

**«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

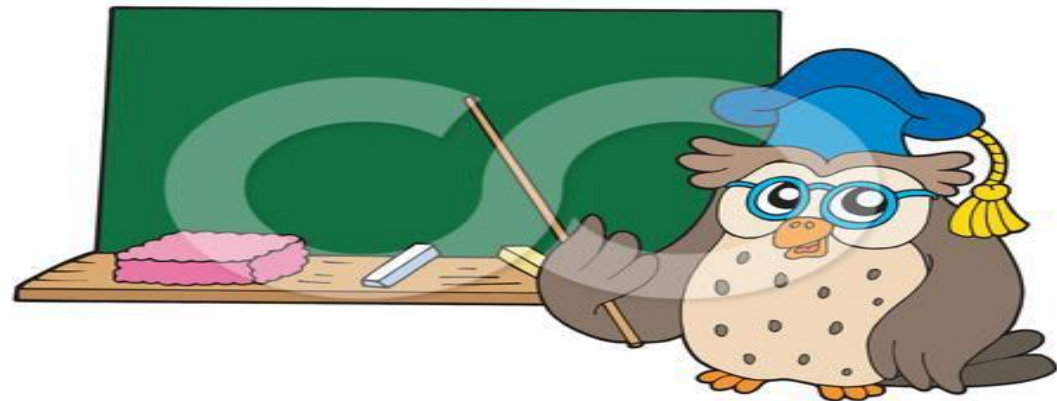
**нравственное**  
гуманность  
выбор добра  
умение отвечать за

# 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*

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

# Применение интерактивных и игровых технологий

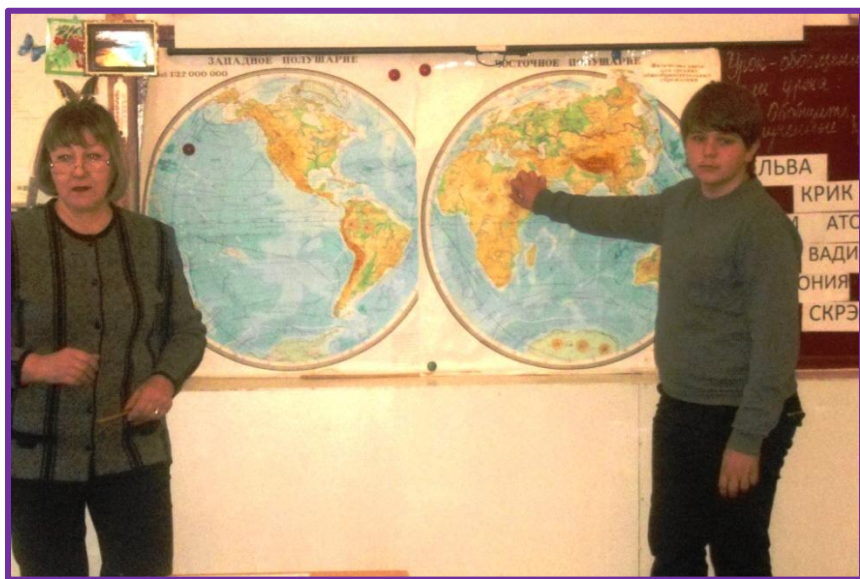


# Урок-путешествие





# 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 продолжить 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**