

The background of the slide is a solid orange-brown color, overlaid with a pattern of stylized, semi-transparent autumn leaves in various shades of brown and orange. The leaves are scattered across the page, creating a textured, seasonal feel.

Создание здоровьесберегающей среды на уроках

- 1. Здоровьесберегающие технологии
- 2. Рекомендации психолога
- 3. Эффективные методы и приемы сохранения и укрепления здоровья учащихся на уроке
- 4. Применение элементов здоровьесберегающих технологий на уроке

**Здоровье - это состояние
полного физического,
психического и социального
благополучия, а не только
отсутствии болезней или
физических дефектов.**

- *Физическое здоровье*
- *Психическое здоровье*
- *Социальное здоровье*
- *Нравственное здоровье*
- *Духовное здоровье*

Школьные факторы риска

- *Стрессовая педагогическая тактика;*
- *Несоответствие методик и технологий обучения возрастным и функциональным возможностям школьников;*
- *Несоблюдение элементарных физиологических и гигиенических требований к организации учебного процесса;*
- *Недостаточная грамотность родителей в вопросах сохранения здоровья детей;*
- *Провалы в существующей системе физического воспитания;*
- *Интенсификация учебного процесса;*
- *Функциональная неграмотность педагога в вопросах охраны и укрепления здоровья;*
- *Частичное разрушение служб школьного медицинского контроля;*

Здоровый образ жизни:

- благоприятное социальное окружение;
- духовно-нравственное благополучие;
- оптимальный двигательный режим (культура движений);
- закаливание организма;
- рациональное питание;
- личная гигиена;
- отказ от вредных пристрастий (курение, употребление алкогольных напитков, наркотических веществ);
- положительные эмоции.

*Системообразующий принцип
здоровьесберегающей
педагогики:*

приоритет заботы о здоровье учащихся



*научно-методическая обоснованность работы
подбор и подготовка педагогических кадров
достаточное финансовое обеспечение*

Задачи педколлектива при организации здоровьесберегающего учебного процесса

- *организация работы с наибольшим эффектом для сохранения и укрепления здоровья;*
- *создание условий ощущения у детей радости в процессе обучения*
- *научить детей жить в гармонии с собой и окружающим миром*
- *воспитание культуры здоровья*
- *развитие творческих способностей*
- *мотивация на здоровый образ жизни*
- *ориентация детей на использование полученных знаний в повседневной жизни*
- *внедрение инновационных педагогических технологий*
- *участие в научно-практических конференциях*

Типы технологий

- Здоровьесберегающие
- Оздоровительные
- Технологии обучения здоровью
- Воспитание культуры здоровья
- Внесубъектные
- Предполагающие пассивную позицию учащегося
- Предполагающие активную позицию учащегося

Принципы построения здоровьесберегающих

образовательных технологий

- *телесно-двигательного
сопровождения абстрактно-
понятийного мышления;*
- *открытости природе;*
- *эмпатического понимания;*
- *поддержания позитивной «Я-
концепции»;*
- *осознавания собственных
психосоматических процессов;*
- *творческой активности;*
- *закаливания.*

Функции здоровьесберегающей технологии:

- *формирующая*
- *информативно-коммуникативная*
- *диагностическая*
- *адаптивная*
- *рефлексивная*
- *интегративная*

Анализ проведения урока с позиций здоровьесбережения

- *обстановка и гигиенические условия в классе (кабинете): температуру и свежесть воздуха, рациональность освещения класса и доски, наличие/отсутствие монотонных, неприятных звуковых раздражителей и т.д.;*
- *число видов учебной деятельности. Норма — 4-7 видов за урок*
- *среднюю продолжительность и частоту чередования различных видов учебной деятельности. Ориентировочная норма — 7-10 минут*
- *число видов преподавания: словесный, наглядный/аудиовизуальный, самостоятельная работа и т.д. Норма — не менее трех*

Анализ проведения урока с позиций здоровьесбережения

- *чередование видов преподавания. Норма — не позже чем через 10-15 минут*
- *наличие и выбор места на уроке методов, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения самих учащихся*
- *место и длительность применения ТСО*
- *позы учащихся, чередование поз*
- *физкультминутки и другие оздоровительные моменты на уроке — их место, содержание и продолжительность. Норма — на 15-20 минут урока по 1 минуте из 3-х легких упражнений с 3 — повторениями каждого упражнения;*

Анализ проведения урока с позиций здоровьесбережения

- *наличие в содержательной части урока вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни формирование отношения к человеку и его здоровью как к ценности; выработка понимания сущности здорового образа жизни*
- *наличие у учащихся мотивации к учебной деятельности на уроке*
- *психологический климат на уроке*
- *наличие на уроке эмоциональных разрядок: шуток, улыбок, использование юмористических картинок, поговорок, афоризмов с комментариями, небольших стихотворений, музыкальных минуток и т.п.*

В конце урока следует обратить внимание на следующее:

- *плотность урока, т.е. количество времени, затраченного школьниками на учебную работу. Норма — не менее 60% и не более 75—80%;*
- *момент наступления утомления учащихся и снижения их учебной активности.*
- *темп и особенности окончания урока:*
 - *быстрый темп, «скомканность», нет времени на вопросы учащихся, быстрое, практически без комментариев, записывание домашнего задания;*
 - *спокойное завершение урока: учащиеся имеют возможность задать учителю вопросы, учитель может прокомментировать задание на дом, попрощаться с учащимися;*
 - *задержка учащихся в классе после звонка (на перемене).*

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В РАБОТЕ МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЪЕДИНЕНИЯ УЧИТЕЛЕЙ

- *Производится гигиеническая оценка условий и технологий обучения (воздушно-тепловой, световой режим, режим и организация учебно-воспитательного процесса).*
- *Соблюдаются физиологические основы учебно-воспитательного режима*
- *Формируется здоровый образ жизни.*

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В РАБОТЕ МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЪЕДИНЕНИЯ УЧИТЕЛЕЙ

- *динамические паузы*
- *создание благоприятной микросреды и морально-психологического климата*
- *формирование устойчивого интереса к самостоятельному поиску разносторонних знаний,*
- *правильная организация досуга школьников.*
- *проведение интегрированных уроков*

Можно считать, что здоровье ученика в норме, если:

а) в физическом плане – умеет преодолевать усталость, здоровье позволяет ему справляться с учебной нагрузкой;

б) в интеллектуальном плане – проявляет хорошие умственные способности, наблюдательность, воображение, самообучаемость;

в) в нравственном плане – честен, самокритичен, эмпатичен;

г) в социальном плане – коммуникабелен, понимает юмор, сам умеет шутить;

д) в эмоциональном плане –

- **Ребенок должен постоянно ощущать себя счастливым, помогите ему в этом.**
- **Каждый урок должен оставлять в душе ребенка только положительные эмоции.**
- **Дети должны испытывать ощущение комфорта, защищенности и, безусловно, интерес к уроку.**