

Здоровьесбережение в образовательном процессе.

Изучение предмета «информатика» кроме учебника, ручки и тетради предусматривает использование компьютера, общаясь с которым можно нанести гораздо больший вред здоровью растущего организма, чем на обычном уроке.

Основными целями здоровьесбережения на уроках информатики являются:

1. Создание организационно-педагогических, материально-технических, санитарно-гигиенических и других условий здоровьесбережения, учитывающих индивидуальные показатели состояния здоровья учащихся

2. Создание информационного обеспечения агитационной работы по приобщению подрастающего поколения к здоровому образу жизни.

Для реализации данных целей необходимо решить следующие задачи:

- отслеживание соответствия санитарно-гигиенического состояния кабинета информатики требованиям СанПиНов;
- постоянное внимание к охране зрения: посадка учеников, проведение упражнений по гигиене зрения, гигиеническое нормирование учебной нагрузки, объема домашнего задания;
- освоение новых методов деятельности в процессе обучения школьников, использование технологий урока, берегающих здоровье учащихся;
- проведение на каждом уроке физкультминуток;
- включение в цели урока элементов оздоровительной направленности, как в организации, так и в содержании урока;
- планирование обоснованных, с точки зрения сохранения здоровья, переходов от одного этапа урока к другому, чередование труда и отдыха, смены одних форм труда другими;
- максимально возможное использование активных методов обучения с минимизацией рутинных видов деятельности (слушание, диктовка, и т. д.)

- обеспечение дифференцированного подхода ко всем учащимся, с особым вниманием к детям группы риска и к детям с ограниченными возможностями здоровья.

При составлении тематического плана предусмотрены следующие здоровьесберегающие компоненты:

Компонент	Тема	Содержание материала по здоровьесбережению
7 класс		
Физическое здоровье	Вводный урок	Техника безопасности в кабинете информатики
Духовно-нравственное здоровье	Графический редактор Paint	Конкурс на лучший плакат «Здоровый образ жизни»
	Презентации	Проект «Жизнь без сигарет»
Экологическое здоровье	Текстовый редактор Word (таблица)	Полезные продукты/ вредные продукты
8 класс		
Физическое здоровье	Вводный урок	Техника безопасности в кабинете информатики
Духовно-нравственное здоровье	Информационное моделирование	Создание информационной модели на тему «Я и мое здоровье»
Экологическое здоровье	Текстовый редактор Word	«Эргономические требования к работе на ПК»
9 класс		
Физическое здоровье	Вводный урок	Техника безопасности в кабинете информатики
Духовно-нравственное здоровье	Компьютерные технологии представления информации	«Влияние компьютерных технологий на физическое здоровье человека»
Экологическое здоровье	Программирование	Разработка тестов «Проверь свой вес»
10 класс		
Физическое здоровье	Вводный урок	Соблюдение правила техники безопасности и гигиенические рекомендации при использовании средств ИКТ
Духовно-нравственное здоровье	Информационная технология разработки проекта.	Социальный проект «Выбор в пользу жизни».
Экологическое здоровье	Компьютерные технологии представления информации	Влияние компьютерных технологий на физическое здоровье человека
11 класс		
Физическое здоровье	Вводный урок	Соблюдение правила техники безопасности и гигиенические рекомендации при использовании средств ИКТ

Духовно-нравственное здоровье	Реляционные базы данных	Разработка информационной системы для хранения данных о состоянии здоровья класса
	Основы социальной информатики	Нравственные аспекты применения информационных технологий
Экологическое здоровье	Сетевые технологии	Действие INTERNET на развитие человека

Немаловажными факторами сохранения здоровья учащихся на уроках информатики и ИКТ являются обоснованные, с точки зрения сохранения здоровья, переходы от одного этапа урока к другому, чередование труда и отдыха, смены одних форм деятельности другими.

Систематическая работа по здоровьесбережению ведётся и во внеурочное время.

Ребята активно участвуют в конкурсах, проводимых на уровне школы, района, муниципалитета, республики. В течение двух лет (2010 – 2011, 2011 – 2012 уч.г.г.) творческая группа – студия, созданная старшеклассниками, участвовала в конкурсах различных уровней и создавала видеоролики, буклеты, плакаты, презентации по здоровьесбережению. Свои проекты они представляли педагогам школы, учащимся на классных часах и на общешкольных родительских собраниях.

Сегодня очень широко обсуждается тема безопасного интернета. С сентября 2012 года являюсь ответственной за организацию работы в сети интернет и ограничения доступа к информации, не совместимой с задачами образования и воспитания. На общешкольном родительском собрании провела инструктаж о приёмах, ограничивающих доступ учащихся к Интернет-ресурсам.

Привлекла учащихся старших классов к разработке в рамках муниципального конкурса «Безопасный интернет» проекта, предусматривающего реальную помощь родителям с целью формирования у учащихся навыков грамотного, безопасного и ответственного поведения в сети Интернет.

Учащиеся 11 класса 2013 – 2014 уч. года разработали в рамках муниципального конкурса буклеты, плакаты, видеоролики (для родителей). Со своими проектами они выходили на классные часы, родительские собрания.

Проводится и исследовательская работа в этом направлении. Ребятами создаются проекты-сайты по безопасному пользованию интернетом, которые в дальнейшем используются мною на вводных уроках по технике безопасности и правилам поведения в компьютерном классе.

Ежегодно принимаю участие во Всероссийском Интернет – уроке антинаркотической направленности «Имею право знать!».

Учащиеся 8 – 11 классов создают буклеты, плакаты, видеоролики и презентации, участвуя в таких конкурсах как:

1. Социальная реклама - участие;
2. «Вода ошибок не прощает» - участие;
3. «Мы ЗА здоровый образ жизни!» -1 место (2011г.), 3 место (2012г.);
4. «Выбор в пользу жизни» - участие;
5. Марафон «Здоровое поколение» - 1 место (2012).

Вывод: в урочной и внеурочной деятельности активно использую здоровьесберегающие технологии, что позволяет учащимся ориентироваться в современном мире, отдавая приоритет здоровому образу жизни.

Осуществляется практическая помощь родителям, желающим оградить своих детей от негативного воздействия Интернет и ограничить их доступ к нежелательным сайтам (информирование о контент-фильтрации).