

Педагогический совет на тему:

«Система работы ГКОУ СО
«Ачитская школа-интернат» по формированию
здорового образа жизни у обучающихся с ОВЗ.

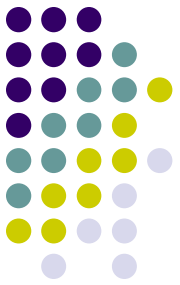
Проблемы и пути решения.





ЦЕЛЬ:

- Создание условий для повышения профессиональной компетентности в вопросах формирования здорового образа жизни у обучающихся с ОВЗ.



Задачи:

1. Обобщить знания педагогов по формированию основ здорового образа жизни.
2. Развивать творческий потенциал педагогов.
3. Поиск эффективных форм, использование инновационных подходов и новых технологий при организации физкультурно-оздоровительной работы в ГКОУ СО «Ачитская школа-интернат».

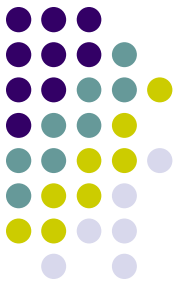
Психологический тренинг



Поглаживая себя по плечам, улыбнитесь и повторяйте слова:

- **«Я очень собою горжусь, я такая везде пригожусь»;** (2 раза)
Руки на пояс, наклоны головы влево - вправо:
- **«Я решаю любые задачи, со мною всегда успех и удача»;**
Руки к плечам, круговые движения плечами вперед-назад повторяя:
- **«Я согрета солнечным лучиком, я достойна самого лучшего!»;**
Вращение руками вперед- назад, повторяя:
- **«На пути у меня нет преграды, все получится, так как мне надо!»;**
Наклоны туловища в стороны, повторяя:
- **«Я принимаю удачу, с каждым днем становлюсь все богаче!»;**
Повороты туловища в стороны, повторяя:
- **«Покой и улыбку всегда берегу, мне помогают и я помогу!»;**
Подъем поочередно правой - левой ноги, повторяя:
- **«Ситуация любая мне подвластна, мир прекрасен и я прекрасна!»;**
Подпрыгивая на двух ногах, повторяя:
- **«Я добра и энергична, и дела идут отлично!»;**
Руки через стороны вверх и вниз вдох-выдох, повторяя:
- **«Вселенная мне улыбается и все у меня получается».**

Терминологический диктант «Продолжи фразу».

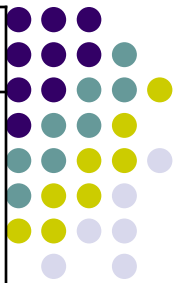


- Вам необходимо к каждому понятию подобрать определение.

Задание «Скажи иначе».

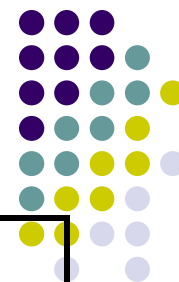


В задание «Скажи иначе» нужно объяснить другими словами отгадываемое слово. Каждый игрок команды берёт по одному слову из карточки, на которой написаны слова, которые так или иначе связано с темой педсовета. Во время объяснения слова игрок может использовать синонимы и антонимы, главное не использовать однокоренные слова. Задача игроков противоположной команды отгадать данное слово как можно быстрее.



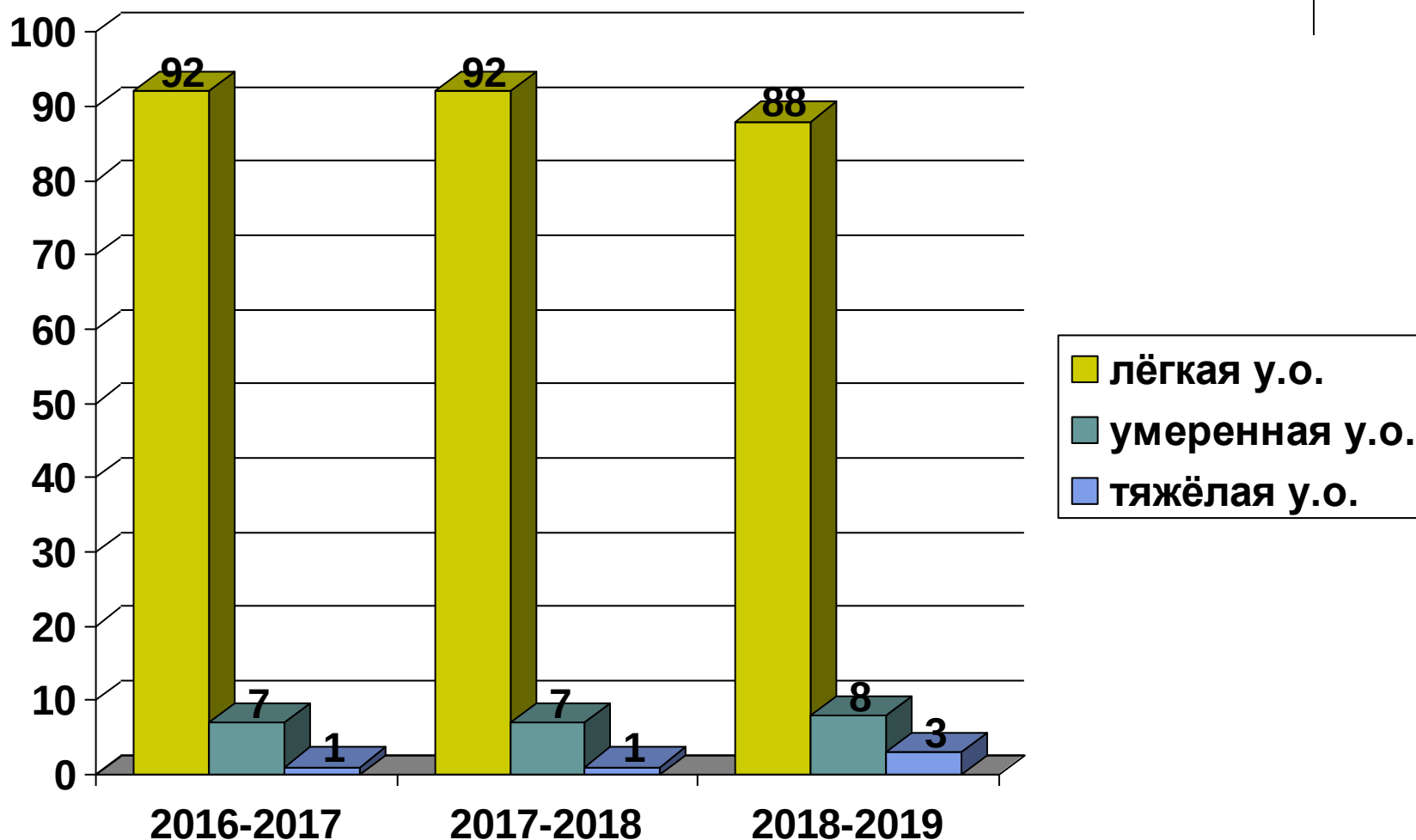
<i>Понятие</i>	<i>Определение</i>
Педагогическая технология	- строго научное прогнозирование (проектирование) и точное воспроизведение педагогических действий, которые обеспечивают достижение запланированных результатов.
Здоровье	- это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов (ВОЗ).
Здоровый образ жизни	- это способ жизнедеятельности, направленный на сохранение и улучшение здоровья людей, как условия и предпосылки существования и развития других сторон образа жизни.
Физическое развитие	— это свойства организма, позволяющие определить возрастные особенности, запас физических сил и выносливость.
Психическая активность	- потребность нормально развивающегося ребенка в познании окружающей жизни: природы, человеческих отношений; в познании самого себя.

Характеристика контингента обучающихся

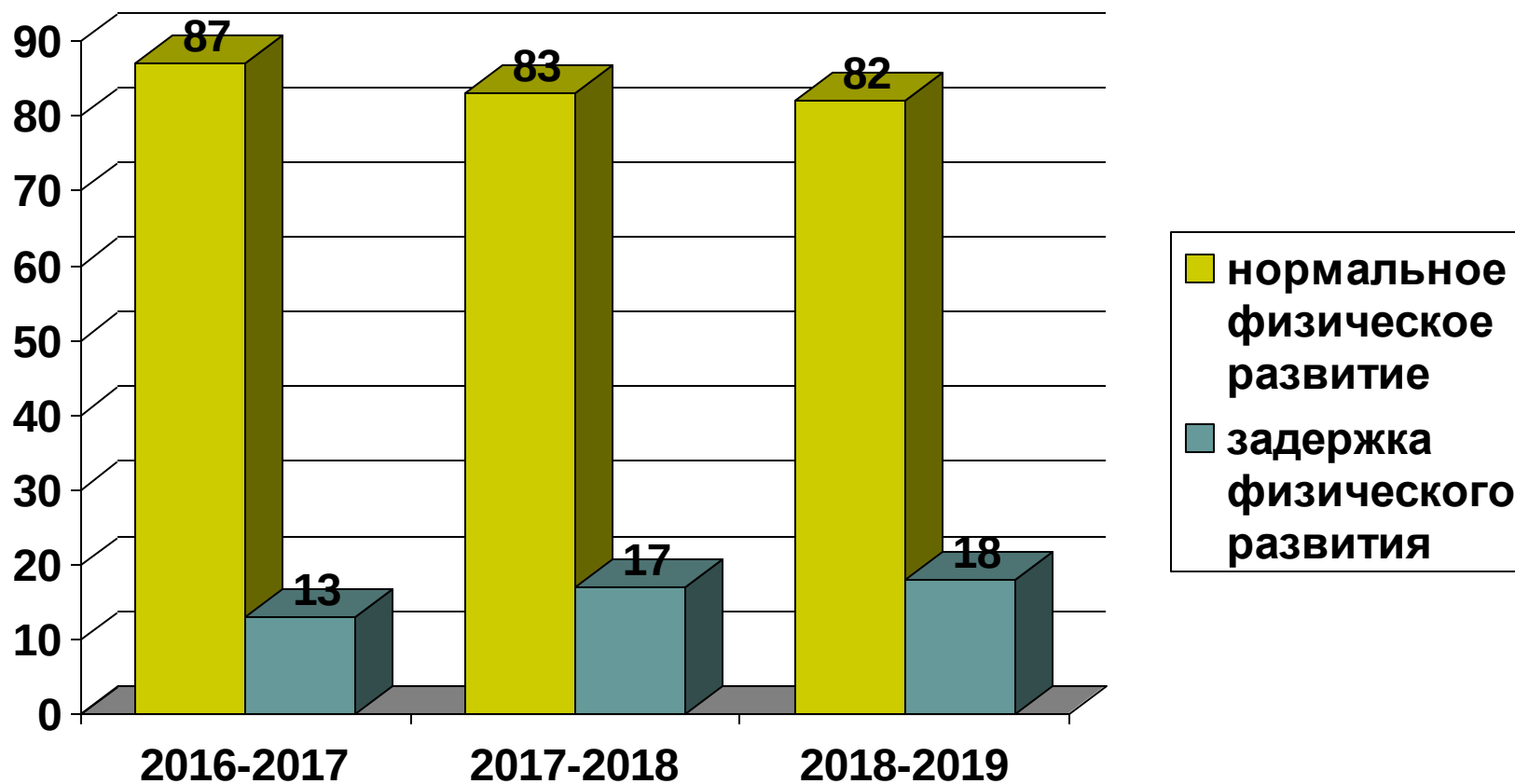


2016 – 2017 учебный год	2017 -2018 учебный год	2018 – 2019 учебный год
100 чел.	101 чел.	97 чел.
В 2018-2019 учебном году обучается 97 человек, из них: ● в 1-4 классах - 25 человек (26%); ● в 5-9 классах – 72 человека (74%); ● приходящих – 63 человека (65%) ● проживающих в интернате – 21 человек (22%) ● обучающихся а дому – 13 человек (13%).		

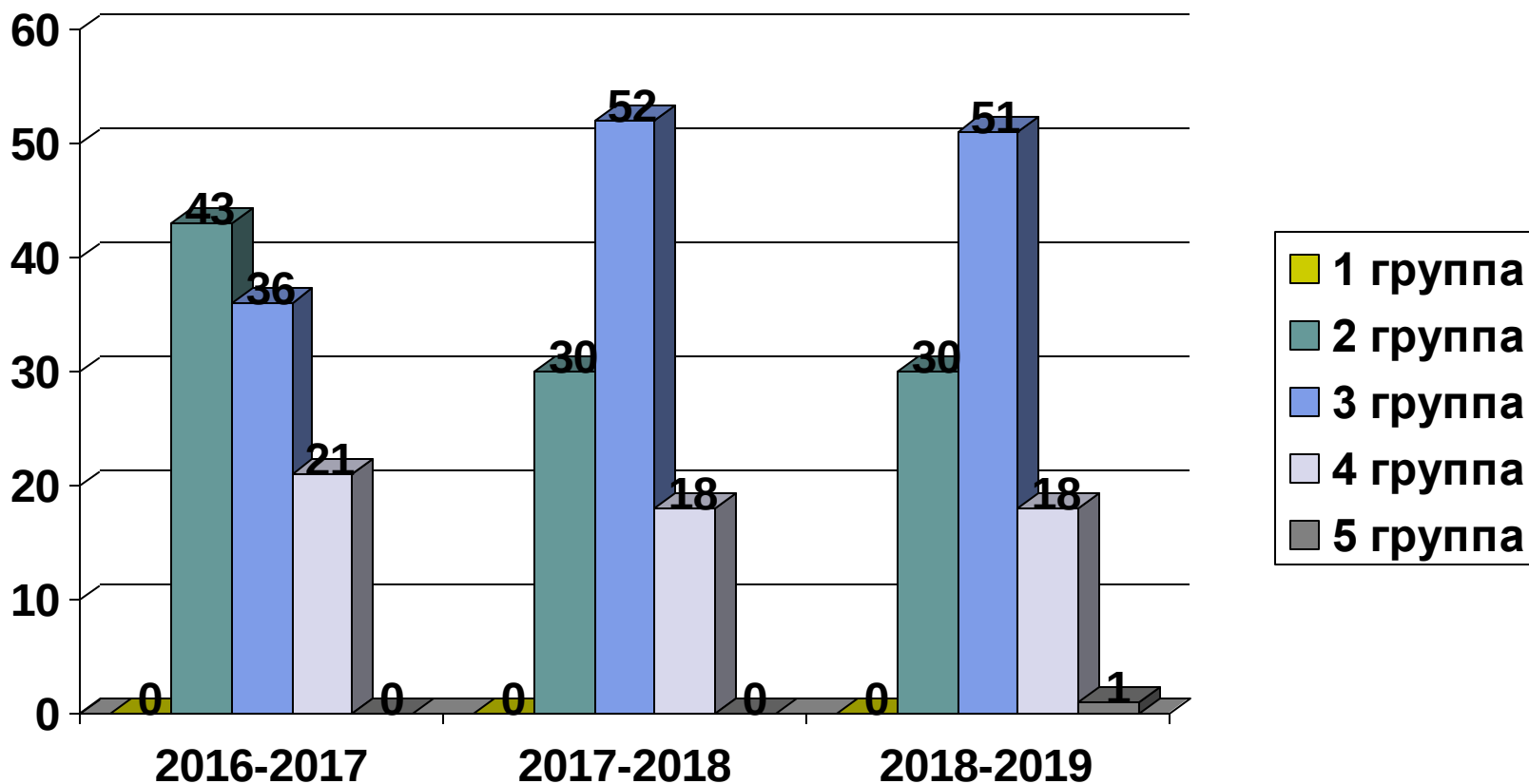
Характеристика контингента обучающихся, в зависимости от структуры и выраженности психофизических нарушений.



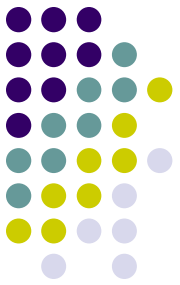
Оценка физического развития



Распределение обучающихся по группам здоровья



Модель работы ГКОУ СО Ачитская школа-интернат" по формированию ЗОЖ



Психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса
(педагог-психолог, учитель-дефектолог, учитель-логопед)

Взаимодействие с социальными партнёрами

Психолого-медико-педагогический консилиум

Дни профилактики

Конкурсы, олимпиады

Просветительская работа

(подсоветы, методические объединения, родительские собрания,
классные часы, общешкольные мероприятия,
внеклассные мероприятия, библиотечные часы)

Экскурсии

Социально-значимые дела

Адаптация школьников в переходный период

Проекты

Соблюдение санитарно-гигиенических норм

Диагностика БУД и

личностных результатов обучающихся

Рациональное питание

Спортивные соревнования

Динамическая пауза

Утренняя зарядка

Физкульт. минутки

Прогулки

Общешкольные спортивные праздники

(Зарница, Масленица, Смотр строя и песни,
Безопасное колесо, эстафеты)

Уроки физической культуры

Занятия ЛФК

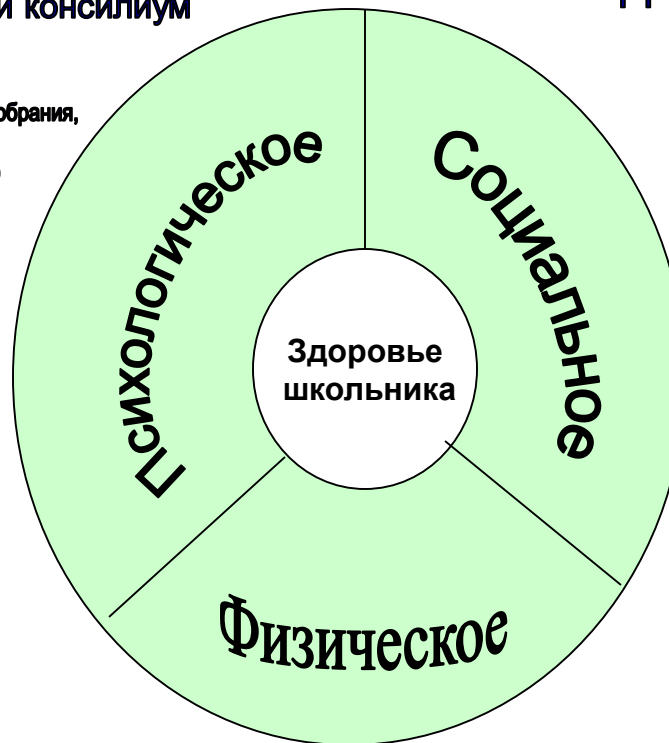
Занятия ритмикой

Дни здоровья

Спортивные кружки и секции

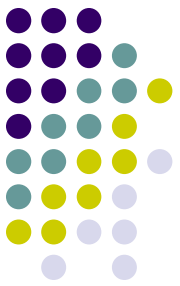
Занятия курса внеурочной деятельности " По тропе здоровья"

Работа медицинского кабинета
(проф.осмотры, диспансеризация,
прививки, массаж и т.д.)



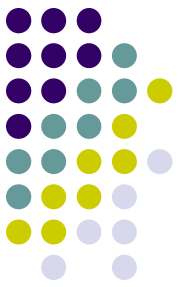
Здоровьесберегающая инфраструктура

Спальный корпус

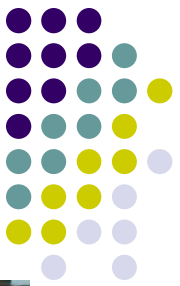


- Интернат рассчитан на 25 человек.
- Количество мест в спальнях- не более 4 человек
- Комнаты оборудованы кроватями, прикроватными тумбочками, столом, стульями и шкафом для хранения личных вещей.

Здоровьесберегающая инфраструктура



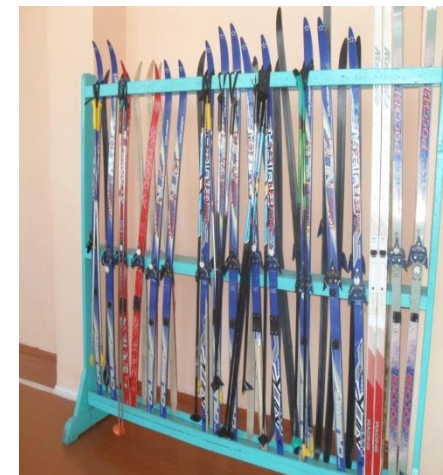
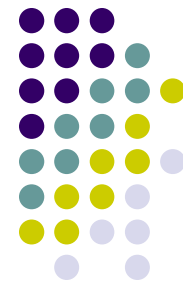
Здоровьесберегающая инфраструктура



Прачечная

Здоровьесберегающая инфраструктура

Спортивный зал



Здоровьесберегающая инфраструктура

Организация питания

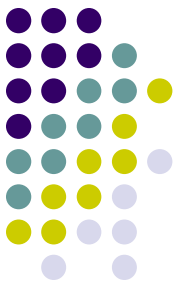


Столовая на 80 посадочных мест

- Оптимальная калорийность рациона.
- Сбалансированность, разнообразие питания.
- Свежесть продуктов.
- Соблюдение кратности приема пищи, правильное распределение пищи по приемам (у детей с круглосуточным пребыванием – 6-ти разовое питание, у приходящих- 3-х разовое).
- Своевременность питания.

Здоровьесберегающая инфраструктура

Учебные кабинеты



Длительность проветривания кабинета

№ урока	Время	Перемены	Длительность проветривания
1 урок	08:30 - 09:10	10 минут	5 минут
2 урок	09:20 - 10:00	15 минут	10 минут
3 урок	10:15 - 10:55	10 минут	5 минут
4 урок	11:05 - 11:45	10 минут	5 минут
5 урок	11:55 - 12:35	10 минут	5 минут
6 урок	12:45 - 13:25		20 минут

Таблица 2

Рекомендуемая продолжительность сквозного проветривания учебных помещений в зависимости от температуры наружного воздуха

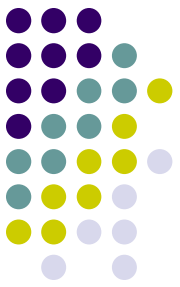
Наружная температура, °C	Длительность проветривания помещения, мин	
	в малые перемены	в большие перемены и между сменами
От +10 до +6	4 — 10	25 — 35
От +5 до 0	3 — 7	20 — 30
От 0 до -5	2 — 5	15 — 25
От -5 до -10	1 — 3	10 — 15
Ниже -10	1 — 1,5	5 — 10

- Цветовое оформление потолка и стен.
- Регулируемая ростовая школьная мебель.
- Естественное и искусственное освещение соответствует норме.
- Температурный режим.
- Сквозное проветривание кабинетов, влажные уборки проводятся согласно графика.
- Рабочее место педагогов оснащено компьютерами, ноутбуками.
- Раковины для мытья рук.



Здоровьесберегающая инфраструктура

Кабинет психолога



Здоровьесберегающая инфраструктура

Медицинский блок

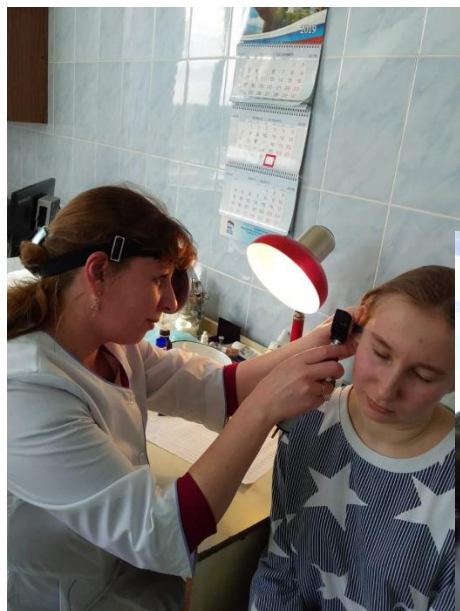


- Кабинет приёма;
- Процедурный кабинет;
- Изолятор
- Кабинет массажа

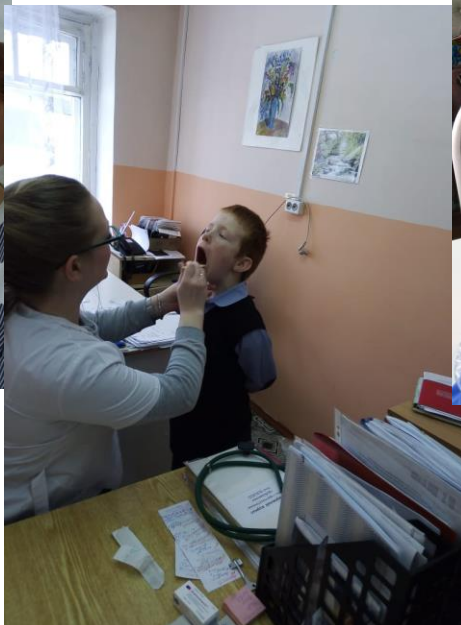


Медико-психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса

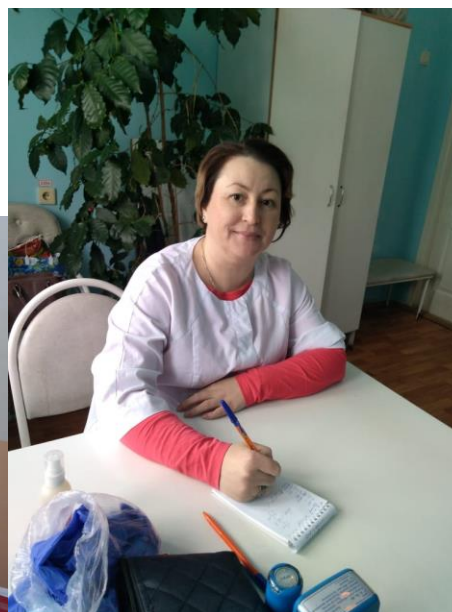
Медицинское обслуживание



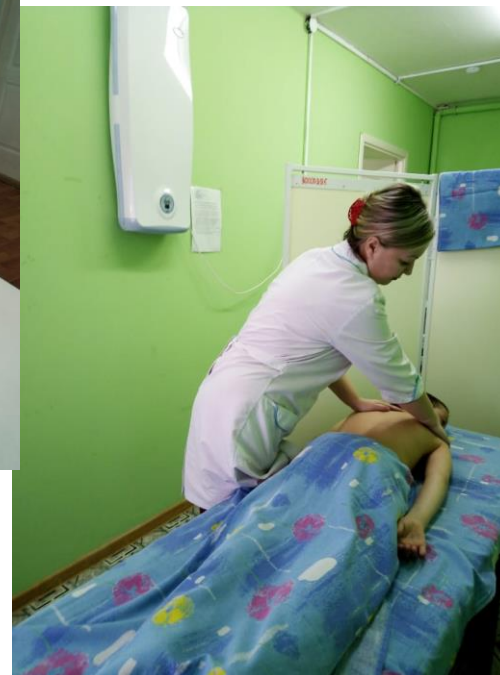
Заведующая
медицинским
кабинетом
Врач отоларинголог



Врач педиатр

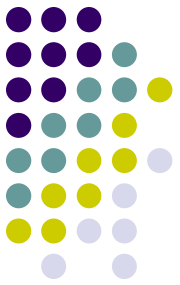


Врач психиатр



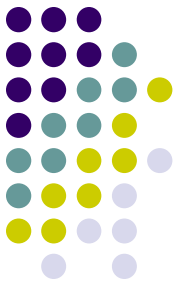
Медицинская
сестра
по массажу

Медико-психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса



Работа школьного психолого-медико-педагогического консилиума

Медико-психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса



**Консультирование
родителей
специалистами
ПМПк**

Курсы коррекционно-развивающей области



Логопедические
занятия
(1-6 классы)

Курсы коррекционно-развивающей области



**Психомоторика
(1-3 классы)
Игра, игротерапия
(4 класс)**

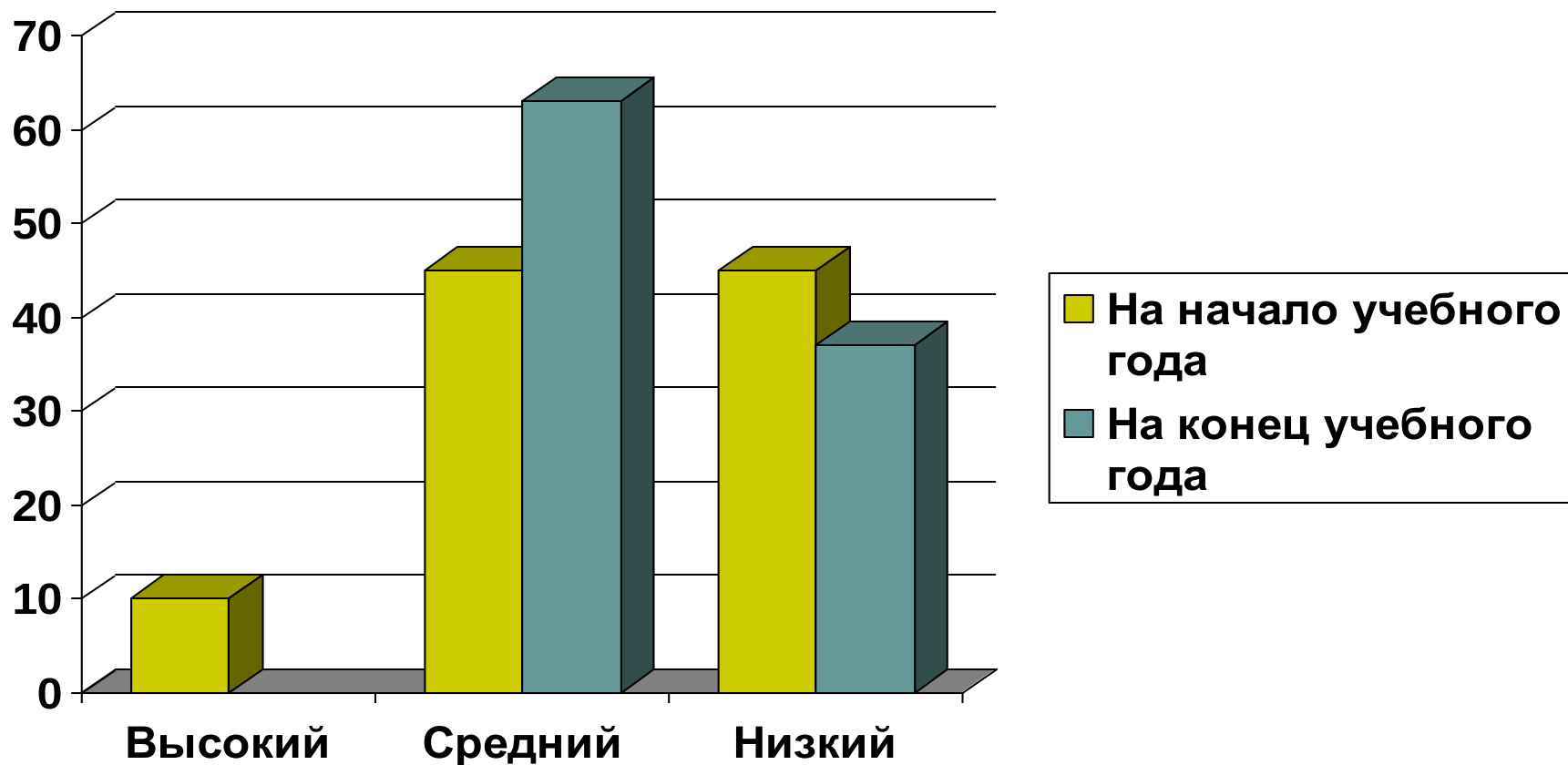
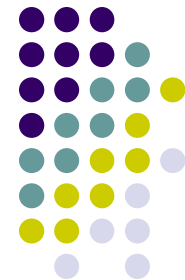
Курсы коррекционно-развивающей области



**Час с педагогом-
психологом
(5-6 классы)**

**Психологический
практикум
(7-9 классы)**

Мониторинг уровня тревожности обучающихся 5-9 классов

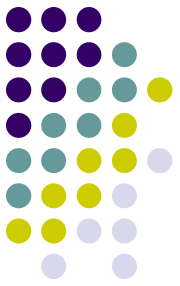


Курсы коррекционно-развивающей области



**Лечебная
физическая
культура
(1- 4 классы)**

Курсы коррекционно-развивающей области



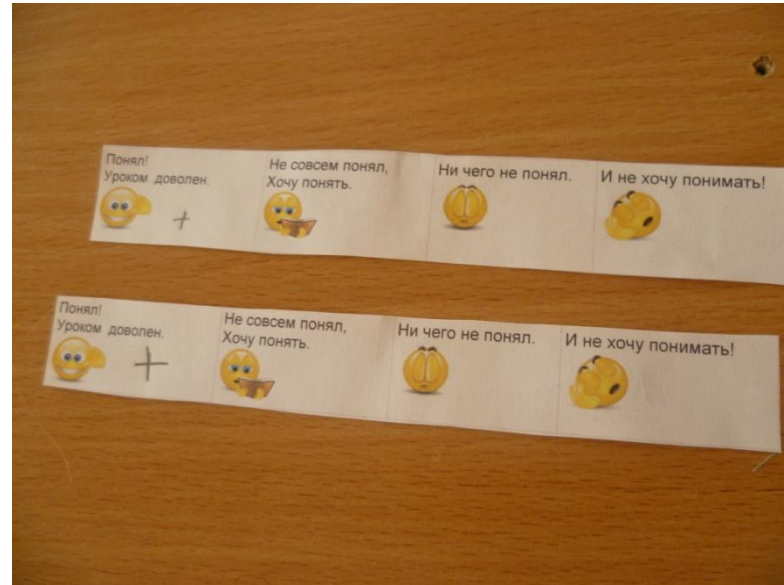
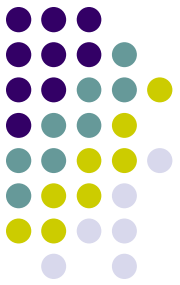
**Ритмика
(1- 4 классы)**

Санитарно-гигиенические требования уроков



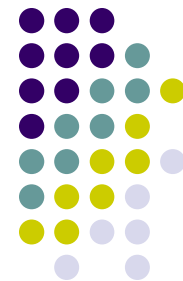
**Чередование
видов
учебной
деятельности**

Санитарно-гигиенические требования уроков



Рефлексия

Санитарно-гигиенические требования уроков



Физминутки

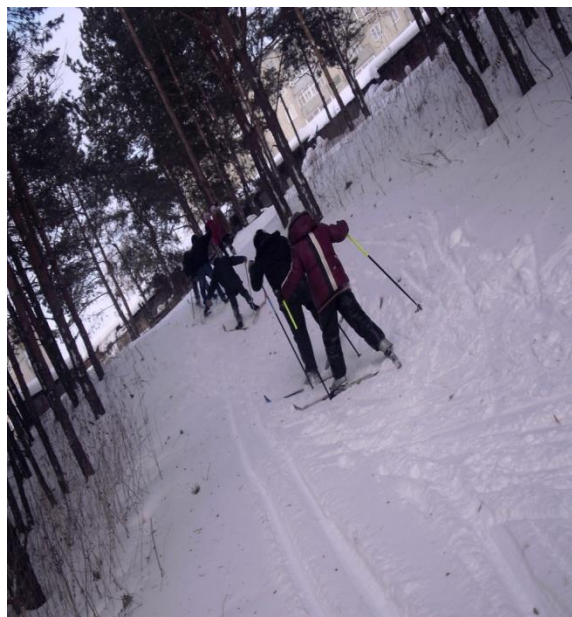
«Физминутка»



Каждой команде предлагается
провести 1 физминутку.



Организация физкультурно-оздоровительной работы



Уроки
физической
культуры

Организация физкультурно-оздоровительной работы



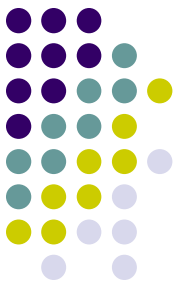
Курс внеурочной
деятельности
«По тропе
здоровья»
(1-3 классы)

Организация физкультурно-оздоровительной работы



Изучение
курса по
обеспечению
безопасности
жизнедеятельности
обучающихся
(ОБЖ 1-8-е классы)

Организация физкультурно-оздоровительной работы



Утренняя зарядка

Организация физкультурно-оздоровительной работы



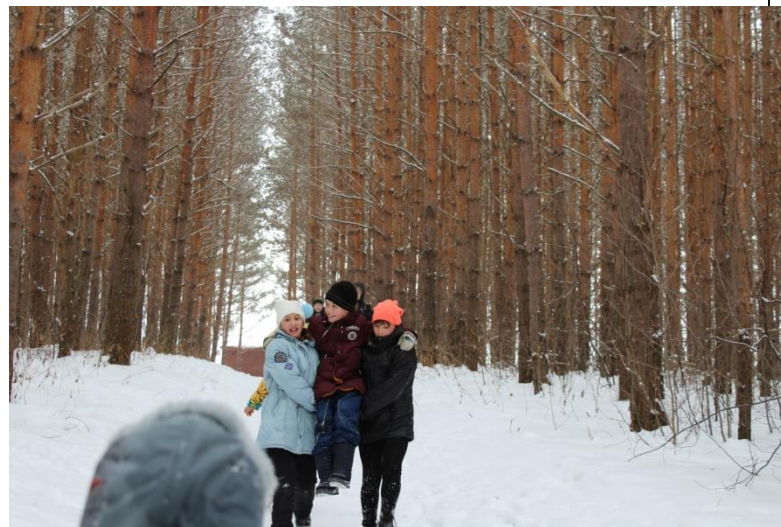
**Прогулки
на свежем
воздухе**

Организация физкультурно-оздоровительной работы



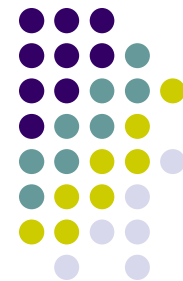
Дни
здоровья

Организация физкультурно-оздоровительной работы



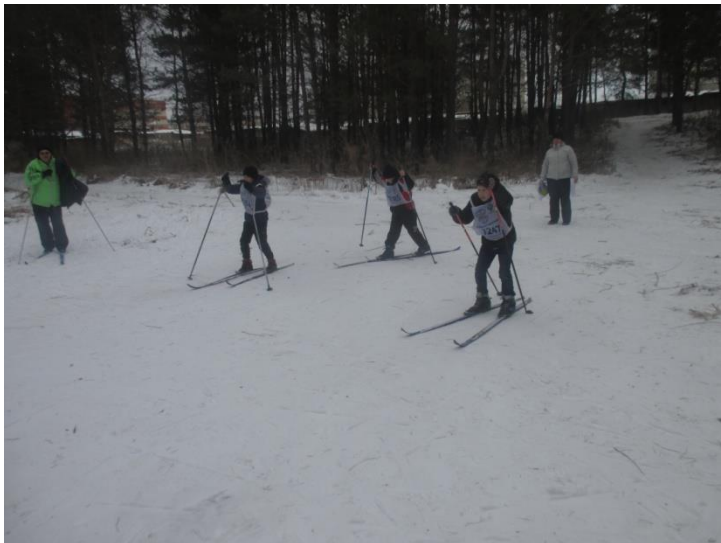
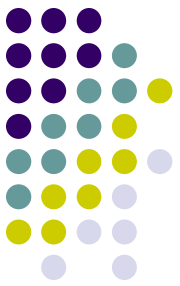
Спортивная игра
«Зарница»

Организация физкультурно-оздоровительной работы



День бега

Организация физкультурно-оздоровительной работы



Лыжня России

Организация физкультурно-оздоровительной работы



Праздник
«Проводы
русской
Зимы»

Организация физкультурно-оздоровительной работы



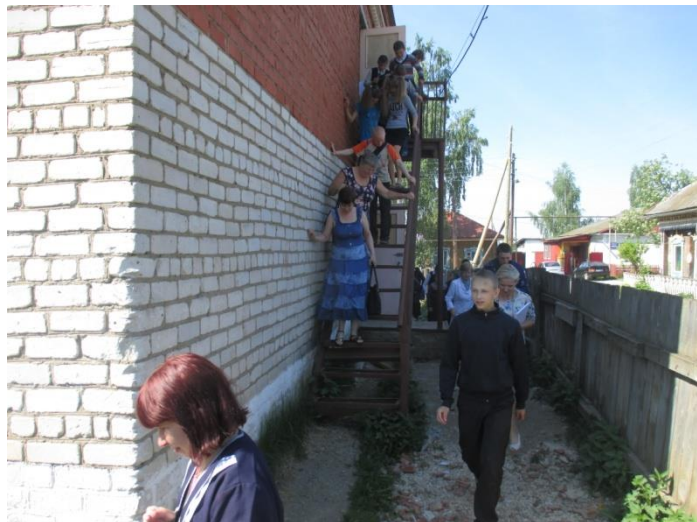
**Безопасное
колесо**

Организация физкультурно-оздоровительной работы



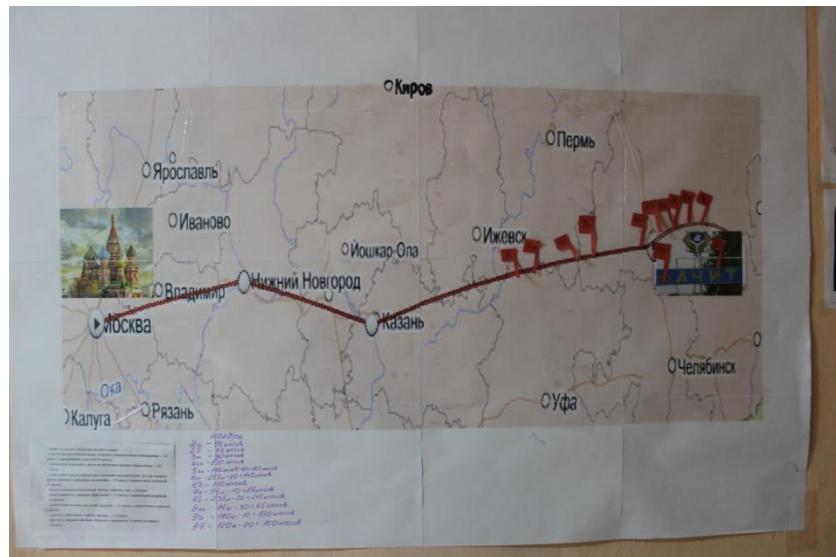
День
защиты
детей

Организация физкультурно-оздоровительной работы



Учебная тренировка
по эвакуации при пожаре

Организация физкультурно-оздоровительной работы



Общешкольный
конкурс
«Шаги здоровья»

Организация физкультурно-оздоровительной работы



**Вовлечение
родителей**

Внеурочная деятельность



**Секция
«Настольный теннис»**



Кружок «Мир шахмат»

Информационно-просветительская работа



**Занятие
социального
педагога по теме:
«Куриль - здоровью
вредить»**

Информационно-просветительская работа



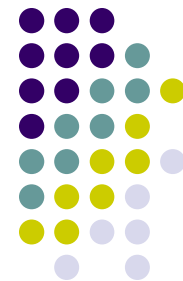
**Акция
«Всемирный день
борьбы со СПИДОМ»**

Информационно-просветительская работа



**Профилактические
беседы
медицинских
работников**

Информационно-просветительская работа

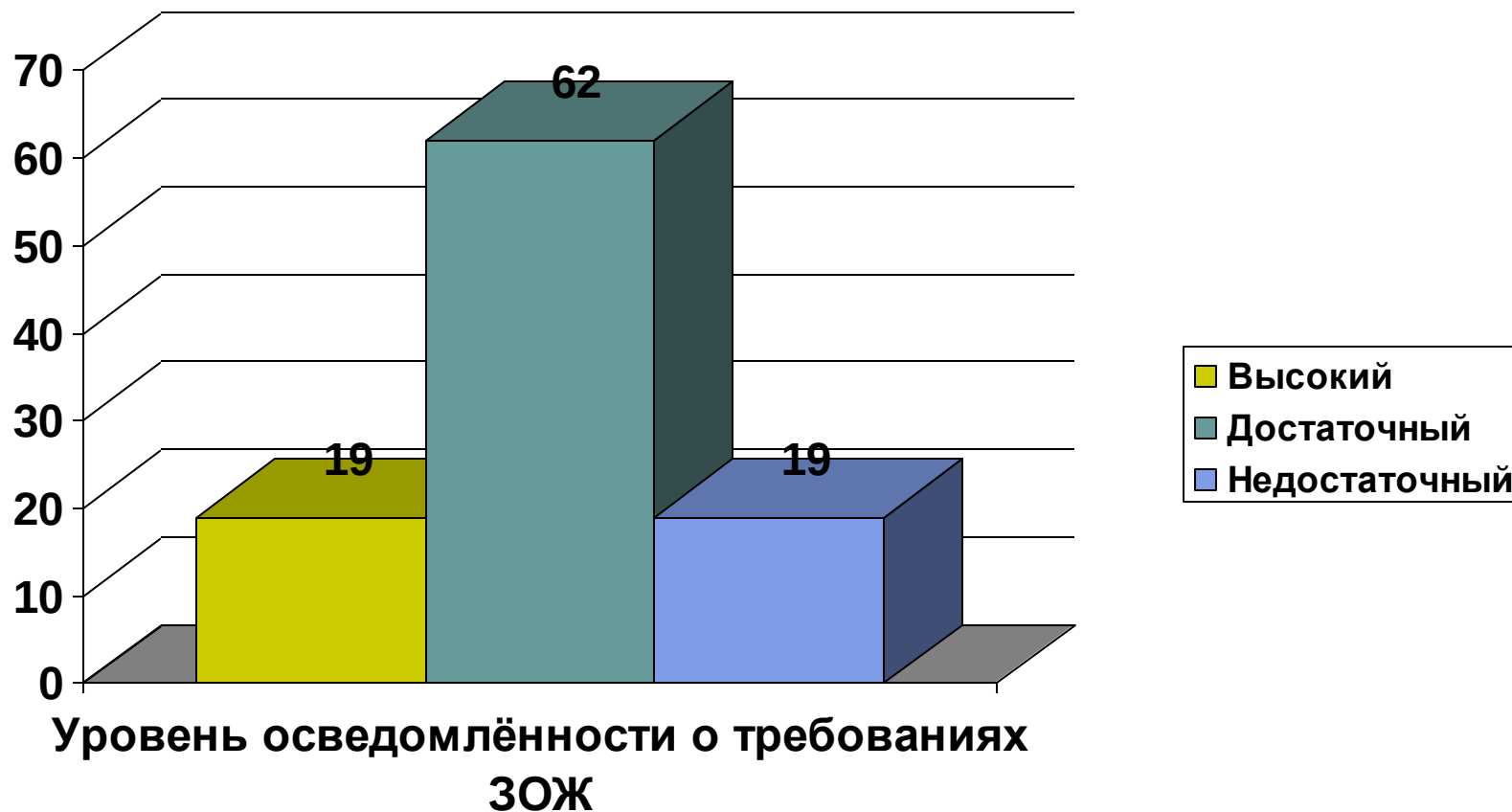


Внеклассные занятия:



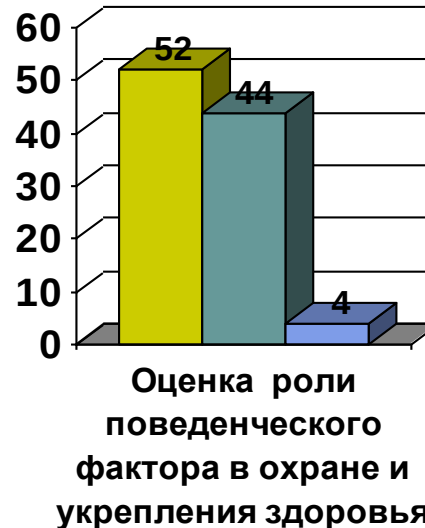
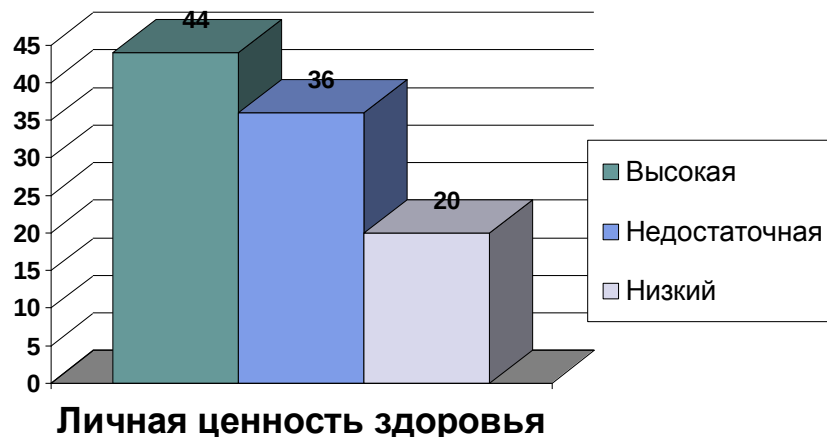
Выставки

Результаты анкетирования обучающихся (1-4 классов – 16 человек) Анкета «Здоровый образ жизни»

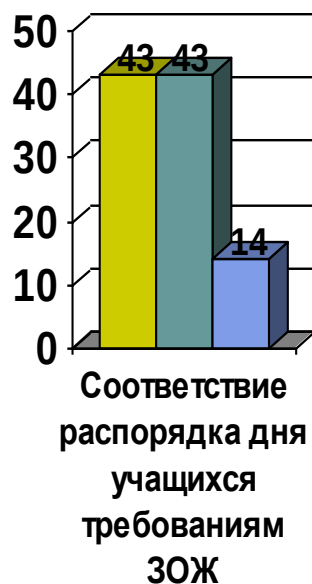


Результаты анкетирования обучающихся (5-9 классов – 55 человек)

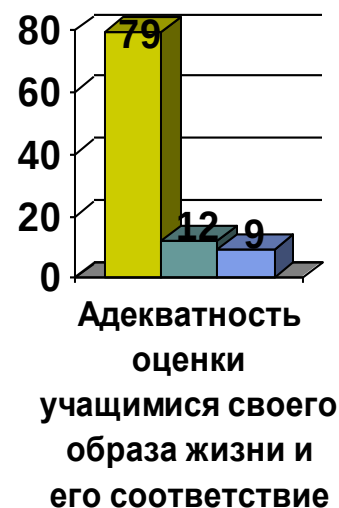
Анкета «Здоровый образ жизни»



- Понимание
- Недостаточное понимание
- Отсутствие понимания



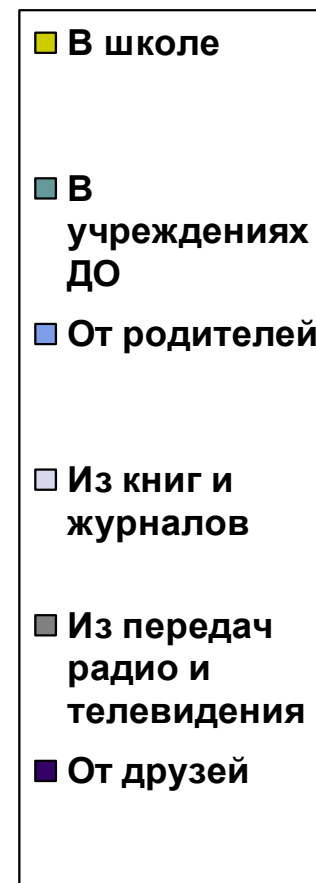
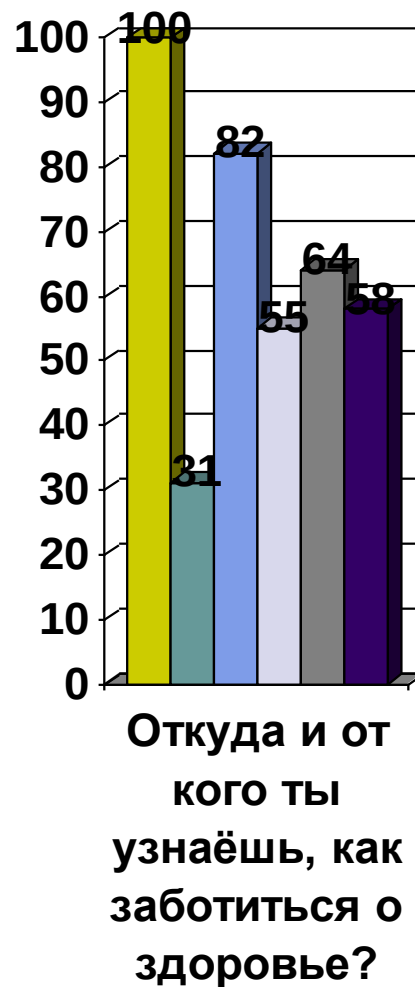
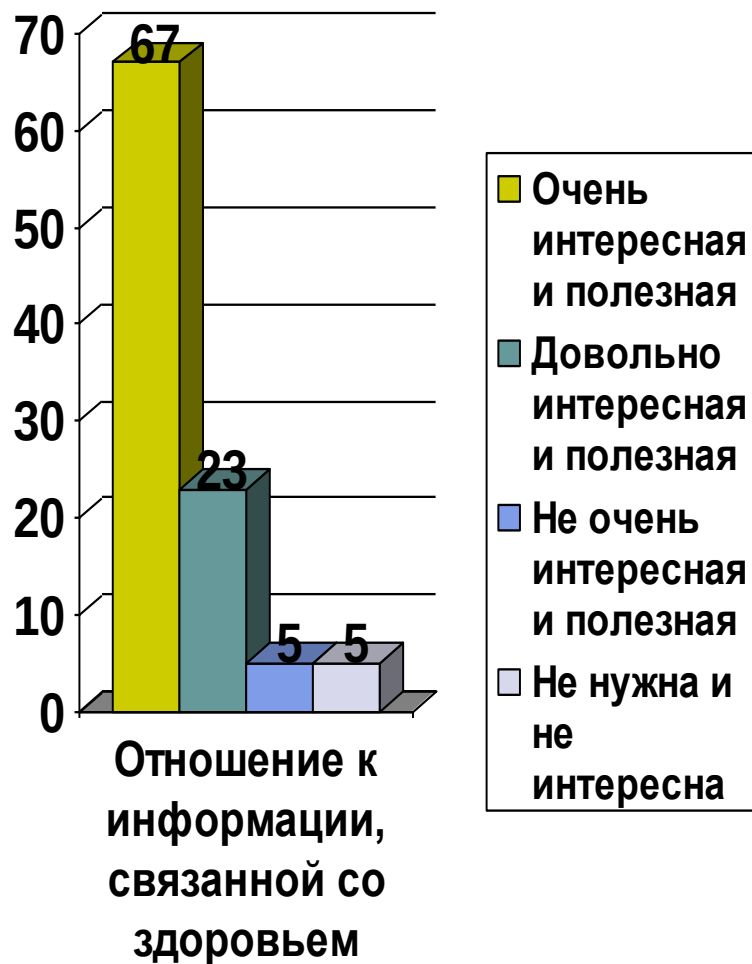
- Полное соответствие
- Неполное соответствие
- Несоответствие



- Адекватная
- Недостаточно адекватная
- Неадекватная

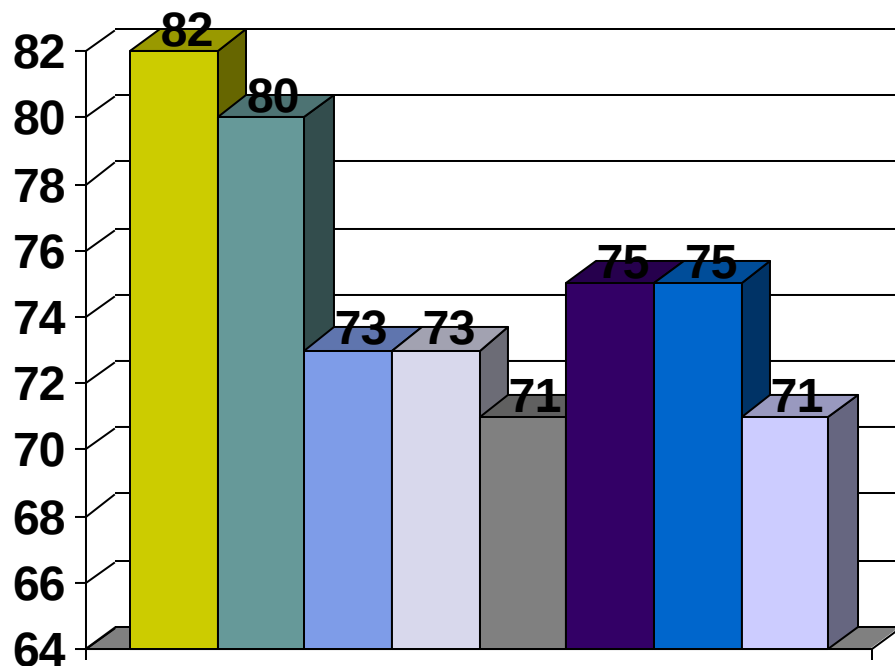
Результаты анкетирования обучающихся (5-9 классов – 55 человек)

Анкета «Здоровый образ жизни»



Результаты анкетирования обучающихся (5-9 классов – 55 человек)

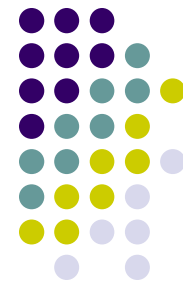
Анкета «Здоровый образ жизни»



Какие мероприятия по охране и укреплению здоровья проводятся в вашем ОУ?

- Уроки обучающие здоровью
- Беседы о том, как заботиться о здоровье
- Показ видео фильмов
- Спортивные соревнования
- Викторины
- Праздники
- Дни здоровья
- Спортивные секции

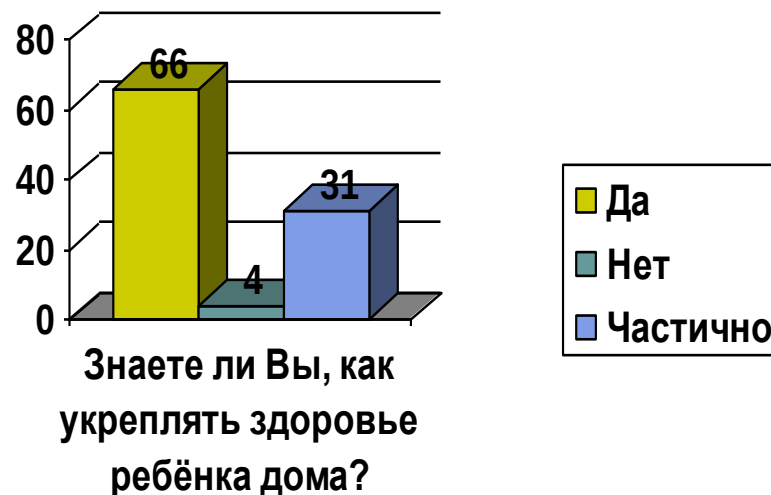
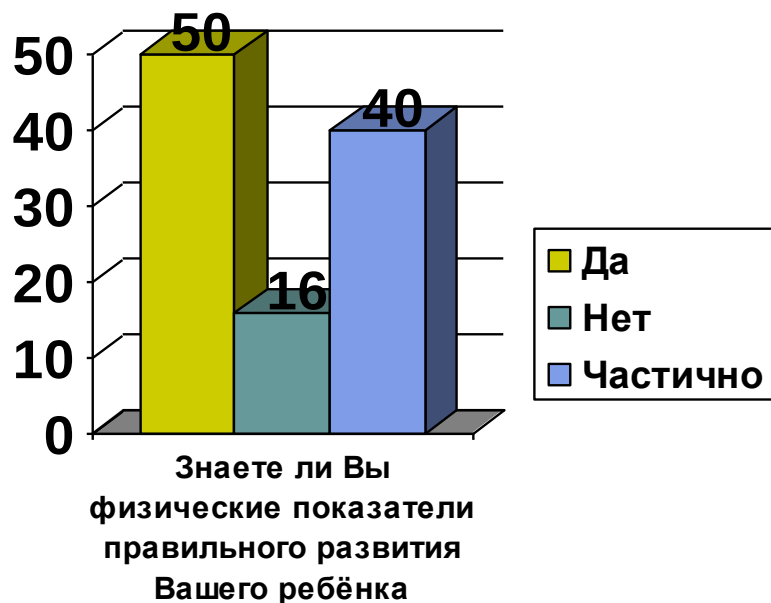
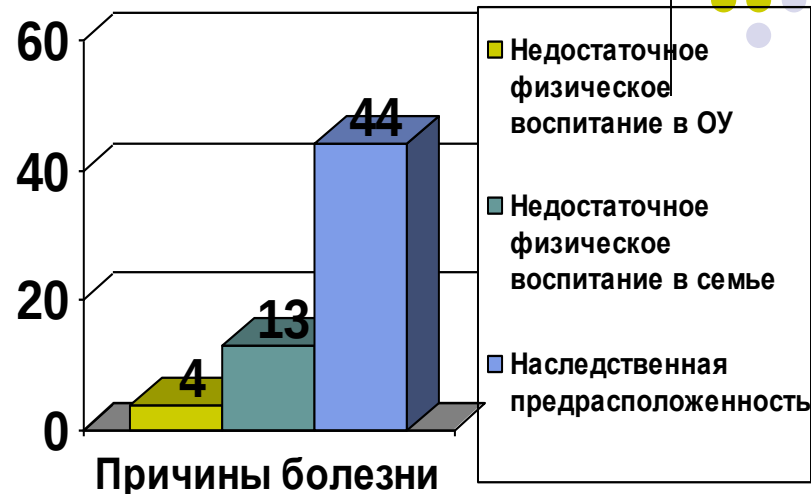
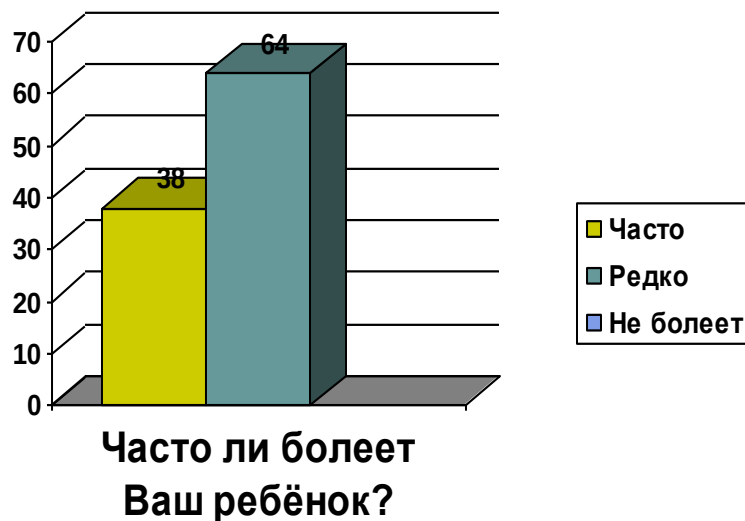
Информационно-просветительская работа



Проведение
родительских
собраний

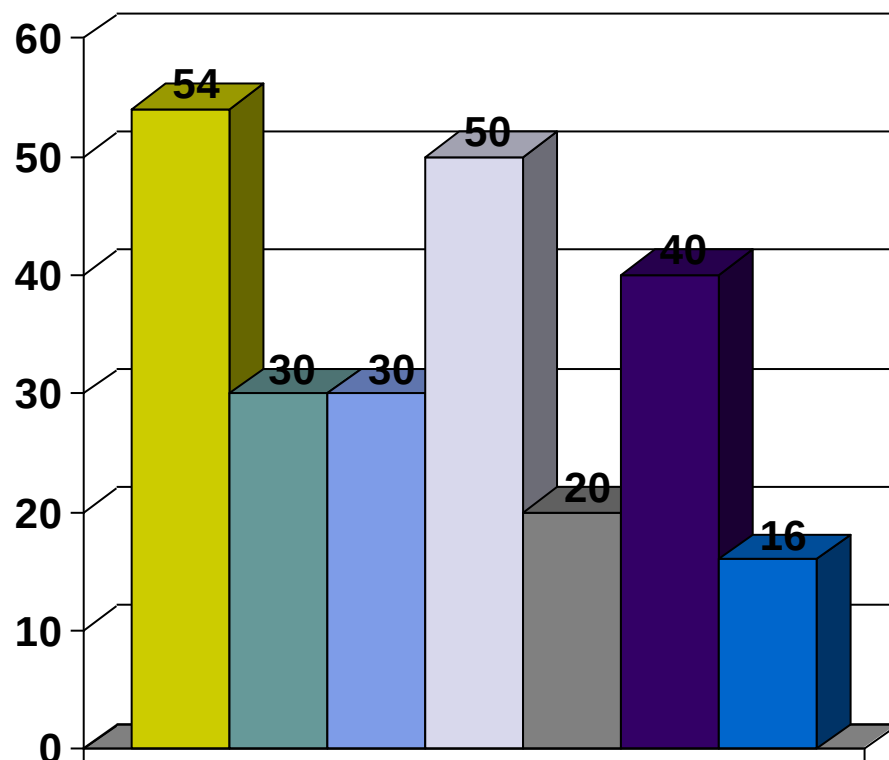
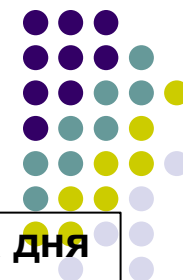
Результаты анкетирования родителей

анкета «Здоровье вашего ребёнка»



Результаты анкетирования родителей

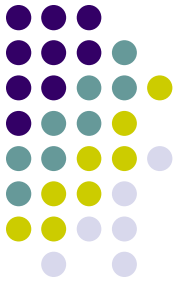
анкета «Здоровье вашего ребёнка»



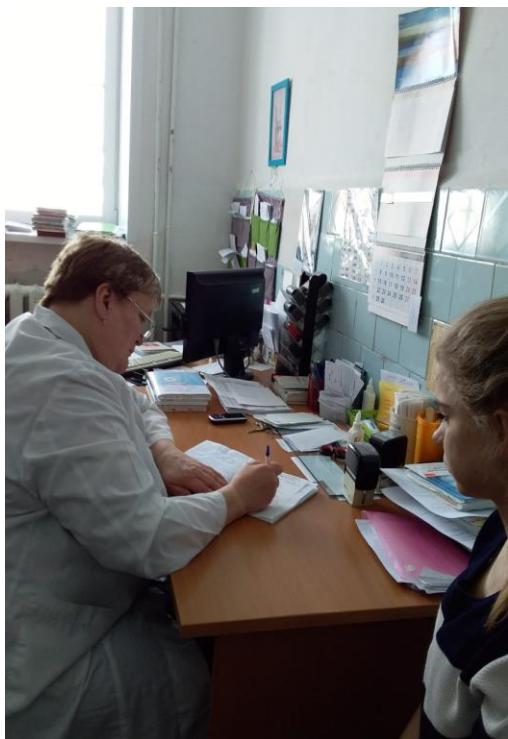
На что на Ваш взгляд, должны обращать внимание семья и ОУ, заботясь о здоровье и физической культуре ребёнка?

- Соблюдение режима дня
- Достаточное пребывание на свежем воздухе
- Здоровая гигиеническая среда
- Благоприятная психологическая атмосфера
- Наличие спортивного оборудования
- Физкультурные мероприятия
- Закаливающие мероприятия

A decorative graphic in the bottom right corner consisting of a grid of colored dots in shades of purple, teal, yellow, and light blue, arranged in a pattern that tapers to the right.

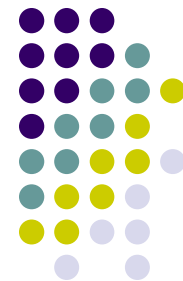


Социальное партнёрства



**Ачитская
центральная
районная
больница**

Социальное партнёрства



Ачитская ДЮСШ

Социальное партнёрства



ГАУ
«СРЦН Ачитского района»

Социальное партнёрства



Ачитская СОШ

Социальное партнёрства



**Специальный
олимпийский комитет
Свердловской области**

Социальное партнёрства



МАУ ФОЦ «Сокол»

Социальное партнёрства



Пожарная часть

Методическая работа



**Методическое
объединение
по теме**

Методическая работа

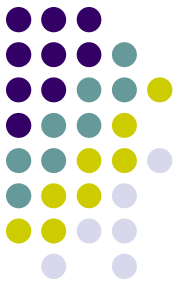


**Школьный конкурс
методических разработок
«Лучший конспект урока/
учебного занятия
с применением
здоровьесберегающих
технологий»**

Достижения педагогов



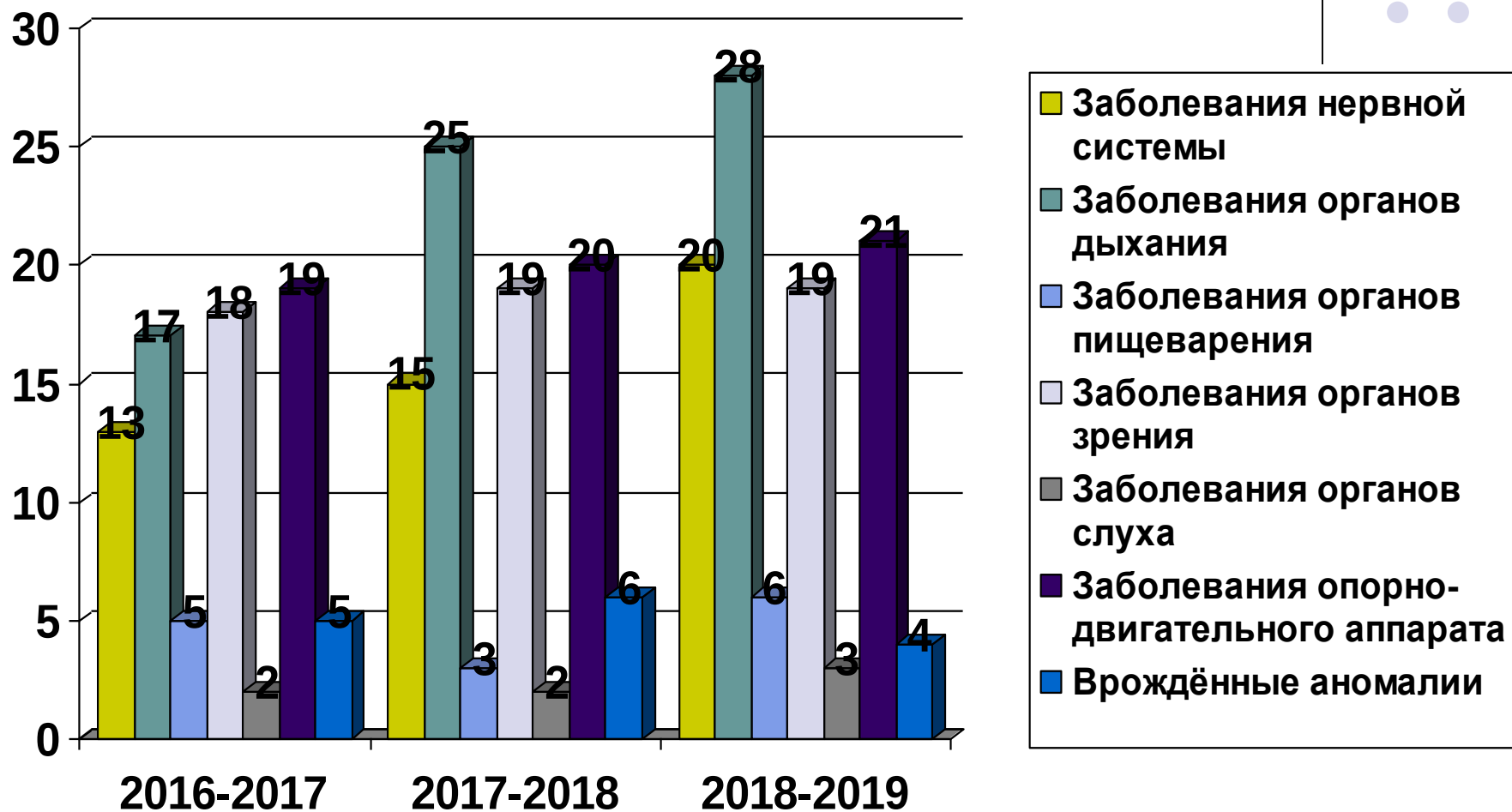
«Переводчик»



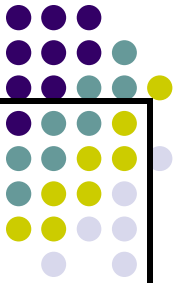
- У каждой команды лист с текстом пальчиковой гимнастики. Командам нужно с помощью мимики, рук изобразить смысл текста для того, чтобы команда соперников отгадала и прочитала текст пальчиковой гимнастики.

(Время на подготовку- 5 минут).

Заболеваемость обучающихся



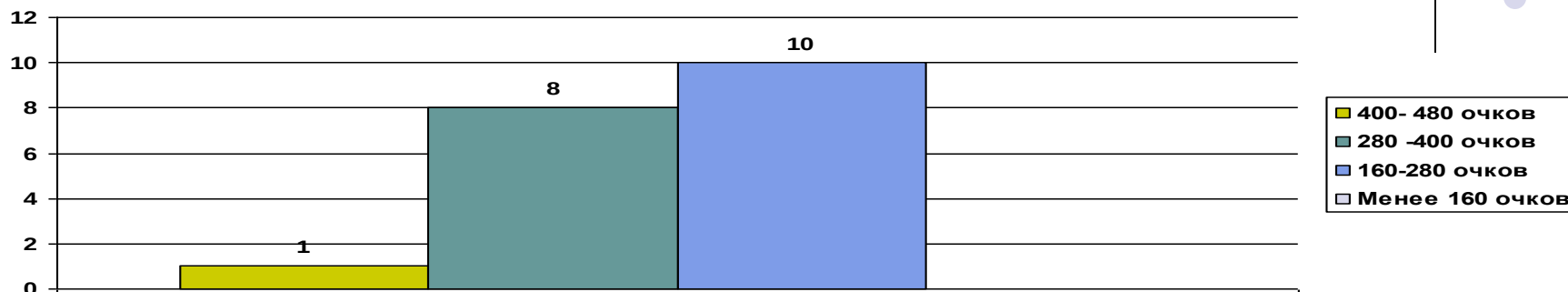
Работа в группах



Проблемы	Пути решения

Анкетирование педагогов

«Умеете ли вы вести здоровый образ жизни и производительно работать?»



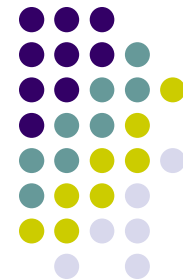
400- 480 очков: Вы ведёте правильный образ жизни. Вы хорошо организовали режим работы и эффективного отдыха, что, безусловно, положительно скажется на результат вашей работы. Не бойтесь, что регламентированность Вашей жизни придаёт ей монотонность - напротив, сбережённые силы и здоровье сделает её разнообразной и интересной.

280- 400 очков: Вы близки к идеалу , хотя и не достигли его. Вы уже овладели искусством восстанавливать свои силы и при самой напряжённой работе. Важно, чтобы ваша общественная и личная жизнь и впрямь оставались уравновешенными , без стихийных бедствий. Но у Вас есть ещё резервы повышения производительности за счёт более разумной организации ритма своей работы в соответствии с особенностями Вашего организма.

160- 280 очков: Вы «середнячок». Если Вы будите и дальше жить в таком же режиме. Ваши шансы дожить до пенсии в добром здравии невелики. Опомнитесь, пока не поздно, ведь время работает против Вас. У Вас есть все предпосылки, чтобы изменить свои вредные привычки. Не откладывайте профилактику на завтра.

Менее 160 очков: Незавидная у Вас жизнь. Если вы уже жалуетсяь на какие-то недомогания, особенно сердечно-сосудистой системы, то можете смело винить лишь Ваш собственный образ жизни.

Упражнение «Внутренний луч».



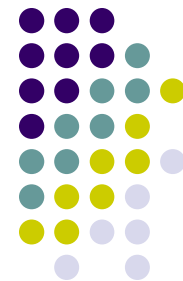
Приметите удобную позу, сядьте удобно.

(Включается спокойная музыка).

— Представьте, что внутри вашей головы, в верхней ее части, возникает светлый луч, который медленно и последовательно движется сверху вниз и медленно, постепенно освещает лицо, шею, плечи, руки теплым, ровным и расслабляющим светом. По мере движения луча разглаживаются морщины, исчезает напряжение в области затылка, ослабляется складка на лбу, ослабляются зажимы в углах губ, опускаются плечи, освобождаются шея и грудь. Внутренний луч как бы формирует новую внешность — спокойного, освобожденного человека, удовлетворенного собой, своей жизнью и своей профессией.

— И теперь вместе, не открывая глаза, произносим «Я стал новым человеком! Я стал молодым и сильным, спокойным и стабильным! Я все буду делать хорошо!»

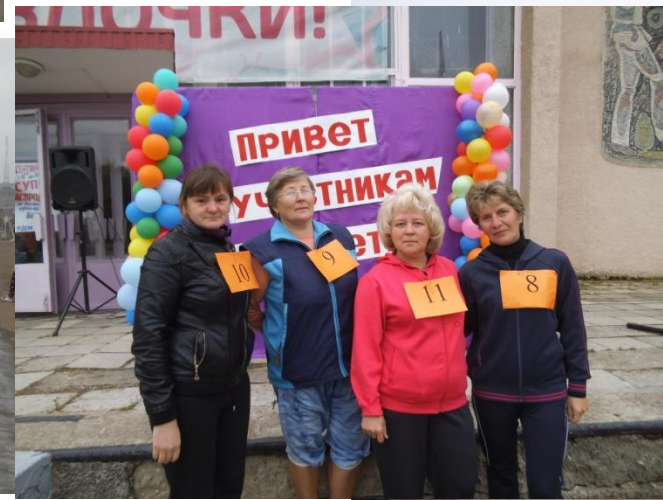
«Немного о серьезном в шутку».



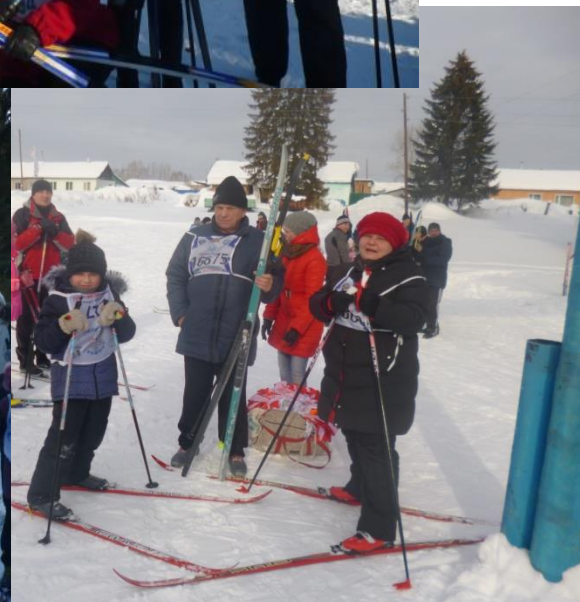
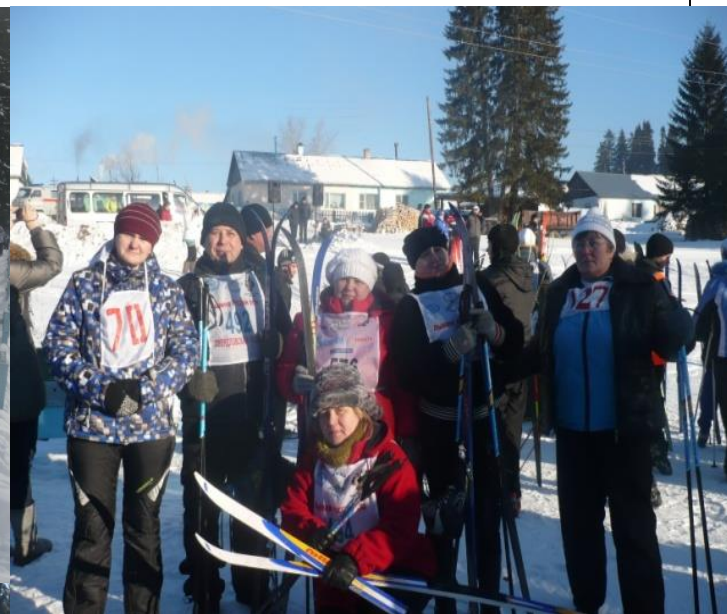
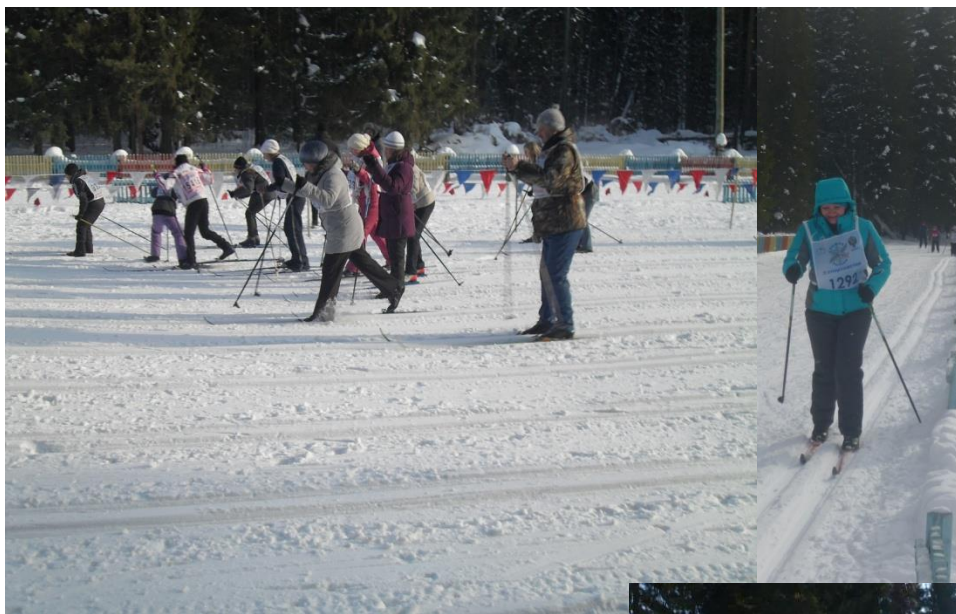
Сказка «Красная шапочка!»



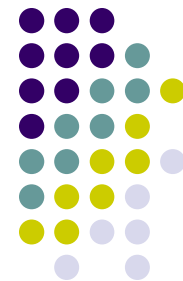
Участие обучающихся и педагогов во Всероссийском дне бега «Кросс Нации»



Участие педагогов во Всероссийской лыжной гонке «Лыжня России»



Лыжные прогулки



Активный отдых



«Я здоровым быть могу – сам себе я помогу»



Новый день начинайте с улыбки и утренней зарядки.

- Соблюдайте сами режим дня и требуйте этого у своих детей.
- Помните: лучше умная книга, чем бесцельный просмотр телевизора.
- Любите своего ребенка – он ваш.

Уважайте членов своей семьи, они – ваши попутчики.

- Положительное отношение к себе – основа психологического выживания.
- Не бывает плохих детей, бывают плохие поступки.
- Личный пример по здоровому образу жизни – лучше всякой морали.
- Используйте естественные факторы закаливания, чтобы быть здоровыми.
- Помните: простая пища полезнее для здоровья, чем искусственные яства.
- Лучший вид отдыха – прогулка с семьей на свежем воздухе, лучшее развлечение для ребенка – совместная игра с родителями.
- Успехов всем нам в сохранении и улучшении своего здоровья. Будьте молоды и жизнерадостны.

Проект решения педагогического совета:



- Продолжить работу по применению элементов здоровьесберегающих технологий на уроках и во внеурочной деятельности;
- Оформить уголок Здоровья;
- Оформить медицинским работникам паспорт Здоровья школы, а классным руководителям паспорт Здоровья класса;
- Использовать более активные методы вовлечение родителей в спортивно-оздоровительную работу школы и класса.



Спасибо за внимание!