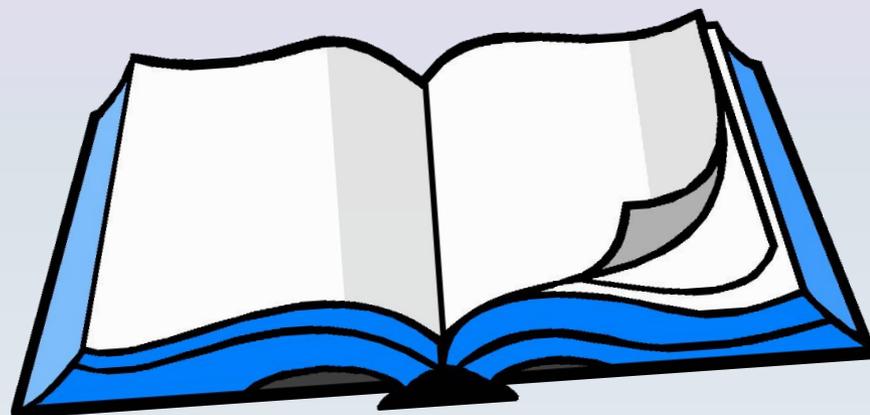
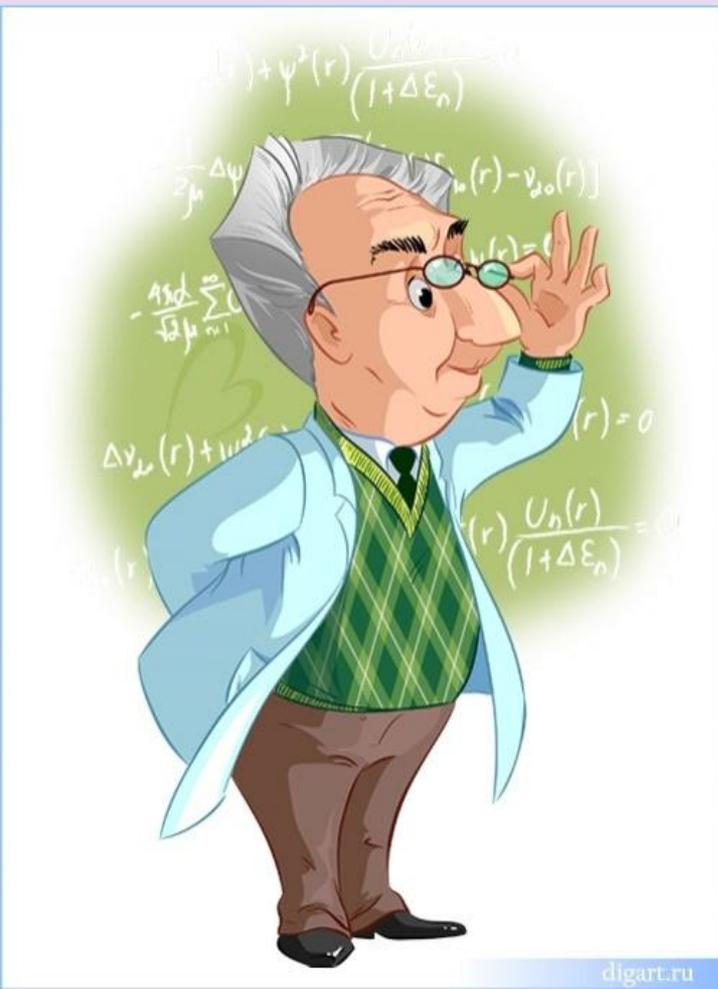




# Здоровьесберегающие технологии



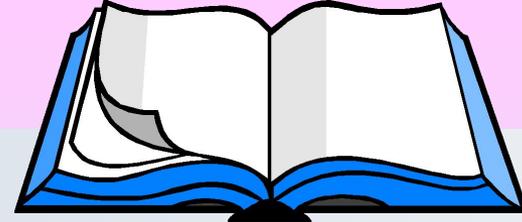
**Вой**

**Владимировна** Учитель начальных  
ная квалификационная к

# Здоровьесберегающие технологии

это система различных целенаправленных воздействий на целостный учебно-воспитательный процесс, организуемых ОУ для медико-психолого-педагогической профилактики и коррекции негативных психофизиологических, психологических и личностных состояний школьников в рамках традиционной системы образования.





# Здоровьесберегающие технологии

По характеру действия различают :

Стимулирующие  
технологии

Элементы  
аутотренинга  
и  
рефлексия

Защитно-  
профилактическ  
ие

Санитарно-  
гигиенические  
нормы и  
требования, ТБ

Компенсаторно-  
нейтрализующие

Физкультминутки,  
гимнастика для  
тела, слуха, глаз,  
дыхательная  
гимнастика

Информационно-  
обучающие

Забота  
учащихся о  
своём  
здоровье

## Защитно-профилактические технологии



Необходимо соблюдать санитарно-гигиенические требования к организации учебно-воспитательного процесса (температурный и воздушный режим, освещение, чистота и порядок в помещении кабинета) в соответствии нормами СанПиНа; обращать особое внимание на сохранность зрения учащихся: рассаживать детей на своих уроках с учетом состояния их зрения, корректировать освещение в кабинете; освещение классной доски, использование подвижных перемен, введение утренней зарядки перед первым уроком; профилактическая работа по предупреждению инфекционных заболеваний.

# Функции здоровьесберегающей технологии:

**формирующая:**

**диагностическая**

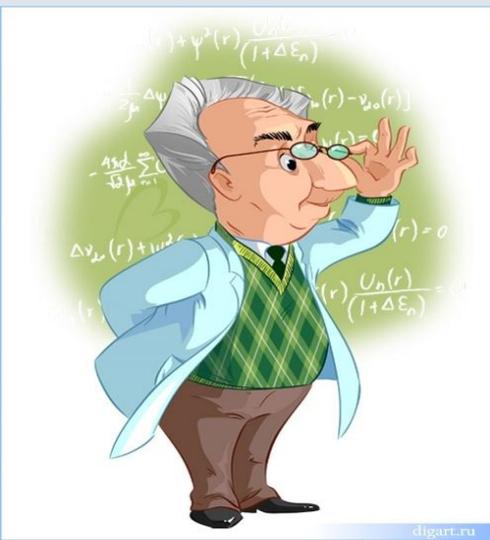
*Учет зоны  
работоспособно  
сти учащихся*

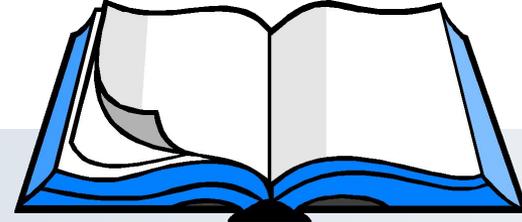
**адаптивная:**

**интегративная**

**рефлексивная**

**информативно-  
коммуникативная**





# Здоровьесберегающие технологии

Направления:

Направлено  
на –

– обеспече  
ие  
психического  
здоровья  
учащихся

Опирается на

природосообраз  
ности,  
преемственност  
и,  
вариативности,  
прагматичности

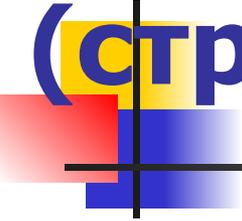
Достигается  
через

учет  
особенностей  
класса

Приводит к

предотвращению  
усталости и  
утомляемости;  
повышению  
мотивации к  
учебной  
деятельности.

# Перспективная цель (стратегическая)



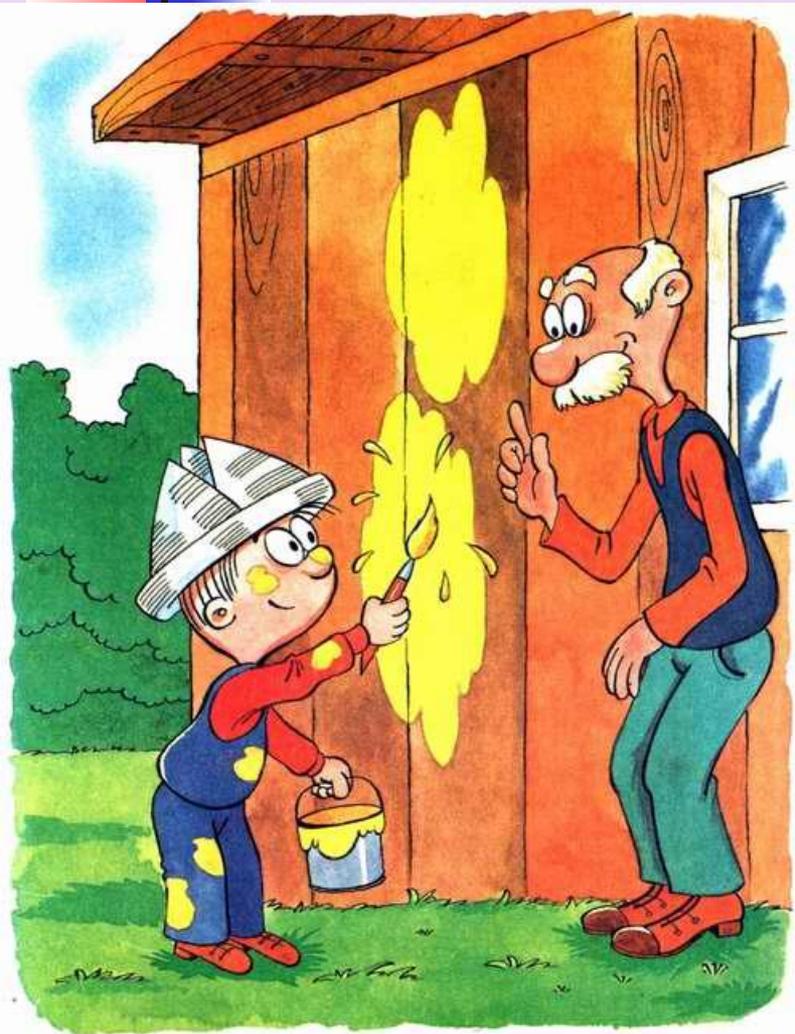
---

- совершенствовать систему знаний, умений и навыков в области здоровьесбережения;
- развивать интеллект, память, мышление, воображение, речь, внимание, физические качества;
- воспитывать морально-нравственные качества личности учащихся;
- стимулировать интерес к собственному здоровью как фактору повышения активности учащихся;
- создавать положительный эмоциональный фон на занятиях.

# РЕАЛИЗАЦИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ

ЗАВИСИТ ОТ МНОГИХ СОСТАВЛЯЮЩИХ:

- ✓ активного участия в этом процессе самих учащихся;
- ✓ создание здоровьесберегающей среды;
- ✓ высокой профессиональной компетентности и грамотности педагогов;
- ✓ планомерной работы с родителями;
- ✓ тесного взаимодействия с социально-культурной сферой.



# ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ПЕДАГОГИКА



I. Этап  
начального  
ознакомления с  
основными  
понятиями и  
представлениям  
и.

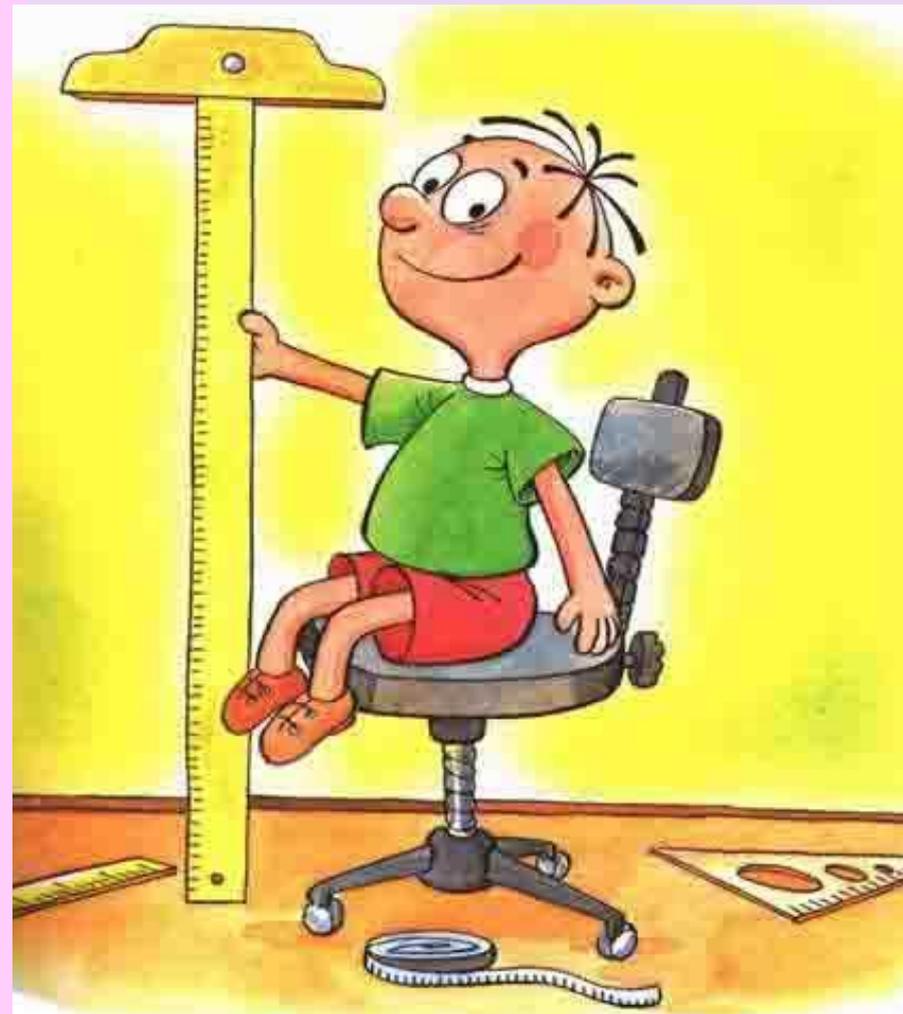
II. Этап  
углубленного  
изучения.

III. Этап  
закрепления  
знаний, умений и  
навыков и  
дальнейшего их  
совершенствован  
ия.

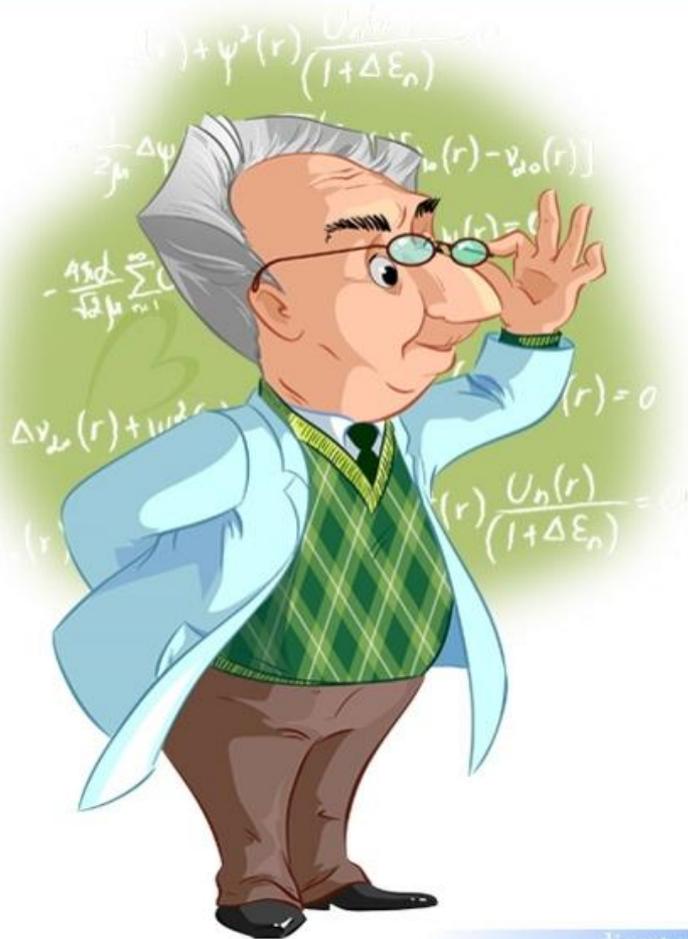
# Здоровьесбережение на уроке

Педагогу в организации и проведении урока необходимо учитывать:

- функциональные возможности всех учащихся;
- обстановку и гигиенические условия в классе;
- индивидуальные особенности;
- число видов учебной деятельности;
- среднюю продолжительность и частоту чередования различных видов учебной деятельности; место и длительность применения ТСО ;
- **психологический климат на уроке;**
- **плотность урока**



# Выводы. Заключение.



digart.ru

- Из изложенного выше следует , что внедрение в обучение здоровьесберегающей технологии ведет к снижению показателей заболеваемости детей, улучшение психологического климата в детских и педагогических коллективах, активно приобщает родителей школьников к работе по укреплению их здоровья.

Комплексное использование оздоровительных мероприятий в учебном процессе позволяет снижать утомление, повышать эмоциональный настрой и работоспособность, а это в свою очередь способствует сохранению и укреплению здоровья школьников.



«Здоровым может считаться человек, который отличается гармоническим развитием и хорошо адаптирован к окружающей его физической и социальной среде.

Здоровье не означает просто отсутствие болезней: это нечто положительное, это жизнерадостное и охотное выполнение обязанностей, которые жизнь возлагает на человека»

Г. Сигерист

✓ «Здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических недостатков».

Всемирная организация здравоохранения

## Используемые источники:

<http://milohka-domen.okis.ru/index.html>

[http://revolution.allbest.ru/pedagogics/00057475\\_0.html](http://revolution.allbest.ru/pedagogics/00057475_0.html)

<http://www.sano.ru/publik/matconf/07.htm>

<http://slovari.yandex.ru/dict/trud/article/ot1/ot1-0060.htm>

## Литература:

1. Дереклеева Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья. М., 2004.

2. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии. М., 2004.

3. Коджаспиров Ю.Г. Развивающие игры на уроках физической культуры. М., 2003.

4. Мишин Б.И. Настольная книга учителя физической культуры. М., 2003.

5. Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. М., 2007.

6. Смирнов Н.К. «Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе». М., 2002 г.