

Выполнила:  
Назарова Е.С.

# Доклад

## «Здоровье сберегающая деятельность по профилактике алкоголя, наркомании среди детей

### Пояснительная записка

Здоровье сберегающая технология – это целостная система воспитательно-оздоровительных, коррекционных и профилактических мероприятий, которые осуществляются в процессе взаимодействия ребёнка и педагога, ребёнка и родителей, ребёнка и врача.

Грамотное использование этих технологий помогут достичь максимально возможных успехов в преодолении общего оздоровления воспитанников. В последние годы возросло количество физически ослабленных новорожденных детей. Кроме того, мышечная нагрузка у детей уменьшается в силу объективных причин. Так как практически нет возможности играть в подвижные игры во время прогулок, а некоторые родители чрезмерно увлекаются интеллектуальным развитием своих детей. Именно поэтому возрастает роль школ во всестороннем физическом развитии детей.

Особенности осуществления образовательного и воспитательного процесса, деятельность, направленная на сохранение и укрепления здоровья:

Применение здоровье берегающих технологий, в образовательном процессе которые я применяю.

Я работаю воспитателем в школе-интернате и мною была выбрана проблема, над которой я работаю *«Формирование и развитие творческой культуры детей как эффективное средство борьбы с вредными привычками»*.

### **Цель работы:**

Особенности формирования здорового образа жизни как средство борьбы с вредными привычками.

В ходе работы по здоровьесбережению я следую опираться на поставленные мною задачи:

### **Задачи:**

- рассмотреть теоретические основы формирования и развитие творческой культуры детей как средство борьбы с вредными привычками;
- разработать мероприятия по формированию ЗОЖ для школьников;
- проанализировать медицинские показатели состояния здоровья детей;
- разрабатывать проекты по здоровью сбережению.

Воспитание и работу по здоровьесбережению строю с опорой на следующие виды деятельности:

-игровую, спортивную, творческую, общественно-организаторскую, коммуникативную, досуговую.

Профилактические мероприятия по ЗОЖ с целью профилактики направлены в моей работе через использование следующих доминирующих направлений:

- гражданско-патриотическую, нравственное и духовное воспитание, интеллектуальное, медиа культурное воспитание, культур творческое и эстетическое, культура безопасности, экологическое воспитание, но и конечно же здоровье берегающее воспитание цель и задачи направления:

### **Цели и задачи в школе-интернате по здоровье сбережению:**

формирование у обучающихся культуры здорового образа жизни, ценностных представлений о физическом здоровье, о ценности духовного и нравственного здоровья;

- формирование у обучающихся навыков сохранения собственного здоровья, овладения здоровьесберегающими технологиями в процессе обучения во внеурочное время;
- формирование представлений о ценности занятий физической культурой и спортом, понимания влияния этой деятельности на развитие личности человека, на процесс обучения и взрослую жизнь.

Особого внимания требуют дети, которые склонны к употреблению ПАВ, только путем ежедневной работы можно добиться успехов в развитии их работоспособности и стремления, приводящих к формированию ЗОЖ.

Для формирования здорового образа жизни детей и подростков предотвращения их к стремлению употребления ПАВ, необходимо соблюдать комплексность, создание психологической атмосферы во время проведения воспитательного мероприятия, внеклассной работы и досуг.

**Построение учебно-воспитательной деятельности педагога и ученика осуществляется на основе подхода учитель и ученик**

Это выражается через обучение детей элементарным приёмам здорового образа жизни:

Простейшие навыки оказания первой помощи;  
(дети должны знать о своём организме, определять причины и признаки многих заболеваний, уметь оказать первую помощь в экстремальных ситуациях). Понимать, какую  
о п а с н о с т ь                      т а я т                      в р е д н ы е                      п р и в ы ч к и .

Привитие детям элементарных навыков (мытьё рук, использование носового платка при чихании и кашле, стирка мелких вещей, поддержание порядка в спальне, в шкафу, умение починить свою одежду, заправить постель);

## Активизация двигательной активности

Большое значение в предупреждении утомления у обучающихся на занятиях принадлежит *физкультминуткам*, которые благотворно влияют на восстановление умственной работоспособности, препятствуют нарастанию утомления, повышают эмоциональный уровень учащихся, снимают статические нагрузки.

Занятия *лечебной физкультурой* (гимнастика на дорожках) являются важнейшим компонентом лечения. Например, это касается таких заболеваний, как гипотрофия, рахит и пр., в этих случаях ЛФК нормализует и улучшает процессы обмена веществ, предотвращает деформацию опорно-двигательного аппарата, отставание в росте и

развитии и т.д. Кроме того, регулярные занятия ЛФК препятствуют возникновению у детей многих распространенных заболеваний: сколиоз, плоскостопие, нарушение осанки, искривления ног, расстройства желудочно-кишечного тракта, бронхиты и т.д.

Массовые оздоровительные мероприятия (спортивно – оздоровительные праздники, выход на природу, экскурсии, секции) направлены на развитие желания любить занятия спорта, любить своё тело, формировать понимание знания занятий спортом для в с е й б у д у щ е й ж и з н и

Работа с семьёй (пропаганда здорового образа жизни через беседы с родителями).

Важным направлением здоровьесберегающих мероприятий является *развитие мелкой пальцевой моторики* учащихся. Пальчиковая гимнастика проводится в виде движений пальцев рук в сочетании их с речью в ВМ, по внеурочной деятельности изготовления поделок своими руками.

Так же, уделяю в своей работе по здоровьесбережению основам безопасности жизнедеятельности, куда входят: правила дорожного движения, предупреждение бытового травматизма, безопасность человека, рисунки, плакаты, викторины, по теме здоровьесбережения и Детского дорожно-транспортного травматизма прошла обучающий курс на сайте Педпроспект, где выдан сертификат.

**В своей работе по здоровьесбережению проводятся основные мероприятия, подходы, технологии и методы по здоровьесбережению.**

Программа здоровьесбережения и мероприятия которые я применяю в своей работе по ЗОЖ конкретизируется и отмечаются в виде рабочей программы в воспитательном плане на учебный год, в течение которого эти мероприятия проводятся.

#### **Цикл мероприятий по теме здоровьесбережения:**

Разработка внеклассного мероприятия «Полезные и вредные продукты»
Разработки поделок к проведению месячника «Организация правильного питания»
Внеклассное мероприятие «Приключение Пети»
«С физкультурой мы дружны, нам болезни не страшны»!
Разработка выступления агитбригада «ЗОЖ»
«Со спортом любим мы дружить»
«День защиты детей»
Цикл мероприятий по Здоровому питанию: «Фрукты и наше здоровье»
КТД стенды по ЗОЖ

ВМ «Гибкость, пластичность»

Спортивно-игровая программа

Цикл мероприятий по безопасности и жизнедеятельности « А не пойти ли нам в пожарные!»

Работая по формированию у детей привития ЗОЖ был разработан проект на тему:  
**«Здоровые дети, здоровая школа»**

**Цель проекта:**

систематизировать и организовать работу по физическому воспитанию воспитанников и формированию у них представлений о здоровом образе жизни.

**Задачи проекта:**

- Формировать у воспитанников потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями;
- Обеспечивать всестороннее и гармоничное развитие физических качеств школьников.
- Приобщать детей к здоровому образу жизни.
- Формировать жизненно важные двигательные навыки и умения.
- Способствовать укреплению здоровья, развитию воли, целеустремлённости.

**Вид проекта:**

Оздоровительный, творческий, коллективный.

Участники проекта: начальные и старшие классы, уч. Физической культуры, воспитатель групп, медицинский работник.

**Образовательная область:**

- Физическое развитие
- Оздоровительное

Продолжительность проекта: краткосрочный

**Название образовательного учреждения:** ГБОУ РО «Семичанская школа-интернат» х. Семичного Дубовского района.

**Сроки реализации проекта:** 1 год

**Ожидаемые результаты:**

- Снижение уровня заболеваемости
- Повышение уровня физической подготовленности

- Расширение кругозора, физических и нравственных качеств, сохранение и укрепление здоровья.

Проблемы сохранения здоровья учащихся и педагогов, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного, очень актуальны сегодня. Следует обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Программа объединяет и согласовывает работу педагогического коллектива по формированию здорового образа жизни учащихся, их родителей, учителей и социальных партнеров, что выходит за рамки только физического воспитания.

В укреплении здоровья детей и подростков первостепенное значение имеет преодоление гиподинамии (недостаточности двигательной активности) и на этой основе – формирование необходимой скелетной мускулатуры, препятствующей нарушению осанки, появлению плоскостопия и других отклонений в состоянии здоровья.

Применение разнообразных форм работы:

1. Учет состояния детей:

1. анализ медицинских карт;
2. определение группы здоровья;
3. учет посещаемости занятий;
4. контроль санитарно-гигиенических условий и режима работы классов.

2. Физическая и психологическая разгрузка учащихся:

1. организация работы спортивных секций, кружков, клубов, проведение дополнительных уроков физической культуры;
2. динамические паузы;
3. индивидуальные занятия;
4. организация спортивных перемен;
5. дни здоровья;
6. физкультминутка для учащихся;
7. организация летних оздоровительных лагерей при школе с дневным пребыванием.

3. Урочная и внеурочная работа:

В течение 2017-2018 учебного года мною как воспитателем были проведены мероприятия

по здоровью сбережению детей. В данном докладе я представила мероприятия, фотографии по мероприятиям, проект «Здоровые дети, здоровая школа», презентация к проекту, мероприятия и фотографии я приложила в приложении.

**Таким образом:** Цели и задачи, поставленные мною, реализуются, достигнуты, данная работа продолжается и ведется. Здоровье сберегающие технологии – это шанс взрослых решать проблему сохранения здоровья учащихся не формально, а осознанно, с учётом особенностей контингента учащихся, дети активны, мероприятия позволяют снизить нагрузку на сердечно-сосудистую систему, дыхательную, двигательную, что позволяет снизить уровень заболеваний у обучающихся.