



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

An educational poster titled "НАБОРНОЕ ПОЛОТНО" (Sample Cloth) featuring various colorful letters and shapes arranged in rows.

РУССКИЕ ГЛАГОЛЫ

А	Б	В	Г	Д
Б	Е	Ж	З	И
И	К	Л	М	Н
О	П	Р	С	Т
У	Ф	Х	Ц	Ч
Ш	Щ	Ъ	Ы	Ь
Э	Ю	Я		

РУССКИЕ ГЛАГОЛЫ

А	Б	В	Г	Д
Б	Е	Ж	З	И
И	К	Л	М	Н
О	П	Р	С	Т
У	Ф	Х	Ц	Ч
Ш	Щ	Ъ	Ы	Ь
Э	Ю	Я		

КЛАСНИЙ 1 КУТОК

An educational poster titled "КЛАСНИЙ 1 КУТОК" (Classroom Corner 1) featuring a giraffe illustration and some text.

КУТОЧЕК ПОДСВЕЩЕНИЯ

An educational poster titled "КУТОЧЕК ПОДСВЕЩЕНИЯ" (Lighting Corner) featuring a diagram of a lamp and some text.



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





**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».