

# Здоровье на уроке.

Павлова Марина Анатольевна,  
учитель начальных классов,  
МАОУСОШ № 8 г.Старая Русса



Здоровый человек смотрит  
обоими глазами  
и работает обеими руками.

Марийская пословица.



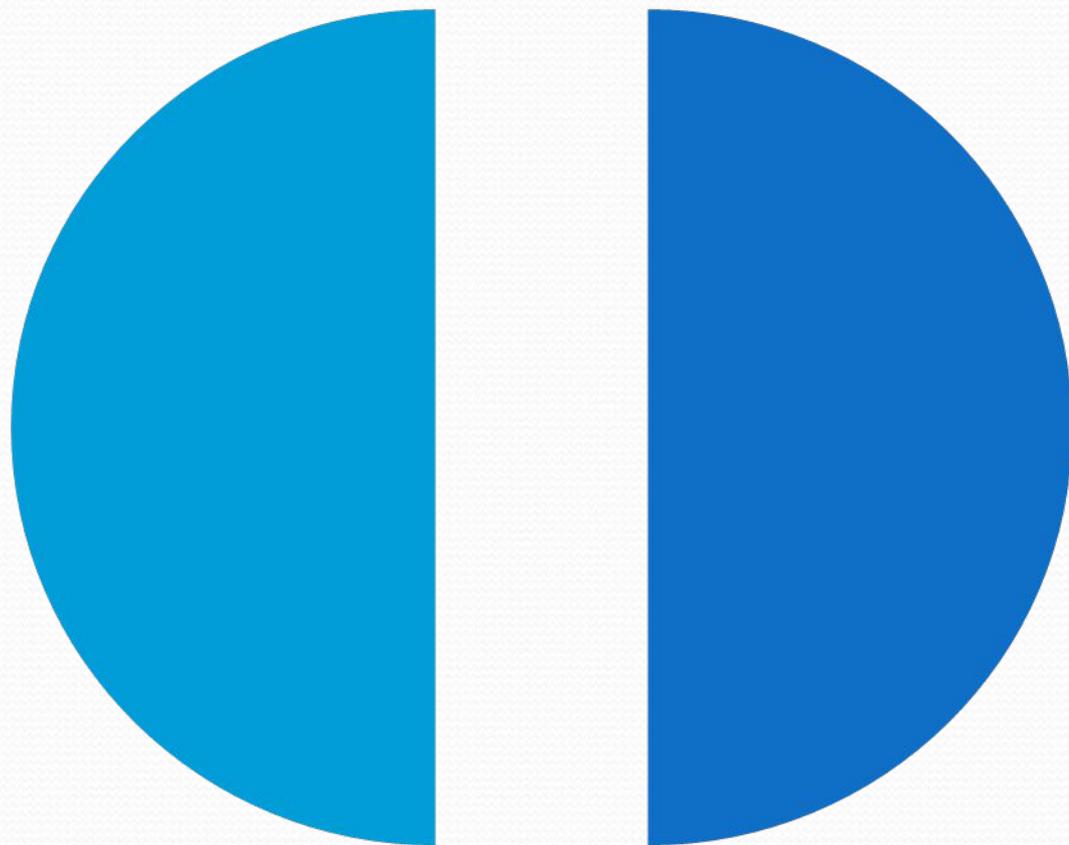
«Чтобы быть здоровым, нужно  
собственные усилия, постоянные  
и значительные. Заменить их  
нельзя ничем.»

Н.М. Амосов.



Валеология – наука о  
формировании,  
сохранении и укреплении  
здоровья.

# Здоровье человека.



- Образ жизни
- другое

- Как помочь детям, как сделать так, чтобы учение в школе вызывало прилив энергии и было в радость?
- Есть ли выход из создавшейся ситуации?

- Соблюдение санитарно-гигиенических условий проведения урока.
- Валеологически целесообразное включение в урок позитивного настроения.
- Выбор адекватных возрасту форм и методов ведения уроков.
- Выбор темпа и ритма урока.

- Регламентация длительности основных видов учебной деятельности.
- Смена видов деятельности на уроке.
- Формирование положительной мотивации к учебной деятельности и стимулирование познавательного интереса.
- Привлечение возможно большего числа органов чувств учащихся: слуха, зрения, осязания, обоняния.

- Создание условий для творчества в учебной деятельности.
- Включение в процесс познания эмоционально-чувственной сферы.
- Дифференциация и индивидуализация процесса обучения в зависимости от личностных особенностей и состояния здоровья учащихся.

- Создание на уроке ситуации, стимулирующей поисковую активность.
- Диагностика начальных стадий утомления учащихся, снятие напряжения от статической позы, профилактика нарушений осанки и зрения.  
(Физкультминутки с 1 по 9 класс)
- Психологическая атмосфера урока, стиль общения учителя.

Учитель должен не только строить свой учебный процесс с учётом возраста, пола, специфики развития организма, физиологических и психологических процессов, но и использовать информацию по сохранению и укреплению здоровья в своей педагогической деятельности.

- «Только при таком подходе может быть реализован принцип – **здоровье через образование!**»

Д.В. Колесов.

# Спасибо за внимание!

