

«Применение здоровьесберегающих технологий на уроках географии на этапе освоения ФГОС основного общего образования».



***МБОУ Отрадовская
СОШ,
учитель географии
Косивченко Ю.И.***

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

В.А.Сухомлинский.

Здоровье – это благополучное состояние человека

физическое
сила, выносливость
гармоничное телосложение
отсутствие заболеваний

психическое
уравновешенность
коммуникабельность
отсутствие страха
поступки

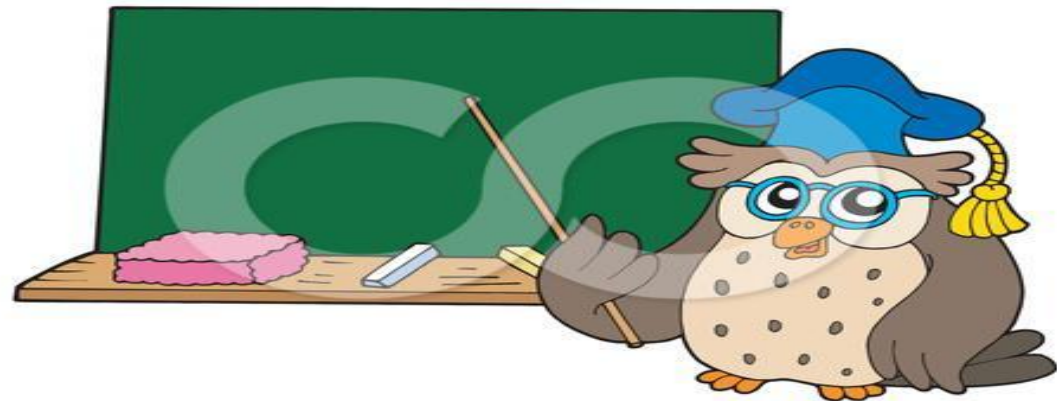
нравственное
гуманность
выбор добра
умение отвечать за

Здоровьесберегающие образовательные технологии



- это система мер по охране и укреплению здоровья учащихся, учитывающая важнейшие характеристики образовательной среды и условия жизни ребенка, воздействующие на здоровье.

**Задача педагога:
сделать урок таким, чтобы
кроме приобретения знаний
ученик приобрёл здоровье или
хотя бы не потерял его**



Для сохранения психического и физического здоровья ученика НЕОБХОДИМО:

-создать условия для обучения через систему методов и приемов здоровьесберегающих технологий ;

-создать благоприятную среду для личностного роста обучающегося на уроке



Здоровье ученика в норме, если:

- *в физическом плане – здоровье позволяет ему справляться с учебной нагрузкой, ребенок умеет преодолевать усталость;*
- *в социальном плане – он коммуникабелен, общителен;*
- *в эмоциональном плане – ребенок уравновешен, способен удивляться и восхищаться;*
- *в интеллектуальном плане – учащийся проявляет хорошие умственные способности, наблюдательность, воображение, самообучаемость;*
- *в нравственном плане – он признает основные общечеловеческие ценности.*



Принципы здоровьесбережения

- *«Не навреди!».*
- *Приоритет заботы о здоровье учителя и учащегося.*
- *Непрерывность и преемственность.*
- *Субъект-субъективные взаимоотношения.*
- *Соответствие содержания и организации обучения возрастным особенностям учащихся.*
- *Комплексный, междисциплинарный подход.*
- *Успех порождает успех.*
- *Активность.*
- *Ответственность за свое здоровье.*



Критерии здоровьесбережения и уровни гигиенической рациональности урока

Критерии здоровьесбережения	Характеристика	Рациональный уровень	Недостаточно рациональный	Нерациональный
Количество видов учебной деятельности	Виды учебной деятельности: опрос, письмо, чтение, слушание, рассказ, ответы на вопросы, рассматривание, списывание	4-7	2-3	1-2

Критерии здоровьесбережения и уровни гигиенической рациональности урока

Критерии здоровьесбережения	Характеристика	Рациональный уровень	Недостаточно рациональный	Нерациональный
Чередование видов преподавания		Не позже, чем через 10-15 мин	Через 15-20 мин	Не чередуются
Плотность урока	Количество времени, затраченное школьником на работу	Не менее 60% и не более 75-80%	85-90%	Более 90%

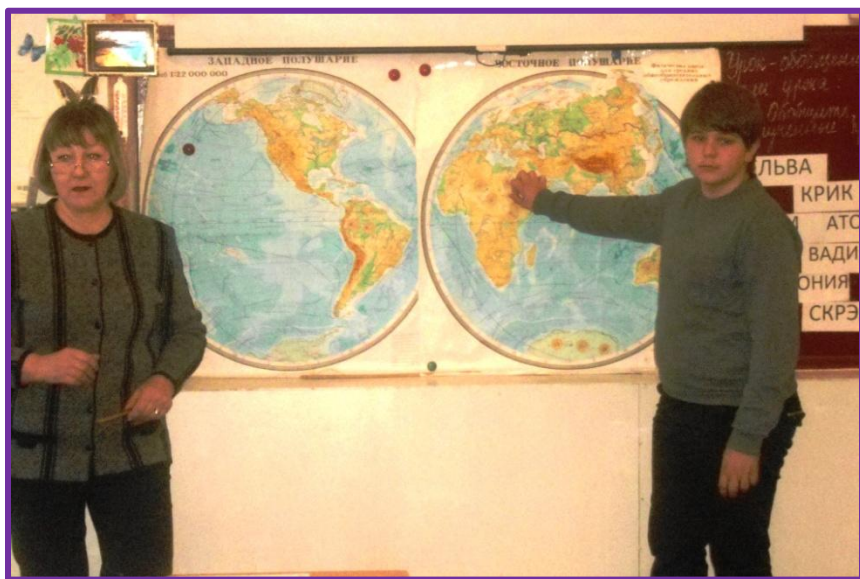
Применение интерактивных и игровых технологий



Урок-путешествие



Технология ролевой игры – способствует преодолению стрессовых ситуаций на уроке



Физкультминутки

- несложные физические упражнения, направленные на уменьшение негативного влияния учебной нагрузки
- Благоприятно влияют на восстановление умственной способности.
- Препятствуют нарастанию утомления.
- Повышают эмоциональный настрой



Требования к проведению физкультминуток :

- Комплексы подбираются в зависимости от вида урока, его содержания.*
- Упражнения должны быть разнообразны, так как однообразие снижает интерес к ним, а следовательно, и их результативность.*
- Физкультминутки должны проводиться на начальном этапе утомления, выполнение упражнений при сильном утомлении не дает желаемого результата.*
- Предпочтение нужно отдавать упражнениям для утомленных групп мышц.*
- Важно обеспечить позитивный эмоциональный настрой.*

Виды физкультминуток :

- Упражнения для снятия общего или локального утомления.
- Упражнения для кистей рук.
- Гимнастика для глаз.
- Гимнастика для слуха.
- Упражнения корректирующие осанку.
- Дыхательная гимнастика

*«Из-за парт мы выйдем дружно,
Но шуметь совсем не нужно.
Встали прямо, ноги вместе
Поворот кругом на месте.
Хлопнем пару раз в ладошки
И потопаем немножко.
А теперь представим детки,
Будто руки наши ветки,
Покачаем ими дружно,
Словно ветер дует южный.
Ветер стих . Вздохнули дружно.
Нам урок продолжит нужно.
Подравнялись, тихо сели
И на доску посмотрели ».*

Физкультминутка «Материки и части света»

Слоганы	Движения
Посмотри на полушария	Поочередно поднять вверх сначала левую, потом правую руку
Вспомни Африку с Австралией	Поочередно поднять вверх сначала левую, потом правую руку
К ним потом прибавь уверенно	Руки поочередно к плечам
Антарктиду и Америку	Руки поочередно на пояс
А не знать Европу с Азией	Руки вниз, 2 хлопка
Это просто безобразия	Руки вверх, 2 хлопка над головой
Вот и части света названы	Руки на пояс, по 2 наклона влево-вправо
Все далекие и разные	Ходьба на месте

Физкультминутки-географические координаты

- **Слоганы :**
- **Раз – два – руки в горизонтали,**

- **Три – четыре – руки по вертикали.**

Помни, горизонталь- это широта

- **А вертикаль- это долгота**

- **Широта и долгота, ребята, - это географические координаты**

- **Движения :**
- **Обе руки в горизонтальной плоскости одновременно вправо – влево;**
- **Обе руки одновременно резким движением поднимаются вверх и опускаются вниз.**
- **Руки на пояс, наклоны туловища вправо и влево;**
- **Руки на пояс, прыжки на месте.**
- **Руки в стороны,**
- **Руки вверх**
- **Руки скрещивают (ножницы)**

Применение педагогических воздействий- залог соответствия здоровьесбережения

- проявление внимания к учащимся;
- просьба учителя;
- требования учителя;
- убеждения учителя;
- внушение;
- принуждение;
- поощрение;
- наказание;
- ситуация успеха и неуспеха;
- эффект ожидания;
- условия для демонстрации «Я»;
- педагогическая реакция на поступок;
- оценка действий и поступков учащихся;
- организация и дисциплина.



**Грамотная забота о
здоровье –
обязательное условие
образовательного
процесса**