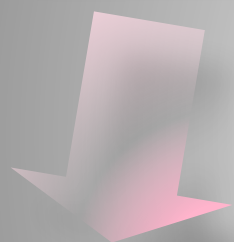


**Исследование и внедрение в образовательный процесс  
здоровьесберегающих технологий, обеспечивающих  
качество обучения**

*Преподаватель физической культуры  
Никонова Т.А.*



В соответствии с основными направлениями федеральной и региональной политики в сфере образования внедряю в учебно-воспитательный процесс современные образовательные технологии:



*метод  
проектного  
обучения*



*здоровьесберега  
ющие  
технологии*



*информационно-  
коммуникационные  
технологии*

По определению Всемирной  
организации здравоохранения

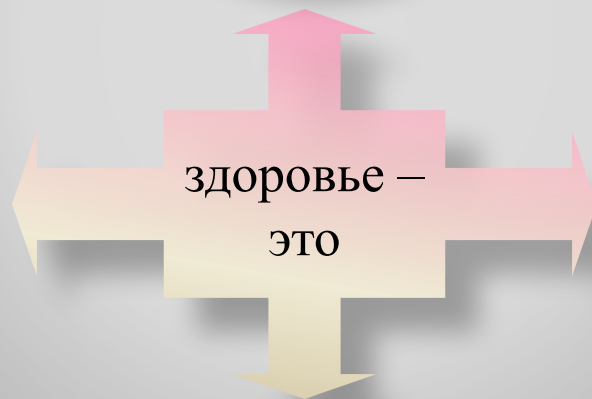
духовное  
здоровье

отсутствие  
болезней и  
физических  
дефектов

здоровье –  
это

Социальное  
благополучие

физическое  
здоровье



- **Актуальность** использования здоровьесберегающей технологии вызвана
  - обострением проблем рационального питания
  - ухудшением социально – экономической обстановки
  - снижением уровня здоровья подростков
  - наследственностью

Здоровьесберегающие образовательные технологии — это системный подход к обучению и воспитанию, построенный на стремлении педагога не нанести ущерб здоровью

### *Использование здоровьесберегающих технологий- это:*

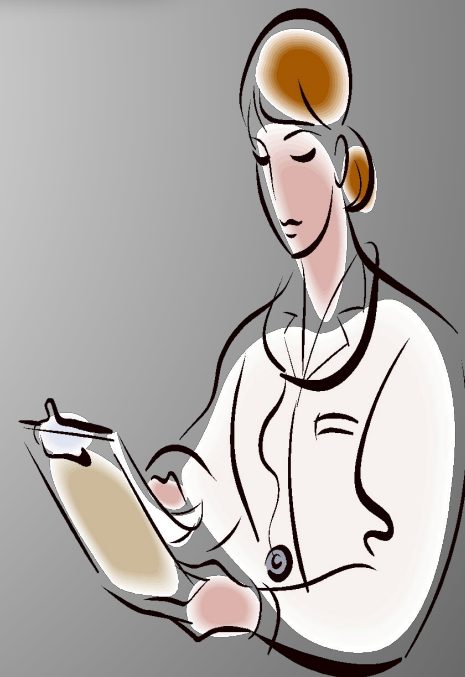
- условия обучения учащегося
- рациональная организация учебного процесса
- соответствие учебной нагрузки возрастным возможностям подростка
- необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим
- наличие и выбор места на занятии методов, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения самих учащихся
- наличие мотивации деятельности учащихся
- психологический климат на уроке
- эмоциональные разрядки на уроке



В условиях единого воспитывающего здоровьесберегающего пространства одна из основных задач школы - сохранение здоровья и профилактика заболеваний учащихся. На каждом уроке и во внеурочной деятельности применяю здоровьесберегающие технологии.

## Система мер по сохранению и укреплению здоровья учащихся

- 1.
  - Соблюдение санитарно-гигиенического режима
  - Дифференцированный подход
  
- 2.
  - Разнообразие форм и методов работы
  - Смена видов деятельности
  
- 3.
  - Чередование видов активности
  - Физкультминутки, гимнастика для глаз



# *Ожидаемые результаты*

- Овладение учащимися ключевыми понятиями. Формирование научно-исследовательских навыков школьников. Повышение качества знаний учащихся .
- Повышение качества знаний учащихся .
- Сформированность потребности в здоровом образе жизни.
- Снижение дезадаптации воздействию негативных факторов внешней среды.
- Совершенствование духовного и нравственного здоровья учащихся.



Преподаватель сам должен быть здоров душой и телом, именно он способствует реализации интеллектуального, физического, духовного потенциала студентов, контролирует и корректирует их развитие.

Путь к здоровью через образование – это и есть инвестиции в наше будущее. Ведь преподаватель несет школьникам не только знания

Самая  
тяжелая  
работа – над  
собой.

Самая  
большая  
победа –  
победа над  
собой!

