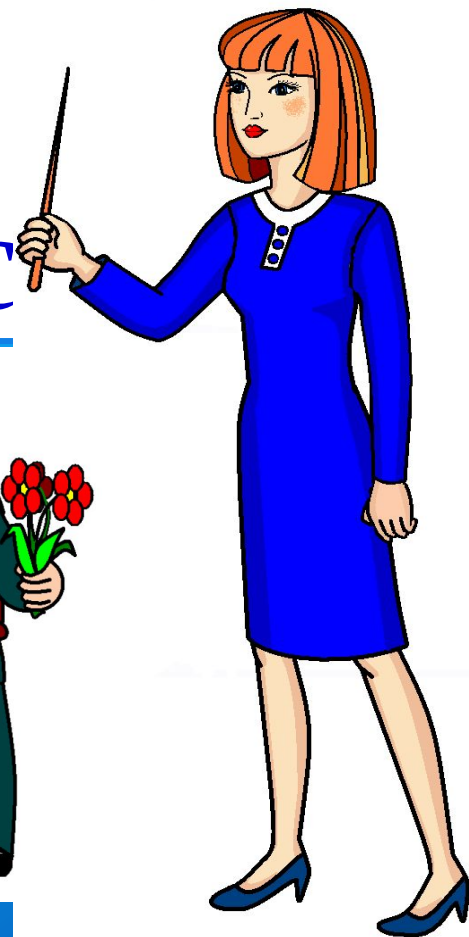
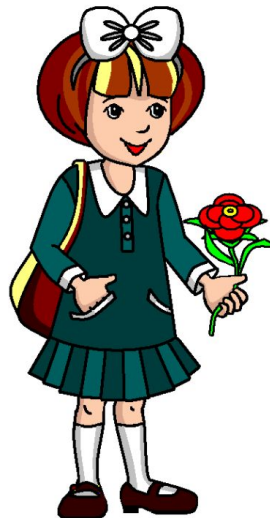




# Апробация современных здоровьесберегающих образовательных технологий в соответствии с требованиями ФГОС



# Здоровьесберегающие образовательные технологии

*«Забота о здоровье – это важнейший труд педагога. От жизнедеятельности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы...»*

*В.А.Сухомлинский*

## Цель:

- Обобщение опыта по использованию здоровьесберегающих образовательных технологий для улучшения состояния здоровья и качества жизни детей и подростков в процессе учебной деятельности и пропаганда здорового образа жизни.

## Задачи:

- Показать значимость здоровьесберегающих технологий в процессе обучения в соответствии с ФГОСТ.
- Показать различные здоровьесберегающие технологии.
- Рассказать о мероприятиях, которые уменьшают риск возникновения заболеваний в учебном процессе и во внеурочной деятельности



# Проблема

**Здоровье ребенка,** его социально-психологическая адаптация, нормальный рост и развитие во многом определяются средой, в которой он живет. Для ребенка от 6 до 17 лет этой средой является система образования, т.к. с пребыванием в учреждениях образования связаны более 70% времени его бодрствования. В то же время в этот период происходит наиболее интенсивный рост и развитие, формирование здоровья на всю оставшуюся жизнь, организм ребенка наиболее чувствителен к экзогенным факторам окружающей среды.



# Факторы, отрицательно влияющие на здоровье школьников

**Экологические** – природные факторы;

**Социокультурные** – семейные условия жизни и воспитания;

**Биологические** – наследственность, состояние здоровья;

**Педагогические:**

- Стрессовая педагогическая тактика;
- Несоответствие методик и технологий обучения возрастным и функциональным возможностям школьников;
- Несоблюдение элементарных физиологических и гигиенических требований к организации учебного процесса;
- Недостаточная грамотность родителей в вопросах сохранения здоровья детей;
- Провалы в существующей системе физического воспитания;
- Интенсификация учебного процесса;
- Функциональная неграмотность педагога в вопросах охраны и укрепления здоровья;
- Частичное разрушение служб школьного медицинского контроля;
- Отсутствие системной работы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни.

# Актуальность

Здоровье - важнейший фактор работоспособности и развития детского организма.



Здоровье человека зависит:  
на 50% - от образа жизни;  
на 25% - от состояния окружающей среды;  
на 15% - от наследственной программы;  
на 10% - от возможностей медицины.

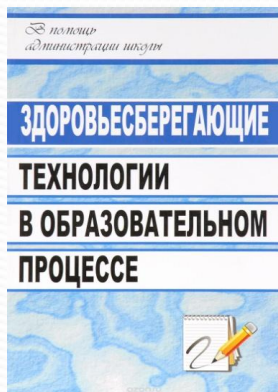
Цель современного образования: обеспечение не только педагогического, но и здоровьесберегающего эффекта.

**«Чтобы сделать ребёнка умным и рассудительным, сделайте его крепким и здоровым...»**

**Ж.-Ж. Руссо**

В ФГОС нового поколения подчеркивается, что одним из необходимых условий достижения нового, современного качества общего образования является создание в учебных учреждениях условий для сохранения и укрепления здоровья школьников.

В начальной школе внедряются **здоровьесберегающие образовательные технологии (ЗОТ)**, которые помогают решить важнейшие задачи – сохранить здоровье ребенка, приучить его к активной здоровой жизни.



# Требования ФГОС

- Обеспечение духовно-нравственного развития, воспитания обучающихся и сохранения их здоровья;
- ФГОСТ ориентирован: на становление личностных характеристик выпускника («портрет выпускника»): осознанно выполняющий правила здорового и экологически целесообразного образа жизни, безопасного для человека и окружающей его среды...



# Условия для реализации функции сохранения и укрепления здоровья детей:



- Обновление педагогического процесса, разработка новых методик, новых педагогических технологий.
- Грамотность и компетентность педагогов и специалистов, осуществляющих учебно-воспитательный процесс.
- Организация целенаправленной внеклассной работы по формированию у обучающихся основ ЗОЖ.
- Создание благоприятных условий учебно-воспитательного процесса, благоприятного психологического климата.
- Социально-педагогическая работа по устранению влияния неблагоприятных факторов на здоровье детей.
- Использование комплексного подхода к организации здоровьесберегающей деятельности.



# Здоровьесберегающие образовательные технологии (ЗОТ) - это

**система**, создающая максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья всех субъектов образования (учащихся, педагогов и др.).

## В эту систему входит:

- использование данных мониторинга состояния здоровья учащихся, проводимого медицинскими работниками, и собственных наблюдений в процессе реализации образовательной технологии, ее коррекция в соответствии с имеющимися данными;
- учет особенностей возрастного развития школьников и разработка образовательной стратегии, соответствующей особенностям памяти, мышления, работоспособности, активности и т.д. учащихся данной возрастной группы;
- создание благоприятного эмоционально-психологического климата в процессе реализации технологии;
- использование разнообразных видов здоровьесберегающей деятельности учащихся, направленных на сохранение и повышение резервов здоровья, работоспособности



# Здоровьесберегающая педагогика это -

- 1) Педагогическая система, основанная на разумном приоритете ценности здоровья, который необходимо воспитать у обучающихся и реализовать при проведении учебно-воспитательно процесса;
- 2) Образовательная система, провозглашающая приоритет культуры здоровья и технологическая обеспечивающая его реализацию в программах для педагогов, обучающихся и родителей;
- 3) Область медико-психолого-педагогических знаний о построении образовательного процесса с учетом интересов здоровья обучающихся и педагогов.



**Смирнов**

**Н.К.**

# Основная цель ЗОТ - сохранение и укрепление здоровья обучающихся.



## Первоочередные задачи:

- обеспечение школьнику возможности сохранения здоровья на период обучения в школе;
- снижение уровня заболеваемости обучающихся;
- сохранение работоспособности на уроках;
- формирование у обучающихся знаний, умений и навыков по здоровому образу жизни;
- сформировать потребности в здоровом образе жизни;
- способствовать сохранению и укреплению здоровья ребёнка, созданию благоприятной обстановки в классе;
- создать условия для дальнейшего развития и адаптации обучающихся в социуме.



# Принципы ЗОТ

«Не навреди!» Н.К.Смирнов

## Основополагающие принципы ЗОТ:

- Принцип преемственности и непрерывности;
- Принцип деятельности;
- Принцип соответствия;
- Принцип единства;
- Принцип комфортности;
- Принцип активности;
- Принцип творчества.



# Классификация здоровьесберегающих технологий (по Н.К.Смирнову)

- Медико-гигиенические технологии (МГТ).
- Физкультурно-оздоровительные технологии (ФОТ).
- Экологические здоровьесберегающие технологии (ЭЗТ)
- Технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности (ТОБЖ)
- Здоровьесберегающие образовательные технологии (ЗОТ)

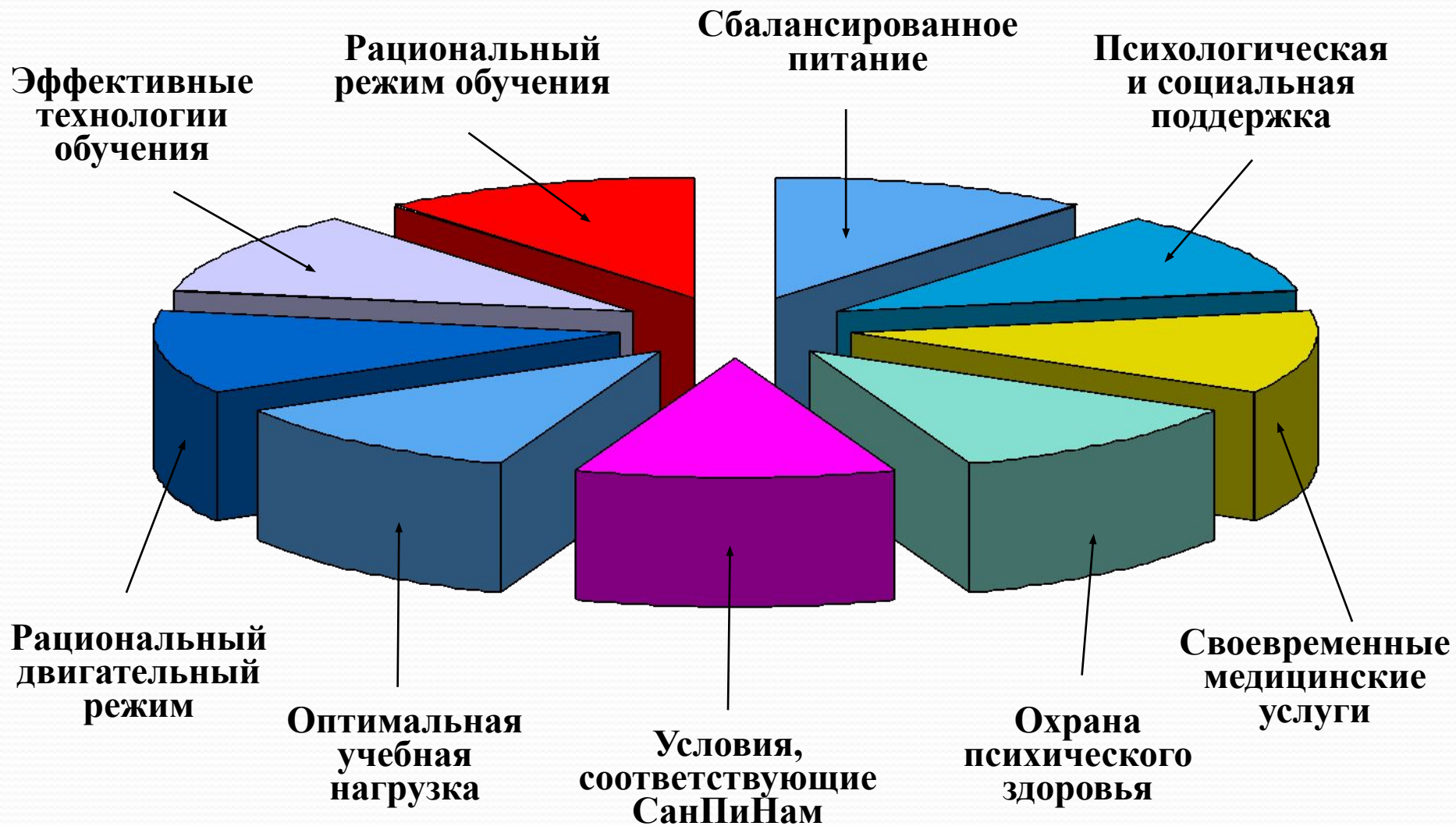


# Здоровьесберегающие образовательные технологии

- Организационно-педагогические технологии (ОПТ)
- Психолого-педагогические технологии (ППТ)
- Учебно-воспитательные технологии (УВТ)
- Социально адаптирующие и личностно-развивающие технологии (САЛРТ)
- Лечебно-оздоровительные технологии (ЛОТ)



# Реализация ЗОТ на уровне ОУ



# Требования к уроку

- Плотность урока
- Количество видов учебной деятельности
- Средняя продолжительность различных видов учебной деятельности
- Частота чередования различных видов учебной деятельности
- Количество видов преподавания
- Чередование видов преподавания
- Наличие эмоциональных разрядок
- Место и длительность применения ТСО
- Чередование позы
- Наличие, место, содержание и продолжительность физкультминуток
- Психологический климат
- Момент наступления утомления учащихся по снижению учебной активности





# Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе

## Технологии сохранения и стимулирования здоровья

Подвижные перемены  
спортивные игры

Динамическая пауза

Утренняя зарядка

Гимнастика для глаз

Пальчиковая гимнастика

Дыхательная гимнастика

Минутки релаксации

Технологии  
эстетической  
направленности

Ритмопластика

## Технологии обучения ЗОЖ

Уроки физической  
культуры

Уроки осторожности,  
Уроки безопасности

Коммуникативные  
игры

Дни Здоровья,  
Дни Спорта

Самомассаж

Точечный массаж,  
акупунктура

Игротренинги,  
игротерапия,  
письмо в воздухе

## Коррекционные технологии

Технологии  
музыкального  
воздействия

Цветотерапия,  
Цветные сны

Психогимнастика

Технология  
коррекции  
поведения

Артикуляционная  
гимнастика

Сказкотерапия



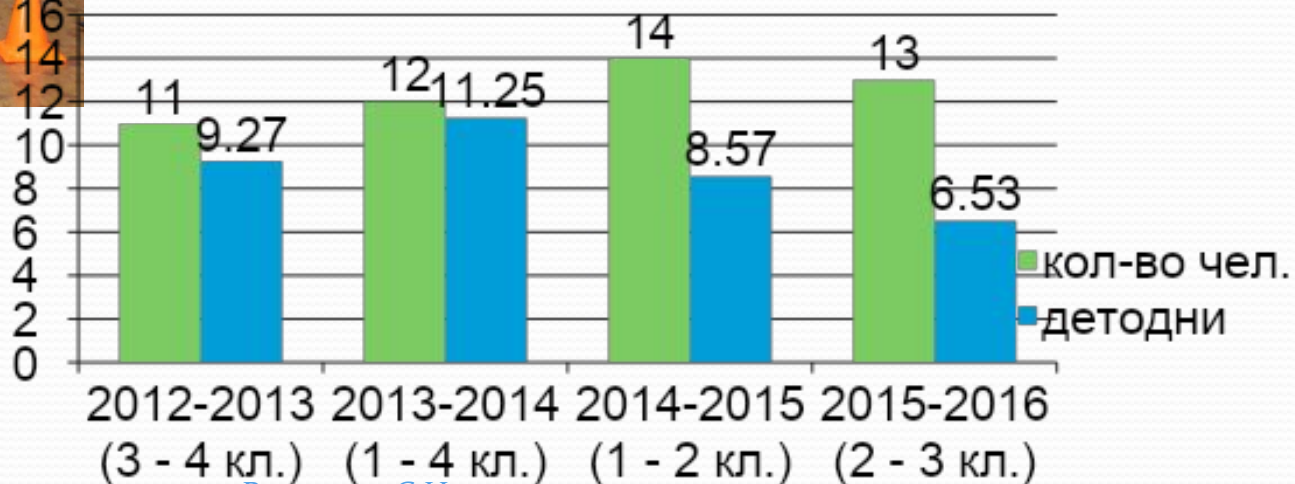
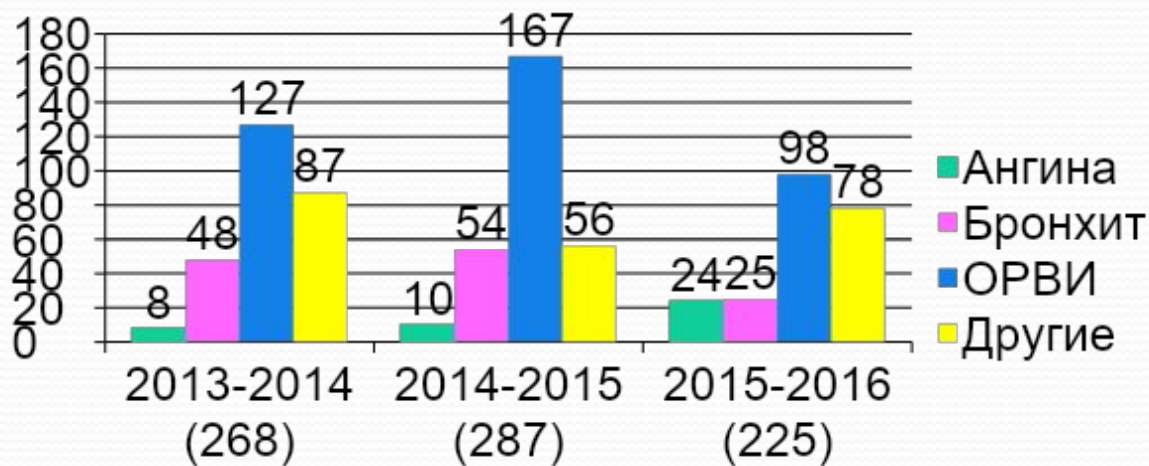
# Результат

- Использование здоровьесберегающих технологий в учебном процессе позволяет обучающимся более успешно адаптироваться в образовательном и социальном пространстве; учителю эффективно проводить профилактику асоциального поведения;
- Стабилизация показателей заболеваемости детей, улучшение психологического климата в коллективе;
- Положительная динамика уровня здоровьесберегающей деятельности;
- Положительная оценка опыта работы на школьном уровне.



# Вывод

Правильно подобранные средства здоровьесберегающего обучения позволяют не только повысить познавательную активность детей, но и способствуют формированию потребности в здоровом образе жизни обучающихся.



Здоровья Вам!



ВОТ ТАКОГО!

# Ресурсы

- <https://infourok.ru/zdorovesberegayuschie-tehnologii-v-nachalnoy-shkole-710140.html>
- <https://doc4web.ru/pedagogika/tema-zdorovesberegayuschie-tehnologii-v-nachalnoy-shkole.html>
- <https://videouroki.net/razrabotki/aprobatsiya-zdorovesberegayushchikh-tekhnologiy-v-usloviyakh-realizatsii-fgos-noo.html>
- Смирнов Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. – М.: АПК и ПРО, 2002.
- Фото – личный архив учителя
- Картинки – ресурсы интернета

