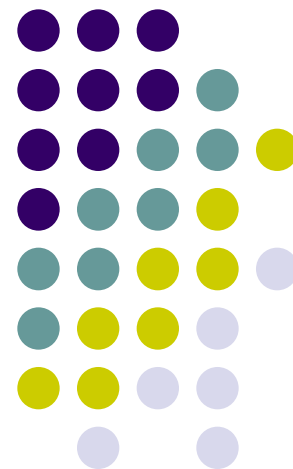


Образовательные технологии, содействующие сохранению здоровья учащихся начальных классов.

Выступление на педсовете.



Учитель начальных классов
Барабанова Светлана Николаевна,
ГБОУ ЦО №1613, ЮЗАО г. Москва

Традиционная система образования была направлена на усвоение определенных массивов знаний, принятых в данном сообществе в качестве нормативных.

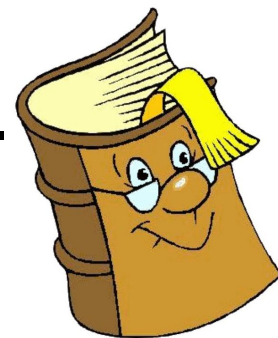


Сегодня в образовании активно внедряются новые образовательные технологии.



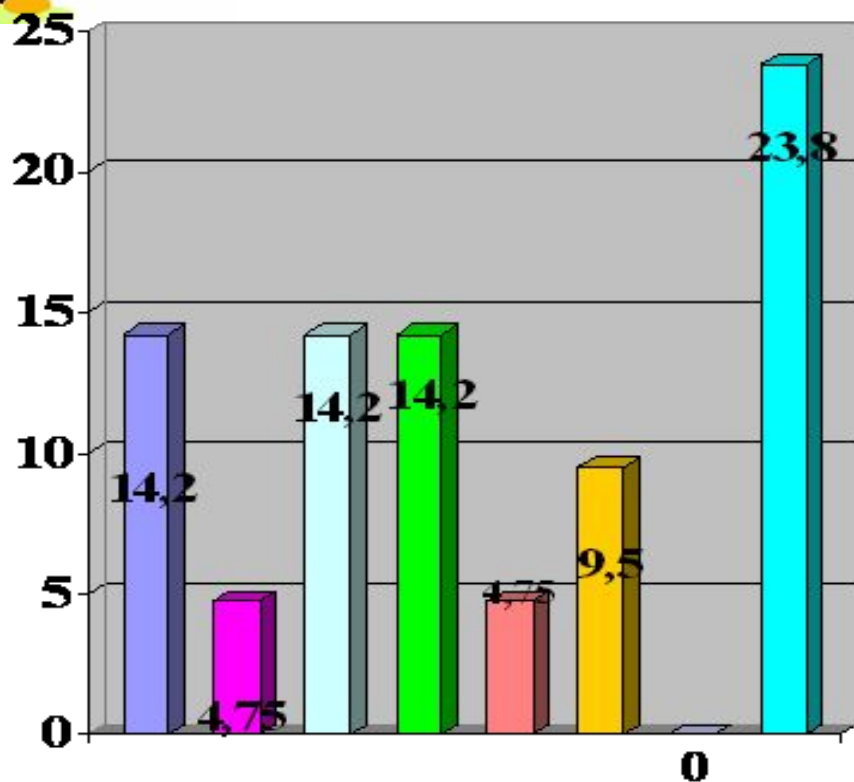


- Сущность образовательных технологий сейчас выражается в том, что изменяется характер и способ образования. Наряду с развитием умственного потенциала учащихся происходит личностное развитие, т.е. сам процесс образования предполагает иную позицию учителя и ученика в образовании: они выступают как равноправные участники образовательного процесса.





Статистика болезней у детей, которые поступают в 1 класс.



- ЧБД
- заболевания верхних дыхательных путей
- заболевания сердечно-сосудистой системы
- заболевания нервной системы
- заболевания пищеварительной системы
- заболевания опорно-двигательной системы
- нарушения слуха
- нарушения зрения

- курс бесед “Здоровьесберегающие технологии в школе и семье”.

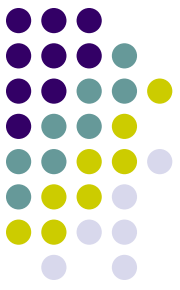
**цель – принципы и задачи –
средства – условия – результаты**











- Тесты у родителей проводились по таким темам:
 - *“В хорошей ли вы форме?”*
 - *“Можно ли ваш образ жизни считать здоровым?”*
 - *“Часто ли случаются стрессы в вашей повседневной жизни?”*
 - *“Знаете ли Вы, как обезопасить свою жизнь и здоровье?”*







Физкультминутка для глаз

Комплекс включает 6 упражнений.

И.п. для выполнения упражнений -

стоя или сидя, спина прямая, плечи неподвижны.

- Колебательные движения глазами по горизонтали справа-налево, затем слева-направо.



- Колебательные движения глазами по вертикали вверх-вниз, затем вниз-вверх.



- Интенсивные сжимания и разжимания век в быстром темпе.



- Круговые вращательные движения глазами слева-направо, затем справа-налево.

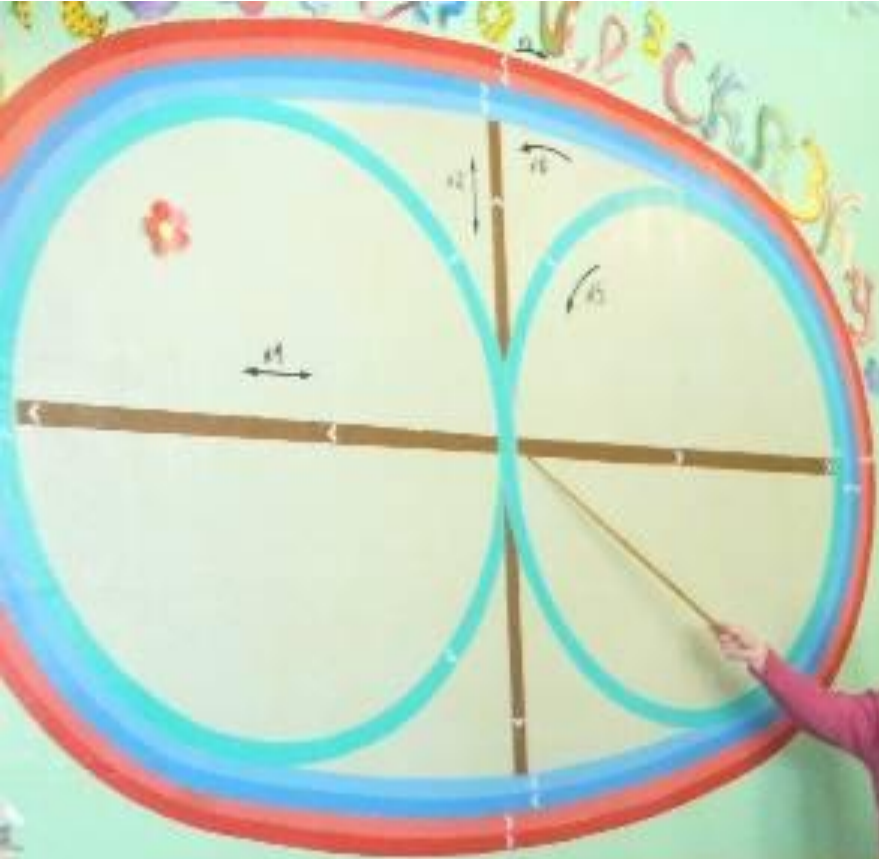


- Круговые вращательные движения глазами вначале в правую сторону, затем в левую, как бы вычерчивая лежащую на боку цифру 8.



- Частые моргания глазами, без усилий и напряжения.





WISDOM AND
WISDOM





Педагогическая мастерская

Как снять усталость

Оживлялки

«Оживлялка» первая

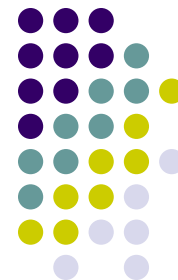
Сложите ладони перед грудью пальцами вверх, не дышите. Сдавите изо всех сил основание ладоней, чтобы руки задрожали. Напряжены мускулы рук и груди. Втяните живот и потянитесь вверх, как будто вы, опираясь о руки, выглядываете из окна. Всего 10-15 сек. - и стало жарко. Повторите 3 раза, и у всех во рту станет влажно.

«Оживлялка» вторая

Сложите руки в замок и обхватите ими затылок, направьте локти вперед. Потяните голову к локтям, не сопротивляйтесь, растягивайте шейный отдел позвоночника. Тяните ровно так, чтобы было приятно в течение 10-15 сек.

«Оживлялка» третья

Разотрите хорошенько уши ладонями - вначале мочки, а потом целиком: вверх - вниз, вперед - назад, при этом поцокайте языком - 15-20 сек.





**Здоровья, Вам, уважаемые
коллеги!**

Спасибо за внимание и сотрудничество.