
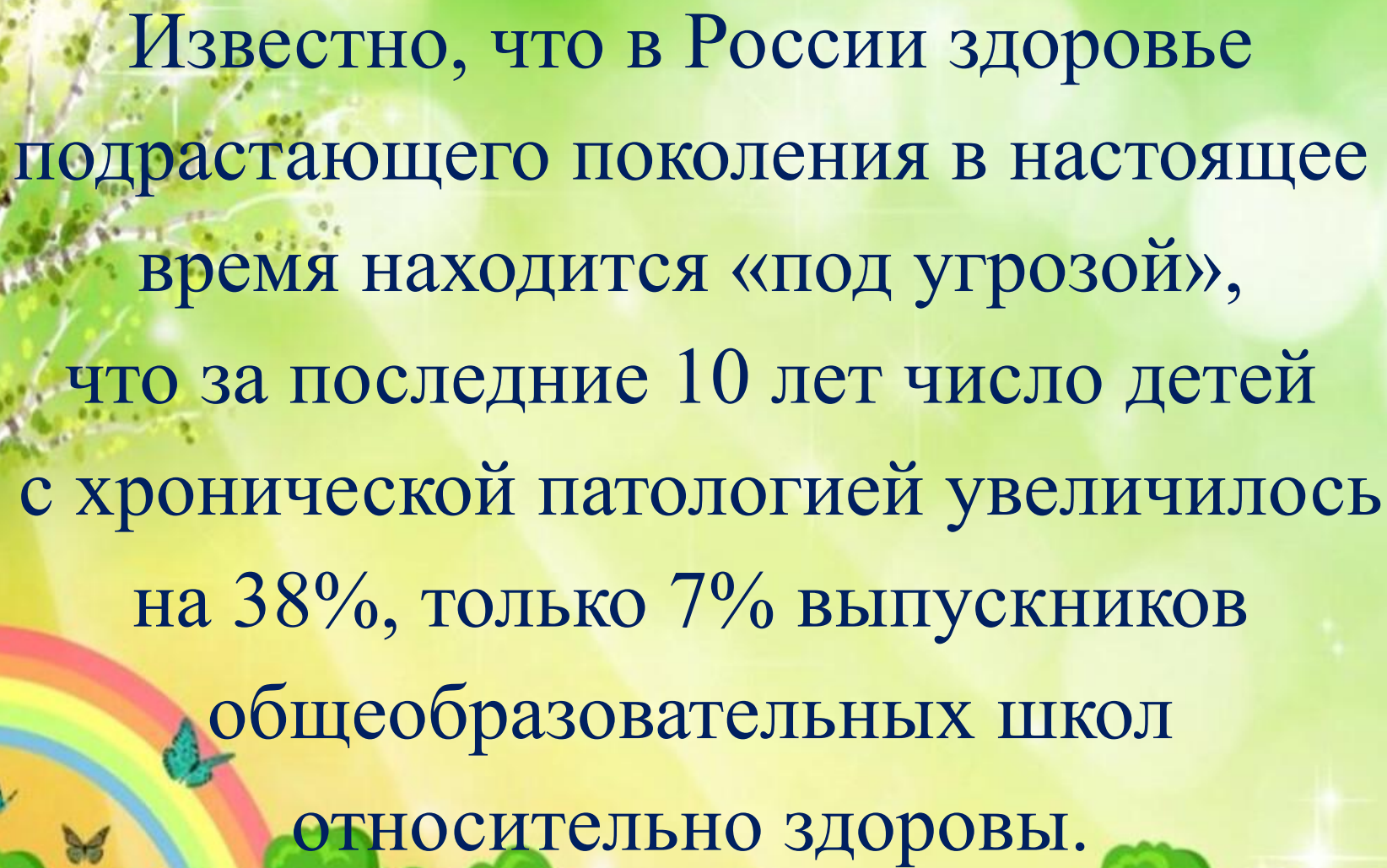


**«Применение
здоровьесберегающих технологий
при работе с одаренными детьми»**

*Ширай Ольга Петровна,
педагог дополнительного образования
МБОУ ДО «Дом детского творчества»
Прокопьевск, Кемеровская область-Кузбасс*



**«Здоровый нищий
счастливее больного короля»
(А. Шопенгауэр)**



Известно, что в России здоровье подрастающего поколения в настоящее время находится «под угрозой», что за последние 10 лет число детей с хронической патологией увеличилось на 38%, только 7% выпускников общеобразовательных школ относительно здоровы.



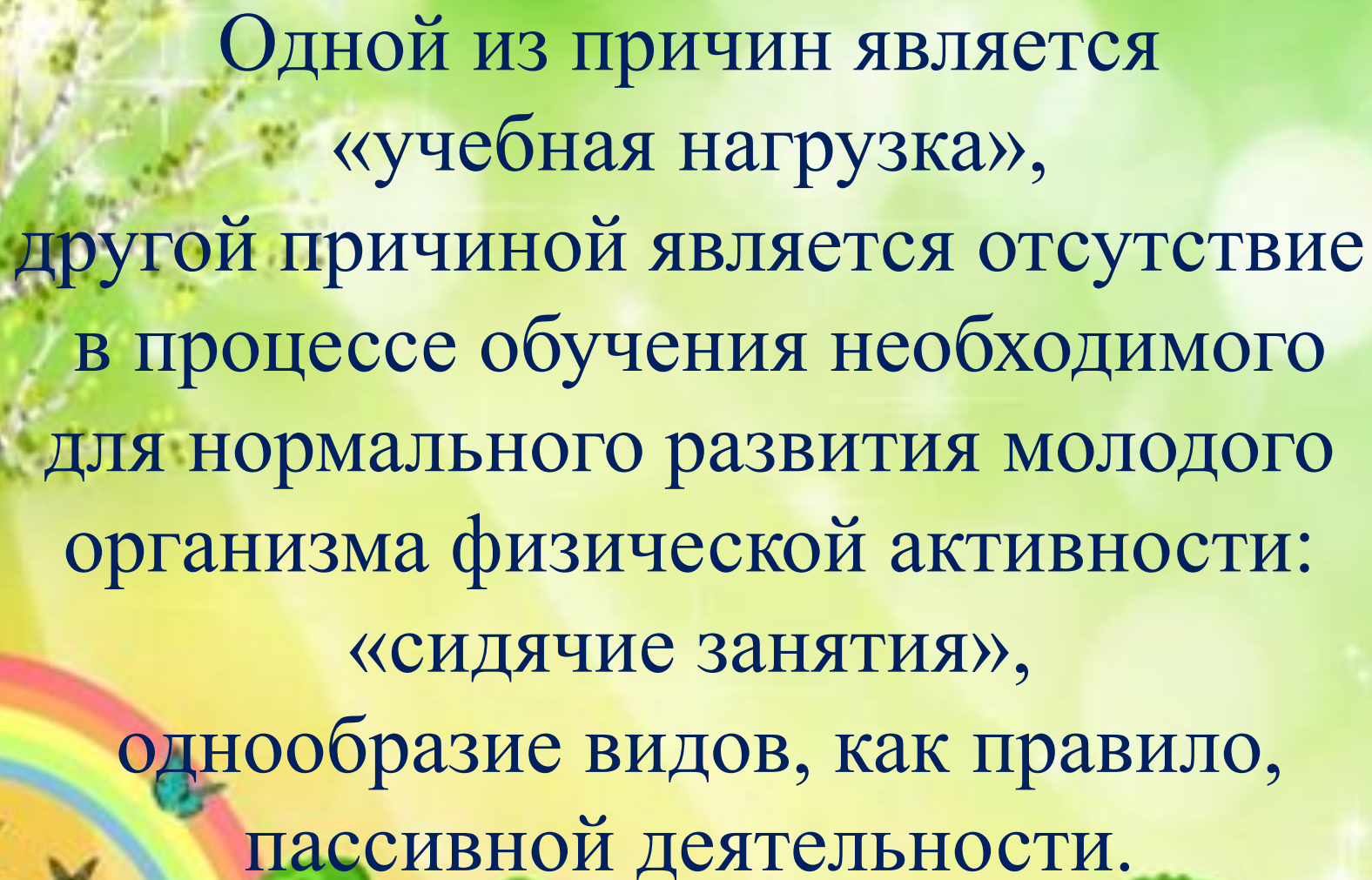
Цель: улучшение состояния здоровья и качества жизни детей.

Задачи:

- * пропаганда здорового образа жизни,
- * разработка мероприятий, которые уменьшают риск возникновения заболеваний и повреждений, связанных с социальными аспектами жизни детей и подростков.

Причины:

- перегрузка учебных программ;
- ухудшение экологической обстановки;
- стрессовые воздействия, связанные со снижением экономического благополучия семьи;
- распространение нездоровых привычек (курение, алкоголь, наркомания, токсикомания).



Одной из причин является
«учебная нагрузка»,
другой причиной является отсутствие
в процессе обучения необходимого
для нормального развития молодого
организма физической активности:
«сидячие занятия»,
однообразие видов, как правило,
пассивной деятельности.

Осанка

Различные нарушения осанки у детей не так уж редки. Причин неправильной осанки много, например, привычка стоять с опорой на одну и ту же ногу (таз принимает косое положение, и позвоночник изгибается в одну сторону) или неправильная походка (с опущенной головой, свисающими плечами, согнутыми спиной и ногами) и т.д.











ГБОУ ДОД КО Детский образовательно-оздоровительный (профильный) центр

Сибирская сказка



На занятиях проводятся физминутки,
а чтобы эти минутки были интересными,
они проводятся в игровой форме.

Помимо физминуток проводятся музыкальные
игры: «Хлопай-топай», «Физзарядка» и т.д.

Эти игры ребята очень любят и играют в них
с удовольствием, а так же проводятся массовые

игры: «Чайничек», «Обсерватория»,
«Киносъемка» и другие. Во время игр
позвоночник находится в движении, что
способствует правильному его развитию.



Зрение.

Так же необходимо следить за зрением учащихся.

Во время работы глаза испытывают большое напряжение.

Для сохранения хорошего зрения необходимо:

- беречь глаза от пыли, дыма, ветра;
- не смотреть долго на один и тот же предмет или на мелкие предметы.

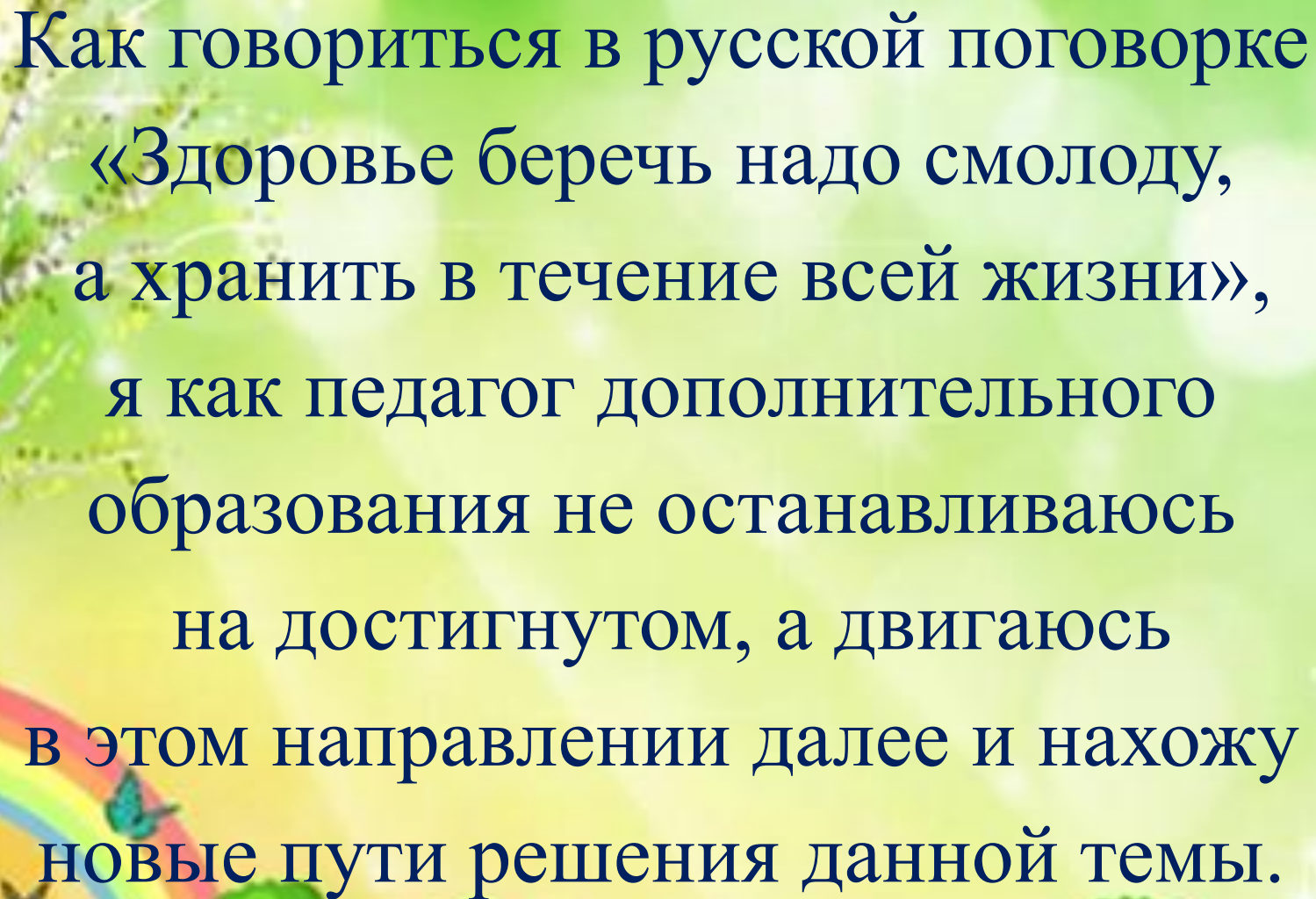
На своих занятиях в творческом объединении «Юный дизайнер» художественной направленности стараюсь делать несколько перерывов, чтобы отдыхали глаза, для этого использую различные упражнения для глаз.



Сотрял :)

Мила

РЖИЕ
ШКА
ШКИ
КА
ОК
Ч
П



Как говорится в русской поговорке
«Здоровье беречь надо смолоду,
а хранить в течение всей жизни»,
я как педагог дополнительного
образования не останавливаюсь
на достигнутом, а двигаюсь
в этом направлении далее и нахожу
новые пути решения данной темы.

Спасибо за внимание

