*Приложение 24*

**Педагогический совет по теме**

**«Здоровье ученика и учителя — основа успешной деятельности»**

**Цель:** проведение системного анализа педагогической деятельности по формированию здорового образа жизни и укреплению здоровья участников образовательного процесса и определение путей и способов совершенствования работы в данном направлении.

**Задачи:**

1. выявить и проанализировать состояние здоровья учащихся и педагогов;
2. определить условия формирования здоровьесберегающего пространства школы;
3. обеспечить педагогов информацией для формирования собственных стратегий и технологий, позволяющих сохранять и укреплять здоровье участников образовательного процесса;
4. мотивировать педагогический коллектив школы к решению задач здоровьесберегающей педагогики.

**Участники:** администрация и педагоги.

**Подготовка к педсовету**:

1. Создание четырех инициативных (рабочих) групп по проведению педсовета, постановка задач перед каждой группой (*приложение 7*).
2. Изучение нормативной и научно-методической литературы по данной теме согласно списку (*приложение 8)*.
3. Посещение уроков в 1-11 классах с целью изучения практики применения здоровьесберегающих технологий на учебных занятиях (*приложение 9)*.
4. Проведение анкетирования среди учащихся (*приложение10)*.
5. Проведение диагностики уровня эмоционального выгорания учителей по методике В.В. Бойко (*приложение11)*.
6. Подготовка информационно-теоретического сообщения заместителем директора по учебно-воспитательной работе.
7. Составление инициативной группой проекта решения заседания педагогического совета.
8. Подготовка презентации для проведения педсовета (*приложение 12*)

**Оформление и оборудование**:

Подготовлены рабочие места для работы групп, председателя и секретаря педсовета.

На столах групп разложены материалы, необходимые для групповой работы (при необходимости ноутбуки).

Подготовлена презентация, содержащая схемы и диаграммы с результатами анкетирования учащихся и диагностики педагогов.

**Ход педсовета:**

1. **Вступительное слово директора**. Добрый день, уважаемые коллеги! Тема сегодняшнего педагогического совета «Здоровье ученика и учителя – основа успешной деятельности». Ни для кого не секрет, что во все времена человеческой истории здоровье было одним из самых больших желаний человека, некой абсолютной ценностью.

В настоящее время государственная политика в сфере образования основывается на принципе: гуманистический характер образования, приоритет жизни и здоровья человека.

Поэтому на педсовете нам необходимо провести оценку здоровьесберегающей среды нашего образовательного учреждения и определить пути и способы совершенствования работы в данном направлении.

1. **Информационно-теоретическая часть (заместитель директора по учебно-воспитательной работе)**. В условиях модернизации образования РФ с 1 сентября 2011 года в образовательных учреждениях были введены следующие нормативные документы:
2. ФГОС второго поколения, предусматривающие обязательную нагрузку учебной и внеучебной деятельности, позволяющую выстаивать стратегию по сохранению здоровья обучающихся;
3. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы в организации обучения в образовательных учреждениях (СанПин 2.4.2.2821-10), целью которых предотвратить неблагоприятное воздействие вредных для здоровья факторов и условий, сопровождающих учебную деятельность учащихся;
4. Федеральные требования к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников (Приказ Министерства образования и науки РФ №2106 от 02.02.2011), представляющие собой систему необходимых условий, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психологического здоровья обучающихся;
5. Закон об образовании в РФ от 29.12.2012 273-ФЗ, где статья 41 четко формулируется охрана здоровья обучающихся: структура и организация.

На основании указанных нормативных документов можно сделать вывод, что проблема здоровья учащихся вышла сегодня из ряда педагогических и обрела социальное значение. Здоровье детей - это политика, в которой заложено наше будущее, поэтому перед педагогами, родителями и общественностью стоит задача воспитания здорового поколения.

Проблема здоровья, развития и воспитания детей остаётся важнейшей государственной проблемой. Каждое образовательное учреждение призвано обеспечить не только учебный процесс, но равно содействовать нормальному развитию обучающихся и охране их здоровья.

Но не стоит забывать и о том, что главным субъектом системы образования является педагог. Поэтому эффективное использование человеческих ресурсов системы образования, сохранение и укрепление профессионального здоровья педагога должно стать приоритетным направлением образовательной политики государства. От здоровья учителя зависит здоровье подрастающего поколения, будущее страны. Психологическому микроклимату в педагогическом коллективе сегодня, в связи с обсуждением нового образовательного стандарта общего образования, уделяется особое внимание.

Современная педагогика по-иному рассматривает систему ученик - учитель. Так как именно в школьный период формируется здоровье человека на всю последующую жизнь и учитывая, что дети проводят в школе значительную часть дня, заниматься их здоровьем должны в том числе и педагоги. Без нового профессионального самосознания, без новых педагогических подходов, нового мышления невозможно осуществить личностно-ориентированный подход к обучению, сотрудничество, сотворчество учителя и ученика. Ведь именно доброжелательная обстановка в школе, товарищеские отношения между учителями и доброе отношение к ученикам - необходимые условия хорошего здоровья. Хорошее здоровье учителя, хорошее настроение – залог творческого, интересного урока. Когда школа работает как единый отлаженный механизм, когда между учителями и учениками действительно существует атмосфера сотрудничества и взаимопонимания, тогда в такой школе учиться интересно, тогда она по-настоящему становится вторым домом для ученика, а значит, в ней созданы все условия для сохранения здоровья.

Таким образом, охрана здоровья учителя является важным фактором укрепления здоровья ученика. Учитель обязан ответственно относится к своему здоровью, быть примером для ученика, вести здоровый образ жизни.

На сегодняшний день существует большое количество литературы и средств массовой информации, позволяющих досконально разобраться в таком понятии как«здоровьечеловека» – что это такое, из каких компонентов оно складывается, какие факторы влияют на него. По определению Всемирной организации здравоохранения «здоровье – это состояние физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов».

Вообще, можно говорить о трех видах здоровья: о здоровье физическом, психическом и нравственном (социальном):

**Физическое здоровье** – это естественное состояние организма, обусловленное нормальным функционированием всех его органов и систем. Если хорошо работают все органы и системы, то и весь организм человека (система саморегулирующаяся) правильно функционирует и развивается.

**Психическое здоровье** зависит от состояния головного мозга, оно характеризуется уровнем и качеством мышления, развитием внимания и памяти, степенью эмоциональной устойчивости, развитием волевых качеств.

**Нравственное здоровье** определяется теми моральными принципами, которые являются основой социальной жизни человека, т.е. жизни в определенном человеческом обществе. Отличительными признаками нравственного здоровья человека являются, прежде всего, сознательное отношение к труду, овладение сокровищами культуры, активное неприятие нравов и привычек, противоречащих нормальному образу жизни. Социальное здоровье считается высшей мерой человеческого здоровья. Нравственно здоровым людям присущ ряд общечеловеческих качеств, которые и делают их настоящими гражданами.

Здоровый и духовно развитый человек счастлив – он отлично себя чувствует, получает удовлетворение от своей работы, стремится к самоусовершенствованию, достигая неувядающей молодости духа и внутренней красоты.

Таким образом, нам необходимо рассмотреть четыре блока организации здоровьесбережения в ОУ:

1. организацию и проведение урока в нашем образовательном учреждении с учетом здоровьесберегающих условий;
2. здоровье учащихся;
3. здоровье учителя;
4. благоприятный эмоциональный микроклимат в кол­лективе.

Две недели в нашем образовательном учреждении работали четыре инициативных (рабочих) группы по указанным направлениям и сегодня они представят результаты своей работы. Слово предоставляется представителям от групп.

1. **Выступления рабочих (инициативных) групп.**

***1 группа «Здоровье учащихся образовательного учреждения».***

Состояние здоровья обучающихся – это важнейший показатель благополучия общества и государства. Состояние здоровья детей в России вызывает обоснованную тревогу. Сохраняется тенденция ухудшения здоровья школьников от первого класса к одиннадцатому: к окончанию школы около 85% детей страдают различными хроническими заболеваниями.

Нашей группой было проведено исследование состояния физического и социально-психологического здоровья учащихся. Результаты, которого следующие:

1. Коэффициент здоровья за 3 учебных года (результаты представлены на слайде презентации в виде диаграммы). Данный коэффициент вычисляется как отношение количества здоровых детей к количеству всех учащихся в ОУ.
2. Доля учащихся образовательного учреждения по группам здоровья, где I группа здоровья – практически здоровые дети, II группа здоровья – часто болеющие дети и дети, страдающие хроническими заболеваниями, III группа здоровья – дети серьезными хроническими заболеваниями, IV группа здоровья – дети, имеющие инвалидность. (результаты представлены на слайде презентации в виде диаграммы).
3. Количество учебных часов, пропущенных по болезни, в среднем на одного учащегося (результаты представлены на слайде презентации в виде диаграммы).
4. Из информации о пропусках уроков можно получить важный показатель о социально- психологическом здоро­вье класса. Данная информация о пропусках уроков, кото­рую можно найти на последних страницах классного жур­нала, где отмечаются ежедневные пропуски уроков, а по­том подсчитывается их общее количество за учебную четверть (период) может помочь определить показа­тель социально-психологического «здоровья» класса. Имеются пропуски по болезни и пропуски без причи­ны — «прогулы», когда ребенок, казалось бы, без всякой уважительной причины не посещает школу. А причина на самом деле есть: это самозащита организма от пере­грузки, дискомфорта. Именно все это и «выталкивает» ребенка за порог школы. Степень психологического благополучия класса — раз­ница между количеством пропусков по болезни и прогу­лами. Результаты по степени психологического благополучия класса представлены на следующем слайде.
5. Результаты учебной деятельности (результаты представлены на слайде презентации в виде диаграммы).
6. Охват учащихся, занятых спортивно-оздоровительной деятельностью (результаты представлены на слайде презентации в виде диаграммы). Здесь мы можем наблюдать отдельно занятость в спортивно-оздоровительной деятельности учащихся начальной школы в условиях реализации ФГОС и занятость учащихся средней и старшей школы.
7. Анкета «Если хочешь быть здоров…» позволила определить отношение школьников к своему здоровью, изучить мотивацию к сохранению здоровья, выяснить, что делают учащиеся для укрепления своего здоровья. В анкетировании приняло \_\_ учащихся. Результаты анкетирования вы можете видеть на слайдах презентации.

Результаты анкеты:

1. «Как вы оцениваете состояние своего здоровья?»

А) очень хорошо

Б) хорошо

В) удовлетворительно

Г) плохо

1. «Для укрепления своего здоровья я \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_». (Были получены следующие ответы).
2. «Привлекают ли вас люди, ведущие здоровый образ жизни?»

А) да

Б) нет

В) не знаю

1. «Кто должен заботиться о вашем здоровье?»

А) я сам(а)

Б) родители

В) учителя

1. «Когда необходимо начать заботиться о своем здоровье?»

А) в детстве

Б) в подростковом возрасте

1. «От кого вы больше всего узнаете о здоровье?»

А) от родителей

Б) от учителей

В) из учебников

Г) от врачей

Д) из Интернета

Е) от друзей

Ж) по телевидению

1. «Почему важно быть здоровым? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_» (Были получены следующие ответы).

Выводы: мы рассмотрели полную картину состояние здоровья детей нашего образовательного учреждения. По результатам представленных диаграмм мы можем судить о высоком (низком) уровне здоровья наших учащихся, можем видеть проблемные участки здоровьесбережения в ОУ, где необходимо проводить определенную организационно-педагогических работу.

***2 группа «Педагог и его здоровье».***

Когда-то древневосточные правители за количество дней, в которые они не болели, платили своим придворным врачам. В современном мире, к сожалению, часто о здоровье вспоминают лишь в очереди за больничным. А преподаватели далеко не всегда могут позволить себе даже и это. Безусловно, особенности учительского труда повлияли на формирование устойчивого стереотипа, что педагогическая профессия является крайне здоровьезатратной. Давайте попробуем посмотреть на это с другой стороны…

Действительно, здоровыми являются лишь \_\_% педагогов, \_\_% имеют больше двух заболеваний. А что можно сказать об эмоциональном и психологическом состоянии? Вряд ли учитель, как работник социальной сферы, может, не предпринимая никаких профилактических мер, сохраниться неизменно здоровым в течение долгих лет.

Нами было проведено исследование по определению уровня эмоционального истощения по «Методика диагностики уровня эмоционального выгорания» по В.В. Бойко.Опросник личностный, предназначенный для диагностики такого психологического феномена как «синдром эмоционального выгорания», возникающего у человека в процессе выполнения различных видов деятельности, связанных с длительным воздействием ряда неблагоприятных стресс-факторов. По мнению автора, эмоциональное выгорание - это выработанный личностью механизм психологической защиты в форме полного или частичного исключения эмоций в ответ на избранные психотравмирующие воздействия. «Выгорание» отчасти функциональный стереотип, поскольку позволяет человеку дозировать и экономно расходовать энергетические ресурсы. В то же время, могут возникать его дисфункциональные следствия, когда «выгорание» отрицательно сказывается на исполнении профессиональной деятельности и отношениях с партнерами.

Стимульный материал теста состоит из 84 утверждений, к которым испытуемый должен выразить свое отношение в виде однозначных ответов «да» или «нет». Методика позволяет выделить следующие 3 фазы развития стресса: «напряжение», «резистенция», «истощение».

Для каждой из указанных фаз определены ведущие симптомы «выгорания», разработана методика количественного определения степени их выраженности. Ниже приводится перечень выявляемых симптомов на разных стадиях развития «эмоционального выгорания»:

*«Напряжение». Фаза1.*

* Переживание психотравмирующих обстоятельств;
* Неудовлетворенность собой;
* «Загнанность в клетку»;
* Тревога и депрессия.

*«Резистенция». Фаза2.*

* Неадекватное эмоциональное избирательное реагирование;
* Эмоционально-нравственная дезориентация;
* Расширение сферы экономии эмоций;
* Редукция профессиональных обязанностей.

*«Истощение». Фаза3.*

* Эмоциональный дефицит;
* Эмоциональная отстраненность;
* Личностная отстраненность (деперсонализация);
* Психосоматические и психовегетативные нарушения.

На слайдах презентации вы можете видеть результаты проведенных исследований. Данные распределения по фазам синдрома сгорания представлены в таблице «Распределение по фазам синдрома сгорания». Из таблицы сделаем следующий вывод (*используя интерпретацию результатов диагностики, делается соответствующий вывод*).

Тогда «Какова же формула здоровья и успеха педагога?»

*1). Любовь.* В профессии педагога невозможно обойтись без любви к ребенку – не к кому-то конкретно, а к детству в целом. Умение дарить любовь сторицей окупается: отзывчивость учеников способна насытить радостью и смыслом нелегкие учительские будни.

*2). Улыбка и юмор.* Педагог, лишенный улыбки, может только навредить своим воспитанникам. Почаще пользуйтесь улыбкой и юмором как мирным оружием. Поскольку они способны на многое: помочь сгладить острые ситуации, избежать конфликтов, успокоить «заведенного» подростка, «осадить» разгневанного коллегу… Благодаря юмору вы сможете понять и принять собственную ошибку и посмеяться над собой (а ошибки неизбежны, ведь «не ошибается тот, кто ничего не делает» – но это не про учителя).

*3). Нравиться себе.* Этот совет особенно ценен для педагога, так как дети замечают и в чем-то даже копируют его облик. Когда в класс входит подтянутый, элегантно одетый учитель, его лицо сияет здоровьем, глаза искрятся уверенностью, ребята невольно чувствуют расположение и больше готовы к взаимодействию с таким преподавателем, им приятно быть с ним рядом и вместе участвовать в общем деле – будь то урок, экскурсия, олимпиада или поход.

*4). Душевное равновесие, спокойствие и позитивные мысли.* Подберите подходящую себе технику релаксации и отстранения от негативных эмоций, неприятных мыслей, душевной пустоты… Это могут быть психологический прием или медитация.

Вспомните народную мудрость: «Если не можешь изменить ситуацию, измени свое отношение к ней». Когда кажется, что вокруг минное поле и рвутся бомбы, попробуйте найти хотя бы какую-то позитивную точку опоры. Поможет простое упражнение, например, «сегодня ужасная погода и я не смог пойти гулять, зато у меня появилось время, чтобы разобрать старые вещи и освободить пространство в доме».

*5). Смена деятельности.* «Лучший отдых – это смена вида деятельности...» *(И.Павлов).*Отстранитесь от мыслей о работе, выходя из школы.

*6). Самоорганизация.* Планирование, оптимальная организация своего дня, четкое представление о цели, к которой стремишься. Многие успешные педагоги составляют себе ежедневное «расписание», а вечером анализируют прожитый день, размышляя, что и как можно было бы в следующий раз сделать лучше, а что получилось хорошо и принесло удовлетворение.

*7). Самосовершенствование и самореализация в разных делах, не только на работе.* Согласно пирамиде потребностей А.Маслоу самореализация – это наивысший уровень наших стремлений. Человек получает удовольствие, когда развивается и достигает новых планок. И дело не в спортивных рекордах, а в том, чтобы видеть перед собой цель и идти к ней, испытывая от этого удовлетворение. Это может быть профессиональное развитие (посещение курсов, семинаров) и любое хобби (будь то музыка, вышивка, путешествия или что-то другое) – желательно и то, и другое. Это делает учителя интересным для себя и окружающих, зажигает в его глазах огонь, к которому тянутся дети.

*8). Вода и еда.* Вода – источник жизни, она дает силы и помогает организму нормально функционировать и вовремя очищаться. Начинайте утро с 1–2 стаканов качественной воды (не из-под крана, даже в кипяченом виде). Всегда имейте при себе 1–1,5-литровую бутылочку, чтобы не забывать периодически делать несколько глотков. Особенно когда хотите есть (вода подготовит организм к приему пищи, а если поесть не удается, на время утолит голод). Лучше всего в день выпивать не меньше 2 литров питьевой воды (не считая других жидкостей).

В питании педагога важны такие принципы**:**

– умеренность (прием пищи небольшими порциями);

– кратность – есть не менее 5 раз в день;

– для перекуса подойдут свежие фрукты, сухофрукты, орехи (для восполнения недостатка углеводов при интенсивном умственном труде они гораздо полезнее, чем кондитерские изделия);

– самый обильный прием пищи нужно перенести с вечерних часов на более раннее

время;

– разнообразие (с преобладанием растительной пищи), ограничение жиров;

– солить в меру и непосредственно перед употреблением пищи, а не в начале приготовления (лучше использовать морскую соль);

– «здоровые» способы приготовления еды: на пару, на гриле, запекание;

– употребление поливитаминов в осенний и весенний периоды;

– отказ от диет (лишний стресс вреден, а организм не обманешь!).

*9). Энергия – в движении.* Гиподинамия – один из серьезнейших врагов учителя. Преподавателю, который ежедневно сталкивает со стрессами, важно «вырабатывать» накопившийся адреналин (так как он уходит из организма, давая место расслаблению, не после шоколадки или рюмки коньяка, как думают многие, а именно от физических нагрузок). Поэтому больше движения.

 На сегодняшний день в школе остро стоит проблема сохранения здоровья учителей, то есть создания механизма формирования здоровьесберегающей среды общеобразовательного учреждения.

Учитель в своей деятельности должен стремиться к успешному решению поставленных перед ним задач независимо от воздействующих на него негативных факторов, сохранять самообладание и оставаться для учеников примером в личностном плане. Однако внешнее сдерживание эмоций, когда внутри происходит бурный эмоциональный процесс, не приводит к успокоению, а, наоборот, повышает эмоциональное напряжение и негативное сказывается на здоровье.

Учительство как профессиональная группа отличается крайне низкими показателями физического и психического здоровья. По данным многих исследований, даже у молодых учителей частыми являются обращения в медицинские учреждения в связи с развитием заболеваний сердечно-сосудистой системы, язвенных заболеваний желудочно-кишечного тракта, заболеваний неврогенного характера (нервные истощения, неврозы). Для учителей со стажем работы 15 – 20 лет характерны «педагогические кризисы», «истощение», «сгорание».

   Следует сделать вывод, что профилактическая работа по сохранению и укреплению здоровья педагогов должна продолжаться. Важнейшей задачей является формирование у учителей валеологического мышления, т.е. способности видеть за каждым своим поступком влияние на свое здоровье. Чтобы работа администрации школы и профсоюзного комитета по сохранению и укреплению здоровья учителей не сводилась только лишь к словесной пропаганде здорового образа жизни, необходимо продумывать систему мероприятий, разнообразие формы проведения Дней здоровья для учителей, а также совместно с учениками, организовывать занятия на свежем воздухе, но и, конечно, не забывать о правильном питании. Предупредить болезнь – всегда легче, чем её потом лечить.

***3 группа «Современный урок – здоровьесберегающий урок».***

Как обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе: создать нормальные условия для полноценной реализации его функциональных возможностей и двигательных потребностей, сделать так, чтобы учение вызывало прилив энергии, а обучение было в радость, развивало рефлексивные умения ученика?

Какие для этого необходимо использовать методы и средства?

Как сделать урок здоровьесберегающим?

Какой он этот здоровьесберегающий урок?

Урок есть часть жизни ребенка и проживание этой жизни должно совершаться на уровне высокой общечеловеческой культуры.  Здоровьесберегающий урок – это, прежде всего, урок, на котором учитель обеспечивает доброжелательную творческую атмосферу, высокую работоспособность учащихся, профилактику раннего и выраженного утомления, поддерживает внимание и интерес учащихся. Умение педагога отбирать, рационально использовать и чередовать формы, методы, приемы и способы обучения, позволяют учащимся легче переносить учебные нагрузки, снизить риск ухудшения здоровья.

При подготовке к педагогическому совету практически все учителя нашей инициативной (рабочей) группы посетили уроки своих коллег. Ана­лиз посещенного урока осуществлялся с позиций здоровьесбережения, по предложенной схеме. Бланки со схемами лежат у вас на столах.

Предлагаем вашему вниманию анализ всех посещенных уро­ков, в котором отражены положительные и отрицательные тенденции, на которые следует обратить внимание.

Первое что мы будет анализировать - это организация работы до начала урока и ее позитивное влияние на здо­ровье учащихся.

Второе - это ход урока.

И третье - это психологичес­кий климат на уроке.

1). Организационный момент начала урока должен быть связан с проверкой состояния кабинета, учебного оборудования, рабочих мест и проверкой отсутствующих. Учитель ещё на перемене обязан проверить подготовку кабинета к работе: состояние парт, доски, освещённость, а также при необходимости проветрить помещение. А каждый ученик должен быть приучен своевременно до начала урока приводить своё рабочее место в порядок. Учащиеся должны быть готовы к выполнению обязанностей дежурных, от которых следует добиваться того, чтобы учебное помещение к началу каждого урока было убрано, классная доска вымыта, находились на месте чистая влажная тряпка и мел. Более того, учитель должен быть всегда готов помочь учащимся в решении этих вопросов.

2). Огромное значение в предупреждении утомления играет чёткая организация учебного труда. Хорошие результаты даёт работа в парах, в группах, где ведомый, более «слабый» ученик чувствует поддержку товарища.

Не нужно забывать и о том, что отдых — это смена видов деятельности. Поэтому при планировании работы нужно не допускать однообразия работы. В норме должно быть 4-7 смен видов деятельности на уроке. Хорошие результаты во всех классах даёт хоровое проговаривание как целых правил, так и просто отдельных терминов. Часто ученик, много раз слышавший сложный термин, не в состоянии его произнести, что ставит его в неловкое положение перед товарищами.

Осуществление идеи организации здоровьесберегающего учебно-воспитательного процесса приводит к необходимости использования динамических пауз на каждом уроке. Очень хорошо, если предлагаемые упражнения для физкульминутки органически вплетаются в канву урока.

3). С первых минут урока, с приветствия нужно создать обстановку доброжелательности, положительный эмоциональный настрой, так как у учащихся развита интуитивная способность улавливать эмоциональный настрой учителя. Стиль педагогического общения должен быть демократичный, гуманный.Снятию утомления на уроке способствуют и другие условия: ситуация успеха, эмоциональный всплеск, словесное стимулирование.

В заключении хочется ещё раз сказать: «Заботьтесь о здоровье детей, включайте физкультминутки и динамические паузы, следите за чистотой воздуха в классе, температурным режимом, освещенностью, что прямо влияет на здоровье учеников».

***4). Творческая группа «Эмоциональная поддержка».***

Нашей задачей было подготовка юмористических песен или стихов про здоровый образ жизни. Представляем вашему вниманию вредные советы детям и их родителям, которые любят свои вредные привычки по мотивам Г. Остера:

\*\*\*

Если ты курил, скрываясь  
В диких дебрях средней школы,  
И, почуяв запах дыма,  
Педагог подкрался вдруг,  
Ловко пряча сигарету,  
Гордо крикни: «От пожара  
Я спасал родную школу,  
Вот — штаны еще горят».

\*\*\*

Если папа просит строго  
Перемыть посуду всю,  
То беги скорее в ванну,  
Чисти зубы – и в кровать.  
Закрывай глаза и молча  
Под простынкою лежи.  
Папа вас тогда не будет,  
Той посудой донимать:  
Он же знает, что вам завтра  
Рано в школу всем вставать.

\*\*\*

Ты грызи побольше чипсов,   
«Кириешки» жуй горстями,  
И съедай буханку хлеба  
С колбасой - на радость маме…  
Будешь толстым и красивым,  
Отрастишь большой животик,  
И тебя в свою команду   
Примет главный бегемотик!

\*\*\*

Не читай журналы, книги,

Лучше комп «вруби» с игрою

И стучи до одуренья

Пальцем по клавиатуре,

Если мама с папой тоже

Захотят сидеть в онлайне –

Не пускай, сиди упорно

И кричи «себе купите

Хоть 120 ноутбуков,

А ко мне не приставайте!»

И не верь, что ты «ослепнешь»,

И «с катушек съедет крыша»…

Будешь жить на ощупь, в мире,

Только для тебя понятном…

\*\*\*

Ты пешком ходить не вздумай!

И не бегай! И не прыгай!

На руках пусть мама носит,

В школу рано спозаранку.

Или требуй, чтобы папа

Вез до класса на машине.

В классе сразу сядь на стулик,

Береги свои ты силы!

Ничего, что будешь хилый,

Слабый, маленький, «сутулик»!

\*\*\*

Про режим ты знать не должен –

Пусть зануды соблюдают!

Ну а ты - ложись под утро,

Просмотрев аж 10 фильмов.

Ничего, что их не вспомнишь,

Когда к полднику проснешься.

Снова включишь телевизор,

Что-то новое посмотришь.

Ерунда что жизнь проходит,

Она длинная, большая…

Тратить на кино не жалко!

Так скажем дружно «Будьте здоровы!»

1. **Подведение итогов. Рефлексия. Решение педсовета.**

После выступления всех групп и представления результатов работы заместитель директора по учебно-воспитательной работе подводит итог: если мы будем учить детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять своё здоровье, если мы будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то только в этом случае можно надеяться, что будущие поколения будут более здоровы и развиты не только личностно, интеллектуально, духовно, но и физически.

**Рефлексия:** Отметьте состояние, которое вы испытывали в процессе участия в педсовете

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| интерес | удовольствие | раздражение | волнение |
| скука | беспокойство | эмоциональный подъем | удовлетворение |

Проект решения может быть таким:

Ознакомившись с сущностью и структурой «здоровья» и возможностями его влияния на образова­тельный процесс, проанализировав опыт работы шко­лы по использованию здоровьесберегающих технологий на уроках и показателей физического и социально-психологического здо­ровья отдельных классов, определить следующие ос­новные направления совершенствования педагогичес­кой деятельности по формированию культуры здоровья в школе:

1. С учетом анализа уроков, с позиции здоровьесбере­гающих технологий и выделенных негативных моментов спланировать на каждом методическом объединении проведение мониторин­га использования здоровьесберегающих технологий на уроках (отв. рук. МО, срок);
2. Внести в обязательную отчетность классного руко­водителя отчет по пропускам уроков для проведения мо­ниторинга уровня здоровья класса и социально-психоло­гического здоровья класса (отв. классные руководители, зам. дир. по УВР, срок);
3. На основе выработанных правил «Формула здоровья и успеха педагога» создать для каждого учителя школы перечень сове­тов и рекомендаций по профилактической медицине и психологии здоровья учителя. (Отв. психолог школы, срок).
4. Рекомендовать учителям — предметникам использовать здоровьесберегающие технологии в учебном процессе (физкультминутки, тренинги, игры, групповые занятия и т.д.).