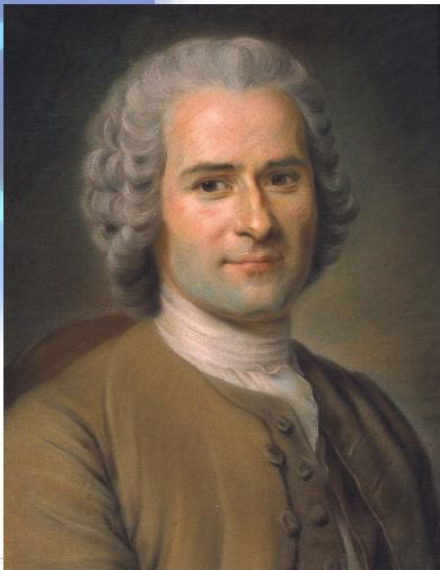


# ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ТЕХНОЛОГИЯ

## Здоровьесберегающие технологии



*Чтобы сделать  
ребёнка умным и  
рассудительны  
м сделайте его  
крепким и  
здоровым.*

Жан Жак Руссо

Бурыкина Т.Л

Критерии, которым должны соответствовать здоровьесберегающие технологии следующие:

- Обеспечение мотивации обучения;
- Построение обучения в соответствии с закономерностями становления психических функций;
- Обучение с учетом принципов природосообразности, здоровья, пола, целостности, уникальности их личности, безусловной любви и др.;
- Обеспечение прочного запоминания;
- Обеспечение адекватного восстановления сил;
- Осознание успешности обучения.



Реализация здоровьесберегающих образовательных технологий – это такая организация образовательного процесса на всех его уровнях, при которой качественное обучение, развитие и воспитание обучающихся происходит без нанесения ущерба их здоровью

# ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ МОЖНО РАЗДЕЛИТЬ НА ТРИ ГРУППЫ:

1. ТЕХНОЛОГИИ, ОБЕСПЕЧИВАЮЩИЕ ГИГИЕНИЧЕСКИ ОПТИМАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА;
2. ТЕХНОЛОГИИ ОПТИМАЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА И ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ ШКОЛЬНИКОВ;
3. РАЗНООБРАЗНЫЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ НА УРОКАХ И ВО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.

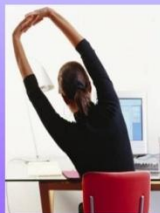
## Здоровьесберегающие технологии



Зарядка для глаз



Правильно подобранная мебель



Мини - зарядка



Минутка отдыха при работе за компьютером

## Здоровьесберегающая среда



## ФОРМИРОВАНИЮ У ПОДРОСТКОВ ПОТРЕБНОСТИ В ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ , ОСОЗНАНИИ ОТВЕТСТВЕННОСТИ ЗА СВОЕ ЗДОРОВЬЕ СПОСОБСТВУЕТ:

- СИСТЕМАТИЧЕСКАЯ АКТУАЛИЗАЦИЯ ВНИМАНИЯ УЧАЩИХСЯ НА ИХ ЗДОРОВЬЕ И ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ;

- СОЗДАНИЕ КОМФОРТНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ ДЛЯ ВСЕХ УЧАЩИХСЯ;

- ОПТИМИЗАЦИЯ УЧЕБНОЙ НАГРУЗКИ, ЧЕРЕДОВАНИЕ УЧЕБНОГО ТРУДА И ОТДЫХА;

- УСИЛЕНИЕ ДИАГНОСТИЧЕСКИХ ФУНКЦИЙ ДЛЯ ВЫЯВЛЕНИЯ:

А) РЕЗЕРВНЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕГО ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ;

Б) ДЛЯ УСИЛЕНИЯ РЕФЛЕКСИИ ПЕДАГОГА И УЧАЩЕГОСЯ С ЦЕЛЬЮ РАЗВИТИЯ ИХ СПОСОБНОСТЕЙ К САМОПОЗНАНИЮ, САМОСОВЕРШЕНСТВОВАНИЮ



### Принципы здоровьесбережения:

- «Не навреди!».
- Приоритет заботы о здоровье учителя и учащегося.
- Непрерывность и преемственность.
- Субъект-субъективные взаимоотношения.
- Соответствие содержания и организации обучения возрастным особенностям учащихся.
- Комплексный, междисциплинарный подход.
- Успех порождает успех.
- Активность.
- Ответственность за свое здоровье.

# ПО ХАРАКТЕРУ ДЕЙСТВИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ МОГУТ БЫТЬ ПОДРАЗДЕЛЕНЫ НА:

- \_ ЗАЩИТНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ, НАПРАВЛЕННЫЕ НА ЗАЩИТУ ЧЕЛОВЕКА ОТ НЕБЛАГОПРИЯТНЫХ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ВОЗДЕЙСТВИЙ;
- \_ КОМПЕНСАТОРНО-НЕЙТРАЛИЗУЮЩИЕ, ПОЗВОЛЯЮЩИЕ ВОСПОЛНИТЬ НЕДОСТАТОК ТОГО, ЧТО ТРЕБУЕТСЯ ОРГАНИЗМУ ДЛЯ ПОЛНОЦЕННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ИЛИ, ХОТЯ БЫ ЧАСТИЧНО НЕЙТРАЛИЗУЮЩИЕ НЕГАТИВНЫЕ ВОЗДЕЙСТВИЯ;
- \_ СТИМУЛИРУЮЩИЕ, ПОЗВОЛЯЮЩИЕ АКТИВИЗИРОВАТЬ СОБСТВЕННЫЕ СИЛЫ ОРГАНИЗМА, ИСПОЛЬЗОВАТЬ ЕГО РЕСУРСЫ ДЛЯ ВЫХОДА ИЗ НЕЖЕЛАТЕЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ;
- \_ ИНФОРМАЦИОННО-ОБУЧАЮЩИЕ, КОТОРЫЕ ОБЕСПЕЧИВАЮТ ИНФОРМИРОВАНИЕ О ЗДОРОВЬЕ И СПОСОБАХ ЕГО СОХРАНЕНИЯ, ВОСПИТЫВАЮТ КУЛЬТУРУ ЗДОРОВЬЯ, ОБУЧАЮТ НАВЫКАМ ЗДОРОВЬЯ.



## ФУНКЦИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРАГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ:

- **ФОРМИРУЮЩУЮ:** НА ОСНОВЕ БИОЛОГИЧЕСКИХ И СОЦИАЛЬНЫХ ЗАКОНОМЕРНОСТЕЙ СТАНОВЛЕНИЯ ЛИЧНОСТИ. В ОСНОВЕ ФОРМИРОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ ЛЕЖАТ НАСЛЕДСТВЕННЫЕ КАЧЕСТВА, ПРЕДОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ФИЗИЧЕСКИЕ И ПСИХИЧЕСКИЕ СВОЙСТВА. ДОПОЛНЯЮТ ФОРМИРУЮЩЕЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ НА ЛИЧНОСТЬ СОЦИАЛЬНЫЕ ФАКТОРЫ, ОБСТАНОВКА В СЕМЬЕ, КЛАССНОМ КОЛЛЕКТИВЕ, УСТАНОВКИ НА СБЕРЕЖЕНИЕ И УМНОЖЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ КАК БАЗЫ ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ В ОБЩЕСТВЕ, УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ;
- **ИНФОРМАТИВНО-КОММУНИКАТИВНУЮ:** ОБЕСПЕЧИВАЕТ ТРАНСЛЯЦИЮ ОПЫТА ВЕДЕНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ, ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ, ФОРМИРУЮЩИХ БЕРЕЖНОЕ ОТНОШЕНИЕ К ИНДИВИДУАЛЬНОМУ ЗДОРОВЬЮ;
- **ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩУЮ** (ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ ПРИВИВКИ, ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ, ВИТАМИНИЗАЦИЯ, ОРГАНИЗАЦИЯ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ);
- **ОЗДОРОВИТЕЛЬНУЮ** (ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА, ФИЗИОТЕРАПИЯ, АРОМОТЕРАПИЯ, ЗАКАЛИВАНИЕ, ГИМНАСТИКА, МАССАЖ, ФИТОТЕРАПИЯ, АРТТЕРАПИЯ);
- **ВОСПИТАНИЕ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ** (ЗАНЯТИЯ ПО РАЗВИТИЮ ЛИЧНОСТИ ПОДРОСТКОВ, ВНЕКЛАССНЫЕ И ВНЕШКОЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ И Т.Д.).



Здоровый ребенок – успешный ребенок



«Желаю Вам цвести, расти,  
Крепить свое здоровье.  
Оно для дальнего пути -  
Главнейшее условие».

С.Я. Маршак

