

Государственное казенное образовательное учреждение Ростовской области  
специальное (коррекционное) образовательное учреждение  
для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья  
специальная (коррекционная) общеобразовательная  
школа-интернат VIII вида № 14 г. Волгодонска

# Здоровьесберегающие ТЕХНОЛОГИИ в начальной школе



Еремченко  
Жанна Николаевна  
2012 год



**«Забота о здоровье – это важнейший труд педагога. От жизнедеятельности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы...»**

А.В.Сухомлинский

**Здоровье человека зависит :**  
на 50% - от образа жизни

на 25% - от состояния окружающей среды

на 15% - от наследственной программы

на 10% - от возможностей медицины.



# Актуальность

Здоровье - важнейший фактор работоспособности и развития детского организма.

Подготовка к здоровому образу жизни ребенка на основе здоровьесберегающих технологий должна стать приоритетным направлением в деятельности педагога, работающего с детьми младшего школьного возраста.



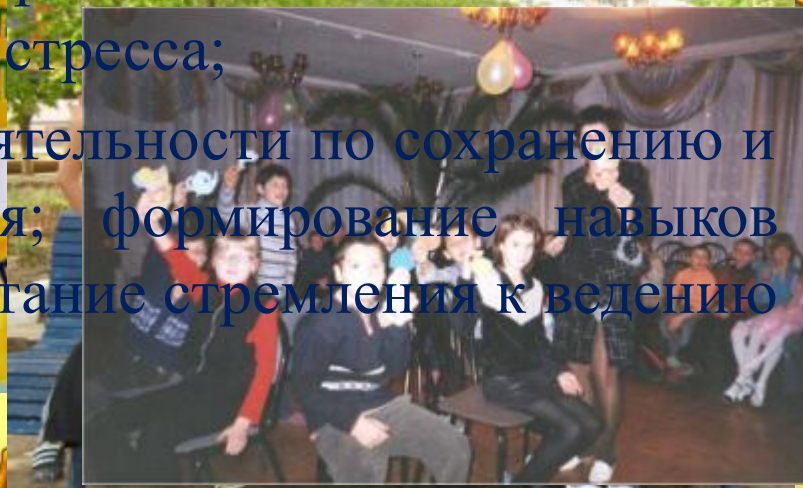
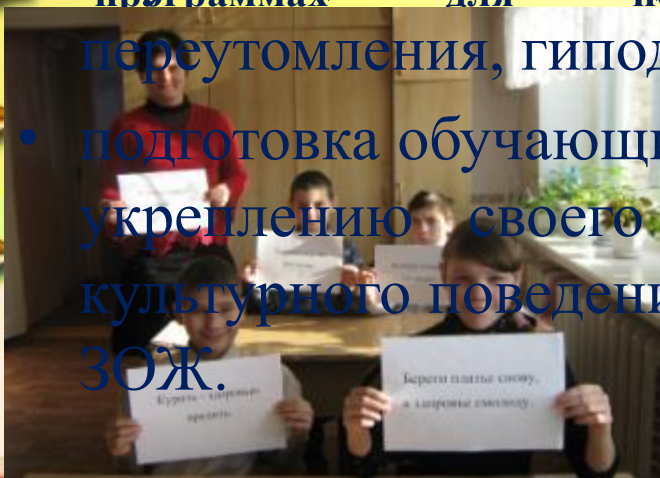


# По определению Н.К.Смирнова

## Здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.

### Понятие «здоровьесберегающая педагогика» -

- Это совокупность приемов и методов организации учебно-воспитательного процесса без необходимости выводить отдельные показатели их реализации при проведении педагогического процесса, а также формирование умений, навыков и способностей обучающихся к здоровьесберегающему поведению.
- Основные цели здоровьесберегающей педагогики – обеспечение организации учебного и воспитательного процесса без необходимости выводить отдельные показатели их реализации при проведении педагогического процесса, а также формирование умений, навыков и способностей обучающихся к здоровьесберегающему поведению.
- 2) создание условий для формирования культуры здоровья и здоровьесберегающей культуры у обучающихся и педагогов, обеспечивающая его реализацию в образовательной среде адаптированных программ для педагогов, переутомления, гиподинамии, стресса; подготовка обучающихся к деятельности по сохранению и укреплению своего здоровья; формирование культурного поведения; воспитание стремления к ведению ЗОЖ.



# Средства здоровьесберегающих Виды здоровьесберегающих технологий образовательных технологий на уроке

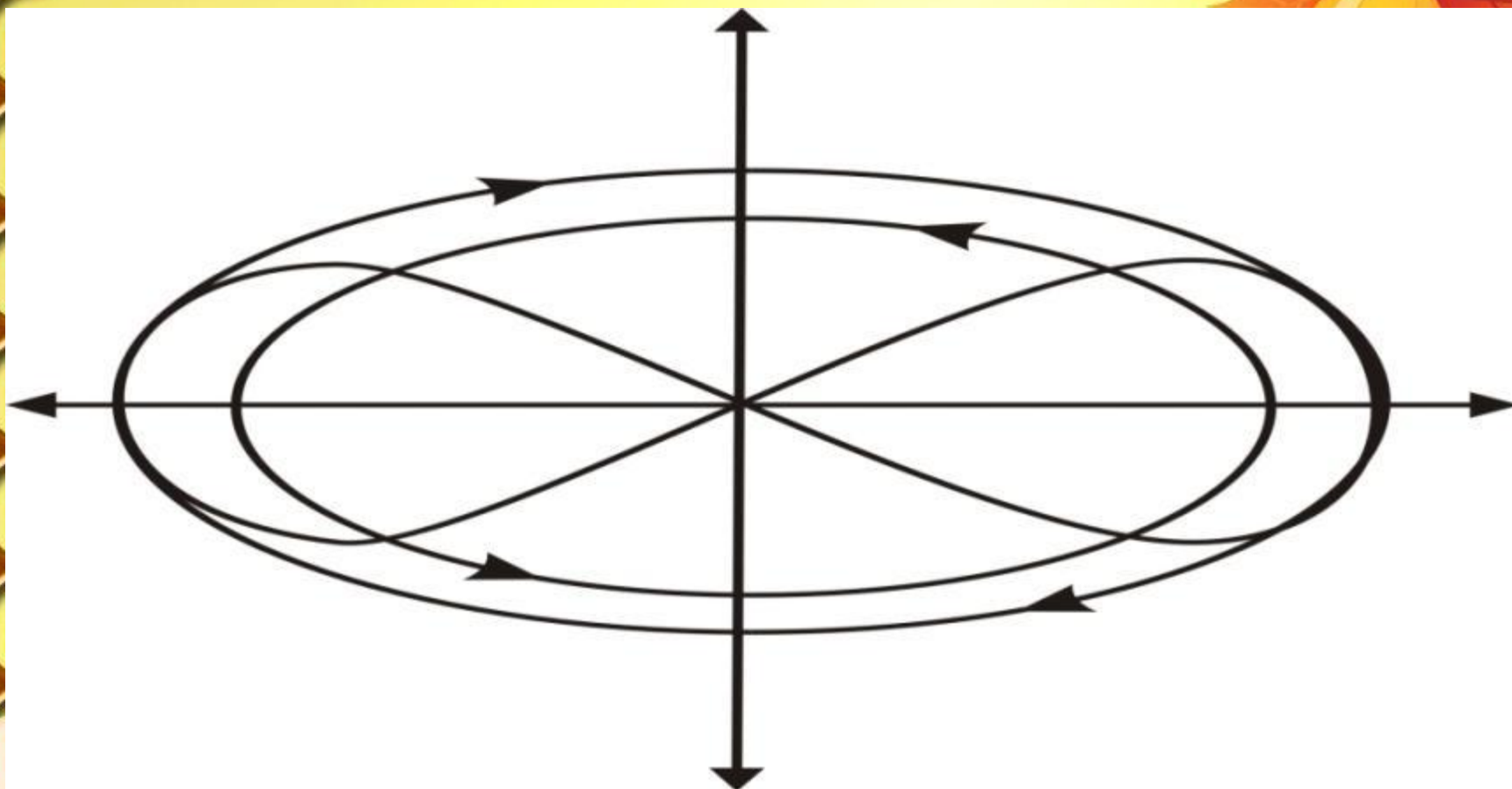
- *Методика «динамических поз»*
- физкультминутки (для коррекции осанки).
- оздоровительные минутки
- *Методика «зрительных горизонтов»*
- минутки релаксации (для профилактики нарушения зрения).
- *Методика «цветотерапия»*
- *Методика «траекторий»* для глаз (для профилактики нарушения зрения).
- *Методика «вставки о здоровье»*
- пальчиковая гимнастика (формирование у детей правильного отношения к своему здоровью).
- массаж активных точек
- использование музыкальных средств



# Режим динамических поз по системе В.Ф. Базарного



# Гимнастика для глаз





# Дневник в садике



# Теоретические выводы опыта

- Давлятчина Н.Н. Формирование основ здорового образа жизни
- Использование здоровьесберегающих технологий. В средствах здоровьесберегающих технологий. // Начальная школа. – 2010 - №9.
- Использование здоровьесберегающих технологий. // Начальная школа. – 2010 - №9.
- Повысить познавательную активность детей, но и успешно адаптироваться в образовательном социальном пространстве; учителю эффективно образ жизни. Повышение двигательной активности учащихся. // Начальная школа. – 2009 - №9.
- Стабилизация показателей заболеваемости – детей
- Середина Э.В. Психологическая комфортность урока – элемент здоровьесберегающей педагогической технологии. // Начальная школа. – 2010 - №10.
- Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие технологии в работе учителя школы, – М., 2005.
- Харитонова Л.А. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. – Ростов н/Дону: Феникс, 2011.

