такое внимание к воздушно – тепловому режиму в классе не случайно – работающие компьютеры увеличивают температуру в классе на

3-4 0С, а в последнее время наблюдается рост числа детей с аллергиями, для которых характеристики воздуха определяют ощущения комфорта, работоспособность, темп нарастания утомления и т.д. При изучении темы «Вставка рисунков в текстовом редакторе» можно провести конкурс плакатов. Одна из тем – техника безопасности в кабинете информатики. Работы получатся разные: деловые, смешные, красочные. Но результат этого урока не только в формировании навыков работы на компьютере, умении вставлять рисунки в документ. Главное обсуждение по этим плакатам затрагивает не только красочность, правильность обработки рисунка, сколько его актуальность для кабинета, для учителя, для самого ученика, для здоровья. На этом этапе формируется осознанное отношение ученика к правилам поведения, в общем, и к своему здоровью в частности. Чтобы избежать нагрузки на глаза при работе на ПК, необходимо соблюдать регламент продолжительности общения учеников с компьютером, а при объяснении материала использовать проектор, на большом экране которого демонстрировать все подготовленные аудио- и видеоматериалы. При этом не страдает зрение учащихся, а разнообразие форм работы повышает интерес к предмету, снижает утомляемость от учебной нагрузки. Установлено, что только оптимизация санитарно-гигиенических условий способствует улучшению здоровья учащихся на 11%. Особенность уроков информатики - это постоянное использование компьютеров. И, несмотря на то, что продолжительность работы в среднем звене не более 20 минут, за это время глаза учащихся устают. Поэтому обязательно в конце работы нужно проводить простые и доступные упражнения для глаз. Моменты здоровьесбережения могут прослеживаться так же в тематике и содержании материалов занятий. Например, занятие по «Представлению информации в табличной форме» включает таблицу «Нормы питания». Таким образом, формируется осознанное отношение обучающихся к своему здоровью, сбалансированному питанию, здоровому образу жизни.

РАБОТА ПЕДАГОГА ДО ПО СОХРАНЕНИЮ И УКРЕПЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ



ет способствовать повышению качества подготовки.

ИГРА-ВИКТОРИНА ПО ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЮ

Возраст: учащиеся младших классов

Время проведения: 15-20 мин.

Условия игры: играют одновременно все участники, за правильный ответ вручаются фишка, лучшие участники награждаются призом.



1. Что на свете всего дороже?
2. На улице к тебе обратился незнакомец и сказал, что твоя мама прислала его за тобой. Как ты поступишь?
3. Если около тебя затормозила машина, и тебя приглашают поехать на съёмки какого-то фильма. Твои действия.
4. Назовите самые опасные места во дворе?
5. Звонят в дверь и говорят «Телеграмма. Нужно расписаться». Что ты сделаешь?
6. Вспомните сказки, где нарушение здоровьесбережения привело к печальным последствиям:
 - «Колобок» (доверие к незнакомцам)
 - «Волк и семеро козлят» (не открывай дверь чужим)
 - «Снежная королева» (нельзя цеплять санки за впереди идущий транспорт)
 - «Сестрица Алёнушка и братец Иванушка» (слушай старших, не пей из грязных источников)
 - «Гуси-лебеди» (слушай старших)
 - «Сказка о спящей царевне» (Не ешь, что дают чужие) и т.д.
7. Какой сказочный персонаж нарушил сразу 2 заповеди, о которых ему, кстати, напоминала мама: 1) идти по знакомой тропинке, никуда не сворачивать; 2) не вступать в разговоры с посторонними («Красная шапочка»).
8. Какой из сказочных героев совершил сразу несколько ошибок невозможных для разведчиков и знатоков здоровьесбережения: зашёл в чужой дом, сидел там, ел из чужой посуды, спал на чужой постели? («Три медведя»)
9. Какой сказочный герой свернул с дороги в школу и остался необразованным? («Буратино»)
10. (Игра) Расшифруйте выражение: из каждого слова берём только тот слог, который указан в коде, а затем все полученные результаты складываем в слова:
 - творог, ящик 1-1
 - берег, зола, пастух, крайность 1-1-1-2
 - + в
 - натворил 2
 - + их
 - руины, закладках 1-3

Подготовила педагог ДО Семёнова Г.П.