



Применение здоровьесберегающих технологий в начальной школе.

Касимова Нериме Энверовна
воспитатель начальных классов







ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ

РЕБЕНОК:

1. Выполняет различные двигательные упражнения.
2. Не всегда может поддерживать темп движения, дозировать мышечные движения.
3. Знает и выполняет правила гигиены, ухода за телом, охраны своей жизни и приемы закаливания.







РЕБЕНОК:

4. Удерживает равновесие.

5. Может проводить утреннюю гимнастику, организовывать двигательный режим во время приготовления уроков, прогулок.







**Основные
рекомендации к
разработке и
проведению
здоровьесберегающего
урока**





НАБОРНОЕ ПОЛОТНО

A display board titled "НАБОРНОЕ ПОЛОТНО" (Sample Cloth) is mounted on the wall. It features several shelves with colorful fabric samples, small toys, and other educational materials.

РУССКИЕ АЛФАВИТ

Two charts of the Russian alphabet are mounted on the wall. The left chart shows the uppercase letters (А, Б, В, Г, Д, Е, Ж, З, И, К, Л, М, Н, О, П, Р, С, Т, У, Ф, Х, Ц, Ч, Ш, Щ, Ъ, Ы, Ь) and the right chart shows the lowercase letters (а, б, в, г, д, е, ж, з, и, к, л, м, н, о, п, р, с, т, у, ф, х, ц, ч, ш, щ, ъ, ы, ь).

КЛАСНИЙ 1 КУТОК

A poster titled "КЛАСНИЙ 1 КУТОК" (Classroom Corner 1) is mounted on the wall. It features various educational materials, including a small illustration of a classroom.

КУТОЧЕК ПОД...

A poster titled "КУТОЧЕК ПОД..." (Corner Under...) is mounted on the wall. It features various educational materials, including a small illustration of a classroom.



Здоровьесберегающий урок должен:

- ❖ воспитывать
- ❖ стимулировать у детей желание жить, быть здоровыми
- ❖ учить их ощущать радость от каждого прожитого дня
- ❖ показывать им, что жизнь - это прекрасно
- ❖ вызывать у них позитивную самооценку





Отличительные особенности здоровьесберегающих образовательных технологий

- элементы индивидуализации обучения
- наличие мотивации на здоровый образ жизни учителя и учеников
- интерес к учебе, желание идти в школу
- наличие физкультминуток
- наличие гигиенического контроля



СОК
МАЧЕНЬЯ





**Основой
здоровьесберегающей
технологии является
соблюдение следующих
принципов:**



Принципы

- учет возрастно-половых особенностей;
- учет состояния здоровья ученика и его индивидуальных психофизических особенностей при выборе форм, методов и средств обучения;
- структурирование урока на три части в зависимости от уровня умственной работоспособности учащихся;
- использование здоровьесберегающих действий .



Здоровьесберегающие действия:

- оптимальная плотность урока
- чередование видов учебной деятельности





Оздоровительные моменты на уроке





Здоровьесохранная деятельность

Цель:

- сохранение и укрепление здоровья детей,
- формирование потребности в здоровом образе жизни.





Задачи

- Организация психолого-педагогических мероприятий, направленных на сохранение здоровья воспитанников, школьников и педагогов.
- Смягчение адаптационных периодов.
- Улучшение санитарно-гигиенического состояния школы.
- Активизация жизнедеятельности детей средствами физической подготовки.
- Профилактика заболеваний
- Сотрудничество со специалистами здравоохранения
- Просветительская работа.



Умное высказывание

- «Гимнастика, физические упражнения, ходьба должны прочно войти в повседневный быт каждого, кто хочет сохранить работоспособность, здоровье, полноценную и радостную жизнь».

Гиппократ



Здоровье человека зависит:



- На 50%-от образа жизни
- На 25%-от состояния окружающей среды
- На 15%-от наследственной программы
- На 10%- от возможностей медицины





Физкультурные минутки помогают:

- Снятие усталости, напряжения;
- Ослабить утомление на уроке;
- Проводить профилактику нарушения осанки;
- Поддержание работоспособности, активного внимания;





Экологическое пространство

- Проветривание помещений
- Наличие живого уголка
- Озеленение кабинета
- Освещение кабинета



Заключение.

«Состояние здоровья подрастающего поколения – важнейший показатель благополучия общества и государства, не только отражающий настоящую ситуацию, но и дающий прогноз на будущее».