

«Формирование здорового образа жизни школьников на уроках и во внеурочной деятельности»



**Учитель биологии,
классный руководитель
С(К)ШИ г.Черепаново
Ковальская Ольга Юрьевна
2019г**



**Здоровье –
не отсутствие болезни,
а физическая, социальная,
психологическая
гармония человека.**

И.Т.Фролов

По данным НИИ педиатрии:

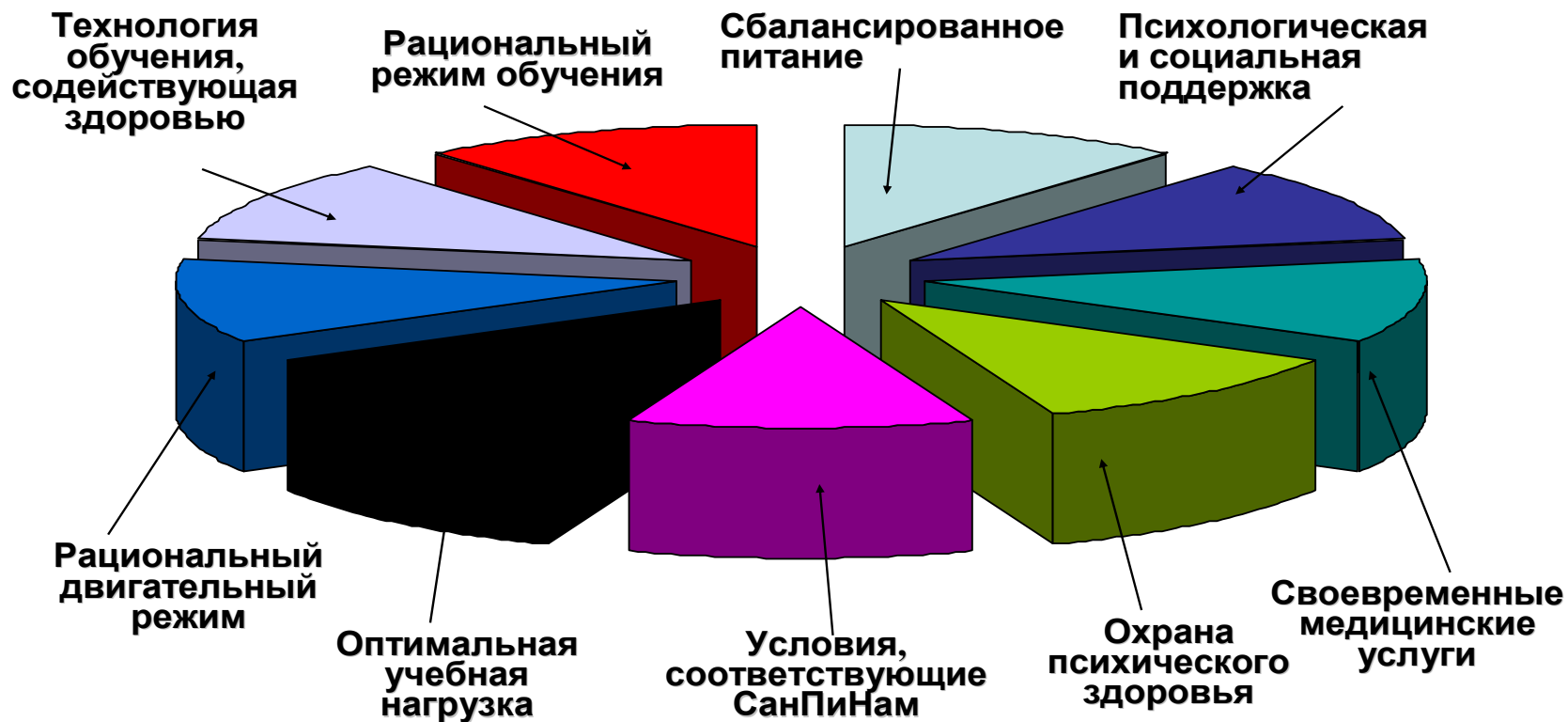
14 % детей практически здоровы;
50 % детей имеют отклонения в развитии опорно-двигательного аппарата;
35 – 40 % детей страдают хроническими заболеваниями.

Причинно-следственные факторы, негативно влияющие на здоровье детей:



- интенсификация учебного процесса и гиподинамия;
- стрессовая ситуация в семье и школе;
- недостаточная подготовка родителей и педагогов в вопросах развития и охраны здоровья детей;
- недостатки в существующей системе физического воспитания;
- низкий уровень медицинского обслуживания, направленного, как правило, только на оказание экстренной, необходимой медицинской помощи;
- отсутствие межведомственного подхода к решению данной проблемы.

ОСНОВНЫЕ ФАКТОРЫ, СПОСОБСТВУЮЩИЕ УКРЕПЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ В ШКОЛЕ



Формирование здорового образа жизни школьников включает в себя четыре составляющих:

1. Создание информационно-пропагандистской системы повышения уровня знаний о негативном влиянии факторов риска на здоровье, возможностях его снижения.
2. Формирование здорового образа жизни - так называемое «обучение здоровью».
3. Меры по снижению распространенности курения и потребления табачных изделий, снижению потребления алкоголя, профилактика потребления наркотиков и наркотических средств.
4. Побуждение к физически активному образу жизни, занятиям физической культурой, туризмом и спортом, повышение доступности этих видов оздоровления.

В учебной деятельности формирование потребности к ЗОЖ реализуется в ходе уроков и факультативных занятий.

5 класс	Природоведение	Человек. Его здоровье и безопасность. Как беречь свое здоровье и жизнь. Вредные привычки и их предупреждение.
	ОБЖ	Вредные привычки и их влияние на человека
	СБО	Обработка пищевых продуктов
6 класс	Музыка	Влияние музыки на чувства человека
7 класс	География	Мировой океан и его загрязнение
	Факультатив	Разговор о здоровом питании
	Факультатив	Безопасность на дороге
8 класс	Биология	Уход за кожей Витамины Гигиена сердечно-сосудистой системы Иммунитет на службе здоровья. Первая помощь при ушибах, переломах.
	СБО	Технология ведения дома
9 класс	География	Хозяйственные зоны России
	Химия	Вещества и их влияния на организм.

Во внеурочной деятельности формирование потребности к ЗОЖ реализуется в ходе мероприятий:

- **Общешкольные**
- **Спортивные соревнования**
- **Классные часы**
- **Диагностические беседы**



Ожидаемые результаты.

- **снижение заболеваемости или стабилизация здоровья;**
- **повышение качества обучения за счет уменьшения негативного воздействия процесса обучения и воспитания на психофизиологический статус подростков;**
- **увеличение числа детей и подростков, соблюдающих нормы и требования здорового образа жизни;**
- **рекомендации для родителей, администрации школы, учителей - предметников, позволяющие систематизировать работу по проблеме здоровьесбережения;**
- **система кружковых и факультативных занятий по формированию ЗОЖ.**

Будьте здоровы!!!

*Здоровье не всё, но всё без
здоровья - ничто.*

Сократ



**Здоровья вам на
долгие – долгие годы!!!**

