

Казенное общеобразовательное учреждение Ханты – Мансийского автономного округа – Югра «Радужнинская школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»



Анализ работы по теме самообразования

«Повышение качества

обслуживающего труда через использование здоровьесберегающих техно



Выполнила: Компаниец Н.  
М.  
учитель трудового  
обучения

Радужный  
2014

## ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ

Предполагают не только сохранение, но и формирование, укрепление здоровья учеников, воспитание у них культуры здоровья, охрану здоровья педагогов и содействие им в стремлении грамотно заботиться о своем здоровье и о здоровье своих учащихся.

Реализуются на основе лично-ориентированного подхода. Осуществляемые на основе лично-развивающей ситуации, они относятся к тем факторам, благодаря которым учащиеся учатся жить вместе и эффективно взаимодействовать, развивать способности «особого ребенка»: его ум, нравственные и эстетические чувства, потребность в деятельности, овладении первоначальным опытом общения с людьми, природой, творчеством.

# Здоровьесберегающая технология

**это:**

- условия обучения «особого» ребенка в школе;
- рациональная организация учебного процесса;
- соответствие учебной и физической нагрузки возрастным возможностям ребенка;

**Цель здоровьесберегающих образовательных технологий обучения:**

- обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.



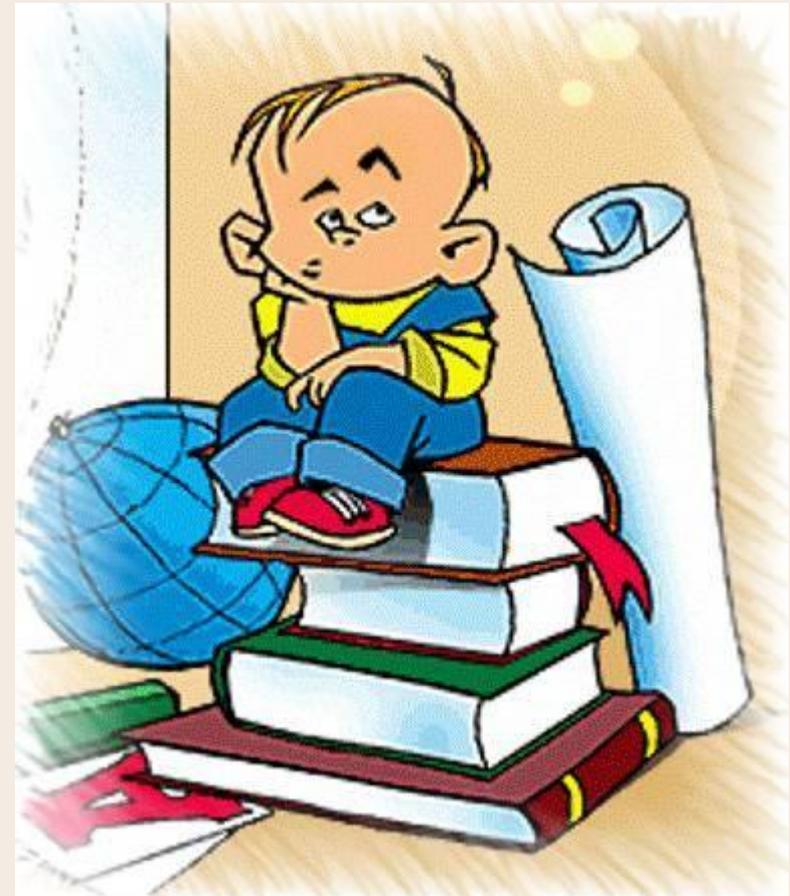
## Факторы, разрушающие здоровье учащихся:

- Поза во время учебного процесса
- Вербальный принцип построения учебного процесса.
- Обедненные природные стимулы учебной среды
- Несовершенные методики преподавания

Использование здоровьесберегающих технологий в учебном процессе позволяет учащимся более успешно адаптироваться в образовательном и социальном пространстве.

## Признаки усталости ученика:

- встряхивание руками,
- потягивание,
- зевота,
- закрывание глаз,
- остановившийся взгляд,
- ненужное перекладывание предметов,
- не восприятие вопроса,
- разговор с соседом,
- увеличение количества ошибок в ответах,
- частая смена позы.



# Анализ проведения урока с позиций здоровьесбережения

Гигиенические  
условия в  
кабинете:



Санитарно –  
эпидемиологические  
правила и нормативы  
СанПин 2.4.2.1178-02 1.  
Температура,  
свежесть воздуха,  
озеленение.



# Рациональность освещения доски и класса.



3. Наличие/отсутствие монотонных, неприятных звуковых раздражителей и т. д.

4. Чистота и уют в классе;

5. Личная гигиена (мытьё рук и внешний вид);

6. Парты и стулья по росту учащихся;

7. Правильная осанка (положение корпуса, рук, ног);

8. Организация питьевого режима;

9. Обеспечение учащихся спецодеждой.



## Виды деятельности, используемые учителем на уроках обслуживающего труда

- Опрос учащихся, ответы на вопросы,
- Письмо,
- Рассказ, чтение, слушание,
- Показ материалов с применением ИКТ,
- Рассматривание наглядных пособий,
- Практическая работа.



# Продолжительность учебной нагрузки и плотность урока.

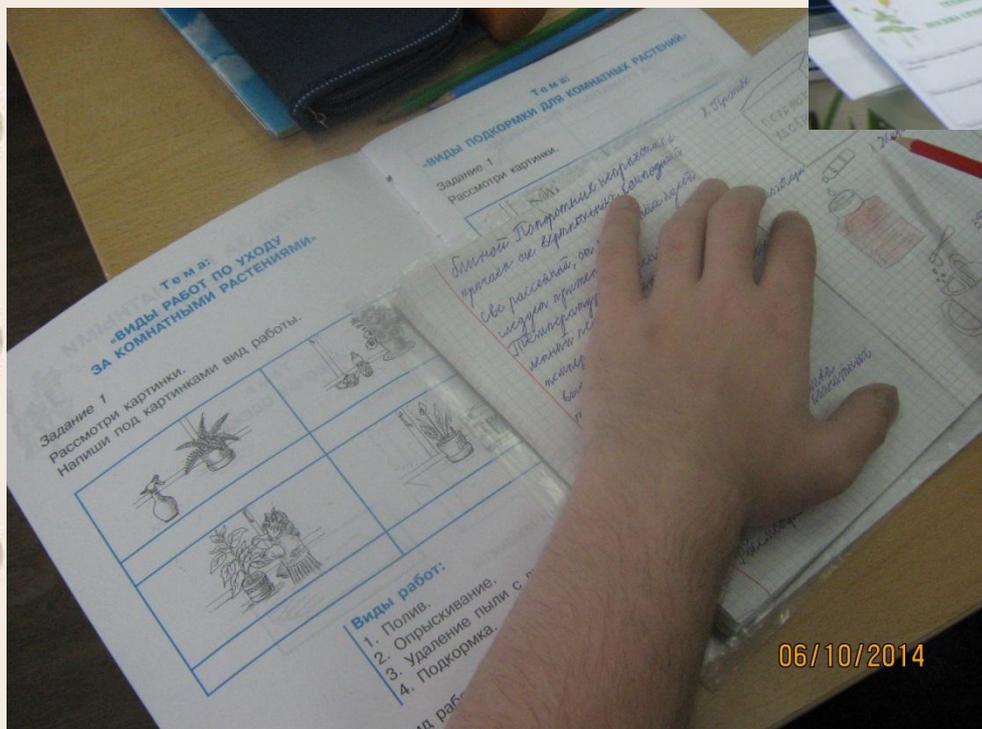
Чередование различных видов заданий:

- статических и динамических;
- словесных;
- наглядных;
- аудиовизуальных,
- самостоятельной работы и др.).

Длительность непрерывной работы по основным трудовым операциям в 9-х классах 20-25 минут



Демонстрационный материал и пособия (операционные карты, Предметные карты, индивидуальные карточки – задания должны быть читаемыми, яркими, чтобы было интересно читать и рассматривать.



## Позы учащихся и их чередование в зависимости от характера выполняемой работы



Степень естественности позы школьников на уроке служит хорошим индикатором психологического воздействия учителя, степени его авторитаризма: механизм здоровьеразрушающего воздействия авторитарного учителя состоит, в частности, в том, что дети на его уроках избыточно напряжены.



# Схема «Требования и нормы к урокам»: Техника безопасности.



## Памятка

1. Надевай спецодежду перед работой.
2. Соблюдай осторожность при работе с инвентарём.
3. Выполняй работу в указанном месте.
4. Не переходи на другое место без разрешения учителя.
5. По окончании работы почисть инвентарь и убери его на место.

### 3. Психологический микроклимат на уроке, наличие на уроке эмоциональных разрядок (шуток, загадок и тд )



## 4. Физкультминутки и физпаузы.

Норма – на 15-20 минуте урока в течении 1 минуты проводить физпаузу из легких упражнений 3-4 повторения, а также важно, чтобы было сопровождение спокойной музыкой (эмоциональный климат) и наличие у школьника желания выполнять упражнения.

Я даю упражнения на:

- ❖ снятие общего утомления;
- ❖ упражнения для кистей рук;
- ❖ гимнастика для глаз;
- ❖ дыхательная гимнастика.



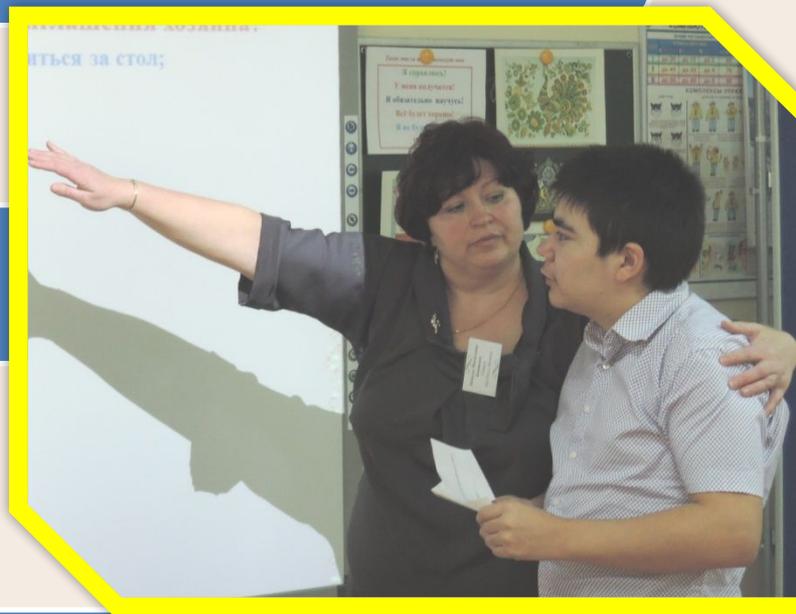
Воспитание у учащихся культуры здоровья. Включение в содержательную часть урока вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни.



Тема: *Закаливание организма, его значение в укреплении здоровья и физическом состоянии школьников*



Тема: **Рацион и режим питания школьников**



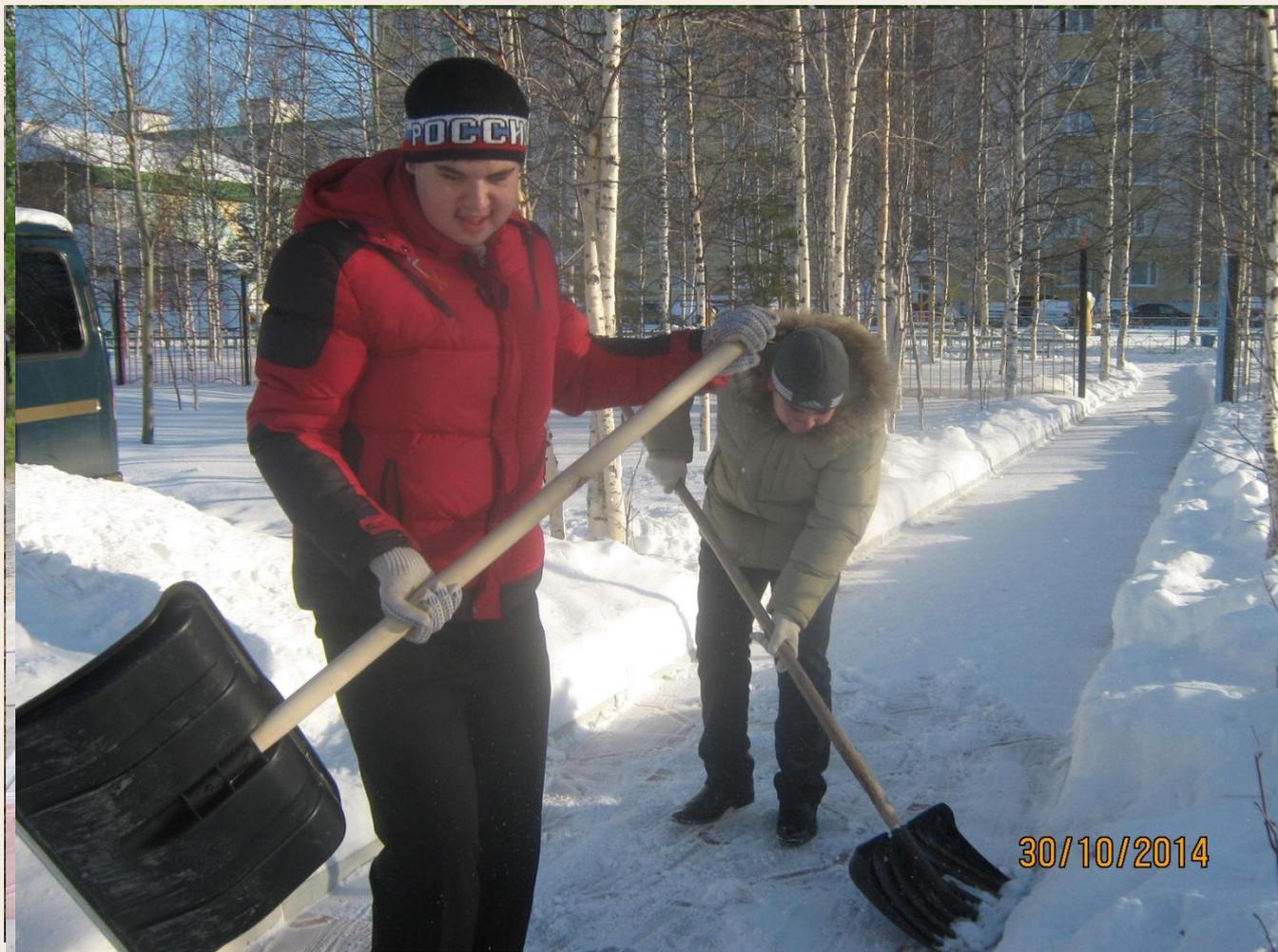
Тема: **Гигиенические требования к жилому помещению**

Выполнение практических заданий способствует укреплению  
здоровья.

При физической нагрузке включаются различные группы мышц,  
происходит развитие мелкой моторики рук, пальцев.



Провожу час труда на свежем воздухе.  
Ребята с удовольствием работают на пришкольном участке.





# Творческий подход к обучению





# Творческие проекты на уроках обслуживающего труда



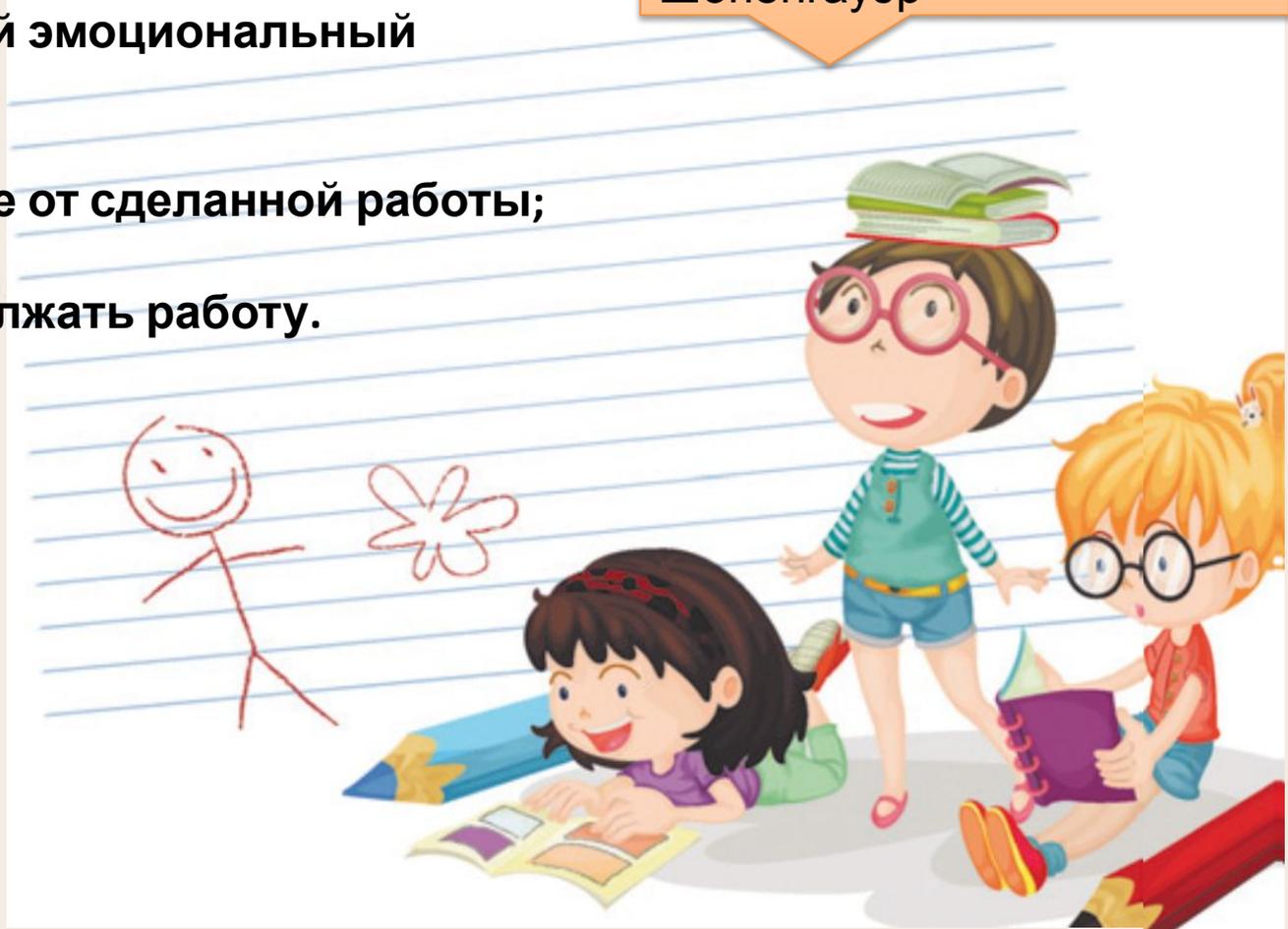
# Критерии удачного урока

- Отсутствие усталости у детей и учителя;
- Положительный эмоциональный настрой;
- Удовлетворение от сделанной работы;
- Желание продолжать работу.

Здоровье до того перевешивает все остальные блага в жизни, что поистине здоровый нищий счастливее больного короля.

А.

Шопенгауэр



## Список использованных материалов.

<http://fantasyflash.ru/#ru1>

<https://www.google.ru/search?q=фон+презентаций+powerpoint&newwindow>

<https://www.google.ru/search?q=картинка+пловец&newwindow>

<https://www.google.ru/search?q=картинка+продукты+питания&newwindow>

<https://www.google.ru/search?q=картинка+открытое+окно&newwindow>

<https://www.google.ru/search?q=картинка+уставший+ученик&newwindow>

Н.К.Смирнов. Здоровьеобразовательные образовательные технологии и психология здоровья в школе. Издательство «Аркти», 2006., стр. 319.

Мухаметова Ф.Г. Здоровьесберегающие технологии в классах коррекционно - развивающего обучения// «Начальная школа», 2006, №8, с.105.

Здоровьесберегающая деятельность школы в учебно-воспитательном процессе: проблемы и пути их решения//Школа.-2005.-№3, с.52-87.

Львова И.М. Физминутки// «Начальная школа», 2005. - №10. с.86.

Бутова С.В. Оздоровительные упражнения на уроках// «Начальная школа», 2006, №8.с.98.

Дронов А.А. Профилактика нарушения осанки и укрепления мышечного корсета// «Начальная школа», 2006,№3.с.53.