

Надежда Владимировна Дорофеева

учитель начальных
классов

Стаж: 16 лет

Образование: высшее

Категория: высшая



МОУ **“Мантуровская** средняя
общеобразовательная **школа”**

Тема педагогического опыта

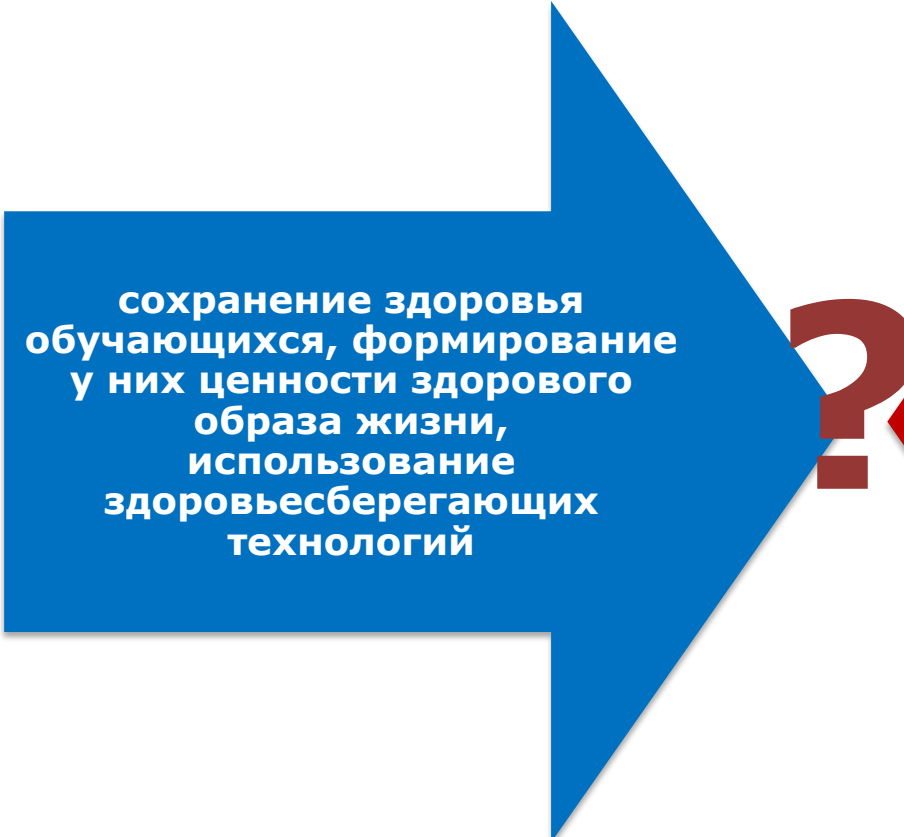


- ◆ **Здоровьесберегающие технологии как средство повышения качества образования и формирования здорового образа жизни младших школьников в условиях реализации ФГОС**




- ◆ **Актуальность**
здоровье -важнейший фактор работоспособности и развития детского организма

Противоречия



сохранение здоровья обучающихся, формирование у них ценности здорового образа жизни, использование здоровьесберегающих технологий



низкий уровень физического и психического здоровья, отсутствием четкой работы по формированию здоровьесберегающего пространства в школе.

Проблема: какими здоровьесберегающими технологиями можно укрепить здоровье обучающихся в режиме работы образовательного учреждения?

Теоретическое обоснование опыта



Федеральные
государственные
образовательные
стандарты начального
образования



Н.К. Смирнов
«Здоровьесберегающие
образовательные
технологии в работе
учителя и школы»



❖ В.Ф. Базарный
«Обучение в режиме
сенсорной свободы и
психомоторного
раскрепощения»



М.М. Безруких
«Здоровьесберегающие
технологии в
общеобразовательной школе»

Цель и задачи

создание педагогических условий для сохранения и развития здоровья обучающихся на основе выработки и закрепления здоровьесберегающих навыков.



планировать свою работу с учетом приоритетов сохранения и укрепления здоровья участников педагогического процесса в тесном взаимодействии с обучающимися, с их родителями



создать условия ощущения у детей радости в процессе обучения



формировать мотивацию здорового образа жизни, безопасного и гигиенически разумного поведения и учить применять полученные знания в повседневной жизни



научить детей жить в гармонии с собой и окружающим миром



повышать качество знаний за счёт увеличения потенциала работоспособности.

Условия здоровьесбережения на уроке



соблюдение этапов урока



использование методов групповой работы и интерактивных методов



осуществление лично-ориентированного подхода к детям



дозировка объема учебного материала



выполнение требований СанПиН



создание положительной психологической атмосферы



физкультурные минутки, утренняя гимнастика, прогулки на свежем воздухе, упражнения для глаз, дыхательные упражнения, пальчиковая гимнастика

Физкультминутки

- ❖ Снятие усталости, напряжения
- ❖ профилактика нарушения осанки;
- ❖ поддержание работоспособности
- ❖ активизация работы мозга;
- ❖ управление своим телом.



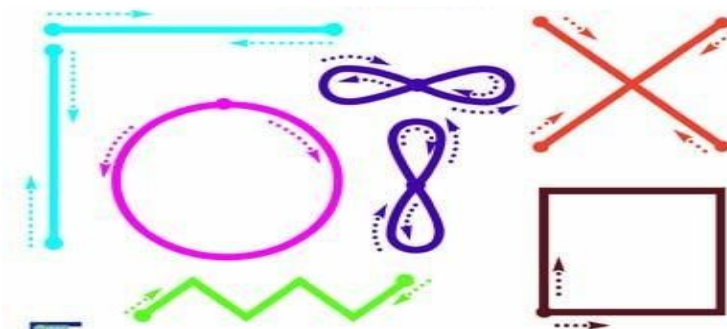
Элементы технологии В.Ф.Базарного



❖ офтальмотренажер



❖ схемы двигательных траекторий



❖ сенсорно-координаторские тренажи



Дыхательная гимнастика



- ❖ укрепление дыхательной мускулатуры;
- ❖ уменьшение заболеваний дыхательной системы;
- ❖ повышение общей сопротивляемости организма, его тонуса, улучшение нервно-психического состояния.

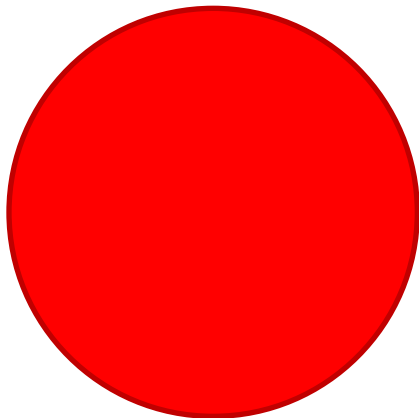


Пальчиковая гимнастика

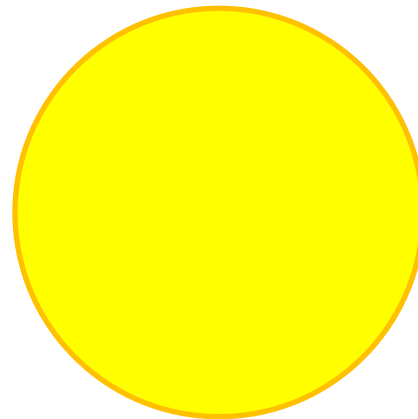
- ❖ развивает внимание, терпение;
- ❖ стимулирует фантазию;
- ❖ активизирует работу мозга;
- ❖ учит управлять своим телом.



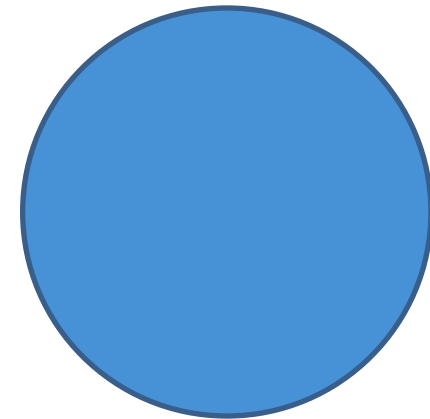
Цветотерапия



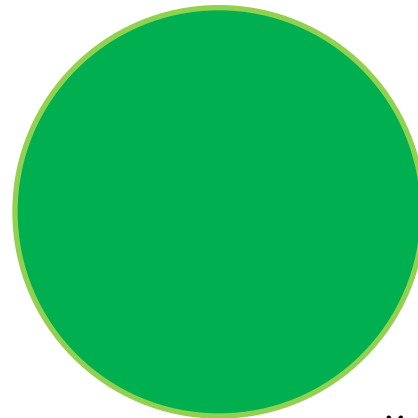
активизирует умственные способности



уменьшает чувство страха



тонизирует умственную активность



успокаивающее воздействие

Мы отдыхаем



Программа «Школа Айболита»

- 1 Первые шаги к здоровью
- 2 Если хочешь быть здоров
- 3 По дорожкам здоровья
- 4 Я, ты, он, она –
мы здоровая семья



Детские портфолио





Формы сотрудничества с семьей

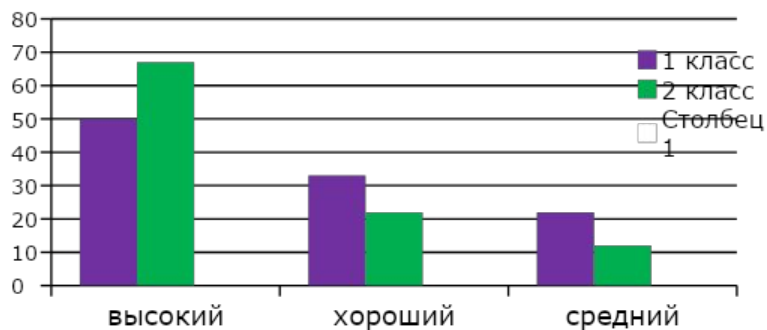
- ❖ Тематические родительские собрания
- ❖ Посещение уроков и классных часов.
- ❖ Мониторинг состояния здоровья детей.
- ❖ Совместные праздники
- ❖ Проектная деятельность



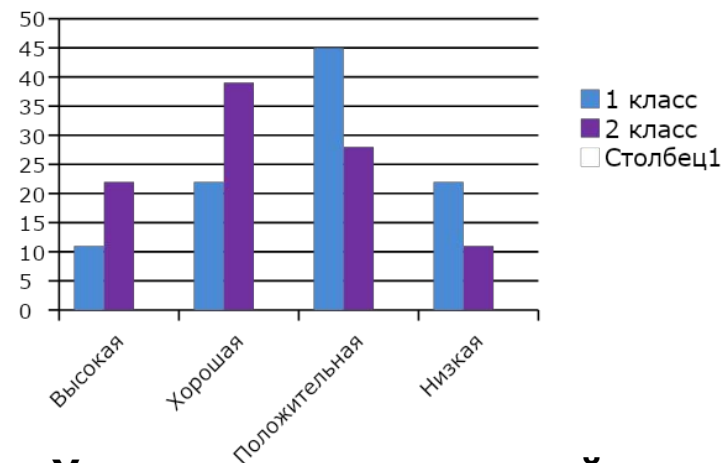
Результаты мониторинга



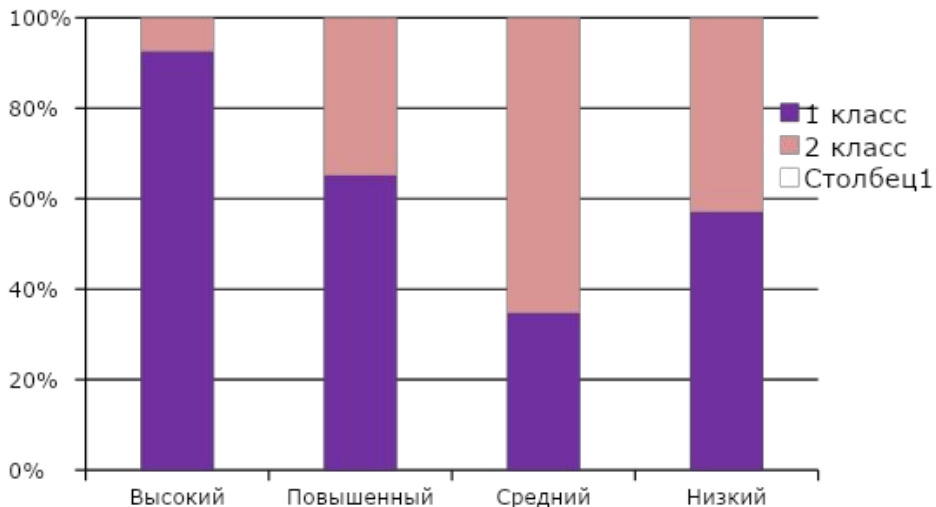
Уровень воспитанности по методике Н.П. Капустина



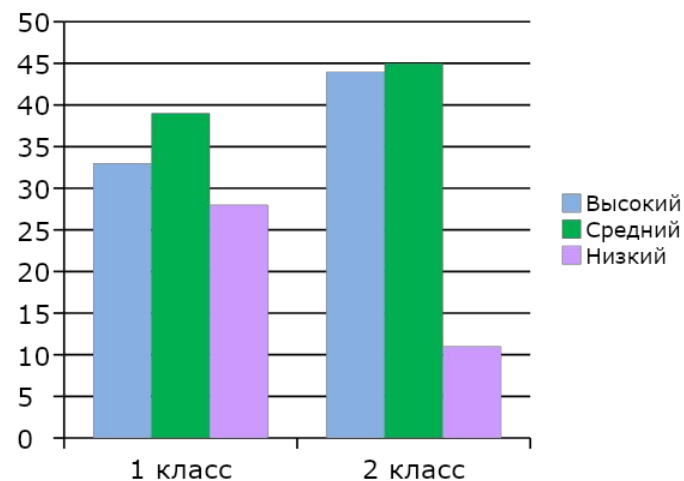
Мотивация по методике Н.Г. Лусканова



Уровень тревожности по методике Филлипса



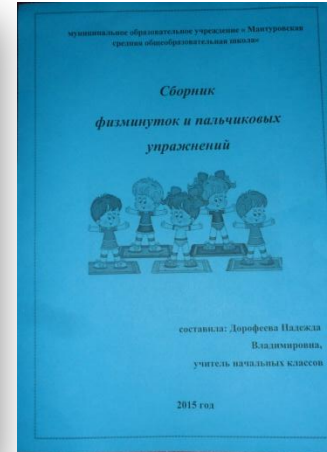
Уровень качества знаний



Презентация опыта



- ❖ Методический семинар учителей начальных классов «Адаптация первоклассников»
- ❖ Педагогический совет «Структура урока с позиции здоровьесберегающих технологий»
- ❖ Районный семинар заместителей директоров по воспитательной работе «Формирование здорового образа жизни через занятия внеурочной деятельности»
- ❖ Районный семинар учителей начальных классов «Реализация здоровьесберегающих технологий на уроках и внеурочной деятельности в начальной школе»
- ❖ Районный конкурс «Учитель года – 2015»
- ❖ Интернет страничка <http://msosh46.ru/tpages/dorofeeva/>
- ❖ Электронное портфолио на сайте для воспитателей и педагогов «МААМ» <http://www.maam.ru/detskijsad/572007>



Литература



1. Федеральный государственный образовательный стандарт начального образования.-Москва «Просвещение», 2010
2. Здоровьесберегающие технологии в общеобразовательной школе: методология, формы, методы, опыт применения. Методические рекомендации //Под редакцией В. Д. Сонькина, М. М. Безруких. - М.: Триада - фарм, 2006.
2. Личностно-ориентированное образование: феномен, концепция, технология. Волгоград. 2000г.
3. Смирнов Н. К. «Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы». - М: АРКТИ, 2006;
4. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе 1-4 классы М.: Вако. 2007.
5. Методические рекомендации: Здоровьесберегающие технологии в общеобразовательной школе: методология анализа, формы, методы, опыт применения. Под редакцией М. М. Безруких, В. Д. Сонькина. Москва, 2006г.
6. В.Ф. Базарный «Обучение в режиме сенсорной свободы и психомоторного раскрепощения»