


# Здоровьесберегающ ие технологии

Выполнила студентка  
2 курса ПФ 16-А группы  
Власенко Анастасия




A decorative vertical border on the left side of the slide, featuring a green vine with leaves and clusters of dark grapes.

Под здоровьесберегающими технологиями в широком смысле слова следует понимать все те технологии, использование которых идет на пользу здоровья. Здоровьесберегающие технологии связаны с различными формами деятельности людей (в сфере образования, здравоохранения, в правовой, социально-экономической, культурной сферах), которые направлены на формирование здорового образа жизни человека и минимизацию факторов, приносящих вред его здоровью.





# Основные компоненты здоровьесберегающей технологии:

- 1) Аксиологический
  - 2) Гносеологический
  - 3) Здоровьесберегающий
  - 4) Эмоционально-волевой
  - 5) Экологический
  - 6) Физкультурно-оздоровительный
- 

1) Аксиологический, проявляющийся в осознании учащимися высшей ценности своего здоровья, убежденности в необходимости вести здоровый образ жизни и использовать свои умственные и физические возможности. Осуществление аксиологического компонента происходит на основе формирования мировоззрения, внутренних убеждений человека.



2) Гносеологический, связанный с приобретением необходимых для процесса здоровьесбережения знаний и умений, познанием своих потенциальных способностей и возможностей, интересом к вопросам собственного здоровья, к изучению литературы по данному вопросу, различных методик по оздоровлению и укреплению организма.





3) Здоровьесберегающий, включающий систему ценностей и установок необходимых для нормального функционирования организма, а также систему упражнений, направленных на совершенствование навыков и умений по уходу за самим собой и окружающей средой. Особая роль в этом компоненте отводится соблюдению режима дня, режима питания, чередования труда и отдыха.



CL TERRY

4) Эмоционально-волевой, включает в себя проявление психологических механизмов — эмоциональных и волевых. Необходимым условием сохранения здоровья являются положительные эмоции благодаря которым у человека закрепляется желание вести здоровый образ жизни



CL TERRY

5) Экологический, учитывающий то, что человек как биологический вид существует в природной среде, которая обеспечивает человеческую личность определёнными биологическими, экономическими и производственными ресурсами. Кроме того, она обеспечивает ее физическое здоровье и духовное развитие.





6) Физкультурно-оздоровительный компонент предполагает владение способами деятельности, направленными на повышение двигательной активности и предупреждение гиподинамии. Физкультурно-оздоровительный компонент направлен на освоение личностно-важных жизненных качеств, повышающих общую работоспособность, а также навыков личной и общественной гигиены.






Функции здоровьесберегающих технологий:

- Формирующая;
- Информативно - коммуникативная;
- Диагностическая;
- Рефлексивная;
- Интегративная.

Цели, преследуемые в ходе реализации здоровьесберегающих:

- разработка и реализация представлений о сущности здоровья;
  - разработка и построение диагностической и мониторинговой моделей оценки и прогнозирования уровня здоровья;
  - формирование мотивации к коррекции образа жизни индивида с целью укрепления здоровья;
  - реализация индивидуальных оздоровительных программ;
  - овладение методиками и методами современных здоровьесберегающих технологий, умений использования их в практической деятельности;
  - познание индивидуальных особенностей организма;
  - приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной сфере;
  - создание информационного поля по проблеме здоровьесбережения.
- 





Классификация здоровьесберегающих технологий:

1. Защитно-профилактические.

Это приемы, методы, технологии, направленные на защиту человека от неблагоприятных для здоровья воздействий.

2. Компенсаторно-нейтрализующие.

Их основная задача восполнить недостаток того, что требуется организму для полноценной жизнедеятельности, или хотя бы частично нейтрализовать негативные воздействия в тех случаях, когда полностью защитить человека от них не представляется возможным.

3. Стимулирующие.


Эти приемы, методы, технологии позволяют активизировать собственные силы организма, использовать его ресурсы для выхода из нежелательного состояния.

4. Информационно-обучающие.

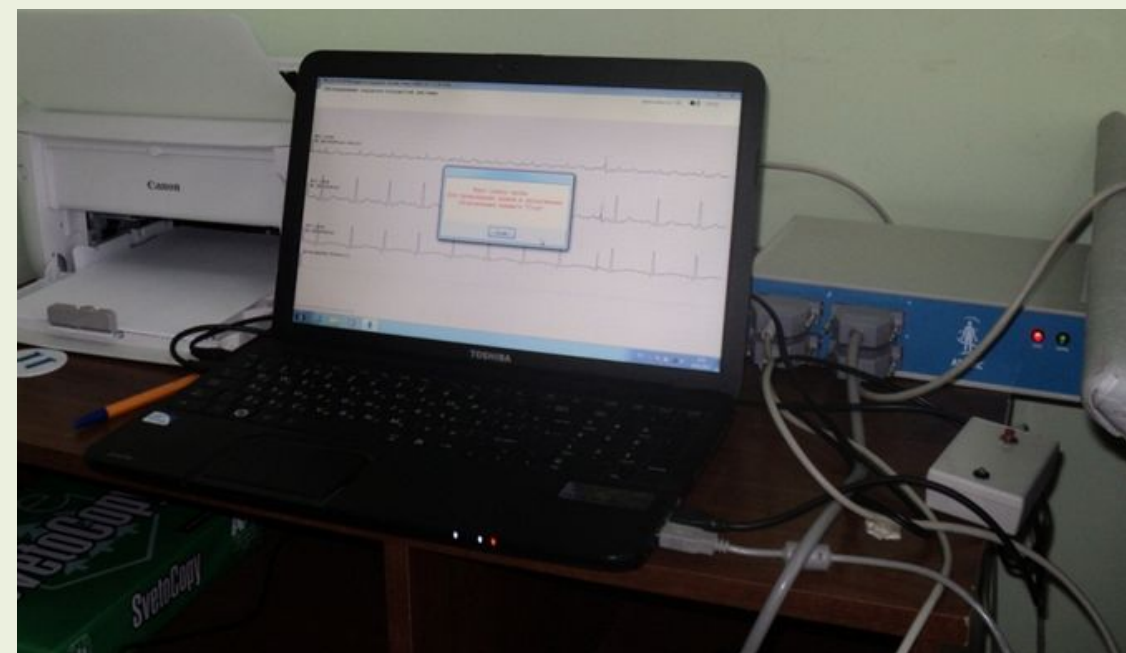
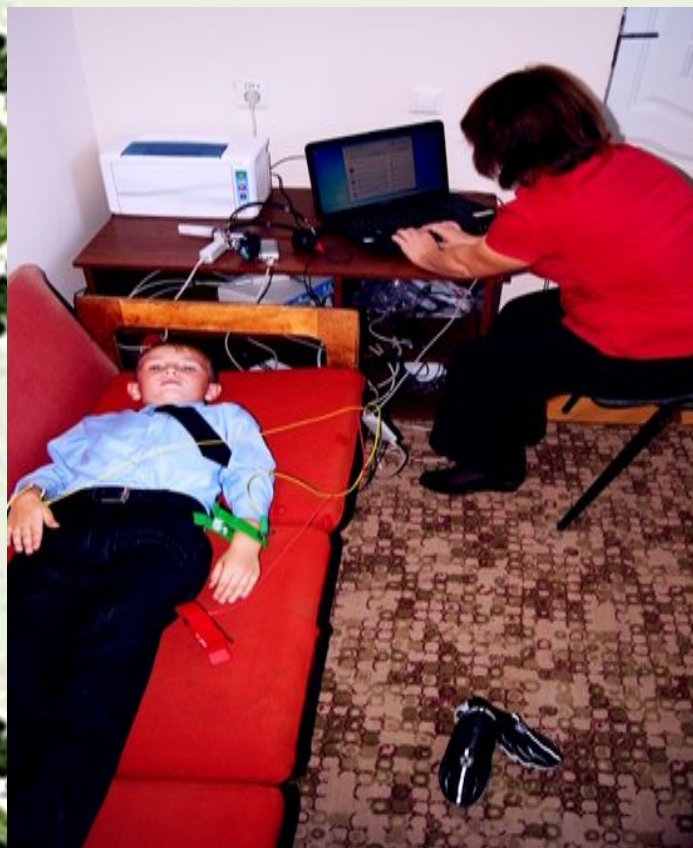
Сюда относятся образовательные, просветительские и воспитательные программы.

5. Социально адаптирующие и личностно развивающие технологии.

Включают технологии, обеспечивающие формирование и укрепление психологического здоровья учащихся, повышение ресурсов психологической адаптации личности.



Защитно-профилактические  
Аппаратно - программный комплекс «АРМИС»,  
который позволяет качественно исследовать  
сердечно - сосудистую, дыхательную,  
зрительную, слуховую и нервную системы  
школьников.





A decorative vertical border on the left side of the slide, featuring a green vine with leaves and clusters of dark grapes.

Спасибо за внимание