

# *Применение здоровьесберегающих технологий на уроках*

«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 ребенка , его социально-психологическая адаптация , нормальный рост и развитие во многом определяется средой , в которой он живет. Для ребенка от 6 до 17 лет этой средой является система образования.



# ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЕ ОБУЧЕНИЕ

**ЭТО КОМПЛЕКС ВЗАИМОСВЯЗАННЫХ  
между собой задач, содержания,  
форм, методов и приемов обучения ,  
сориентированных на развитие  
ребенка с учетом сохранения его  
здоровья.**

# ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЕ ОБУЧЕНИЕ

- *Это условие обучения ребенка в школе , отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания, рациональная организация учебного процесса, соответствие учебной и физической нагрузки возрастным возможностям ребенка, необходимый , достаточный организованный двигательный режим.*

# ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЕ ОБУЧЕНИЕ

- *достигается*
  - *отсутствие назидательности и авторитарности;*
  - *использование приемов, способствующих появлению и сохранению интереса к учебному материалу;*
  - *создание условий для самовыражения учащихся; инициацию разнообразных видов деятельности; предупреждение гиподинамии.*

# ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЕ ОБУЧЕНИЕ

*приводит*

- к предотвращению усталости и утомляемости;
- повышение мотивации к учебной деятельности;
- прирост учебных достижений.

**Задача каждого учителя -  
изучить основы  
здоровьесберегающих  
технологий и оценивать свою  
деятельность с точки зрения  
здоровьесбережения своих  
воспитанников.**

- Каким должен быть современный здоровьесберегающий урок ?
- Должен воспитывать и стимулировать у детей желание вести здоровый образ жизни, учить их ощущать радость от каждого прожитого дня, показать им, что жизнь – это прекрасно, вызывать у них позитивную самооценку.
- Это урок , соблюдающий условия:
- Выполнение требования СанПиН.
- Соблюдение этапов урока.
- Использование методов групповой работы.
- Использование интерактивных методов.



- Это урок, на котором соблюдаются:
- Оптимальная плотность урока,
- Индивидуальная дозировка объема учебной нагрузки и рациональное распределение ее во времени,
- Чередование видов учебной деятельности,
- Физкультминутки, динамические паузы,
- Минутки релаксации, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз, массаж активных точек.

- Структура современного здоровьесберегающего урока:
- У каждого учителя свои методы , приемы.
- Проверка домашнего задания.
- Вводная часть урока организуется как актуализация знаний по теме урока.
- Основная часть формирует новые представления .
- Заключительная часть используется для закрепления.
- Итог урока предполагает обобщение и осмысление полученного опыта.
- Важное условие урока- это создание положительной психологической атмосферы , активность каждого участника , использование методов групповой работы.

- В педагогической деятельности учителя используют следующие здоровьесберегающие технологии:
- Динамические игры и паузы.
- Кинезиологические упражнения.
- Упражнения для глаз.
- Мимические упражнения.
- Релаксация.
- Дыхательно-голосовые игры и упражнения.
- Работа с текстом.

- **Результаты внедрения в обучение здоровьесберегающие технологии.**
- **Снижение показателей заболеваемости детей, улучшение психологического климата в коллективах, повышение мотивации к учебной деятельности.**
- **Учителям, освоившим эту технологию, становится легче и интереснее работать, поскольку исчезает проблема учебной дисциплины и открывается простор для педагогического творчества.**

Желаю удачи!

