

Способы снятия умственного и физического напряжения на уроках в 5-11 классах



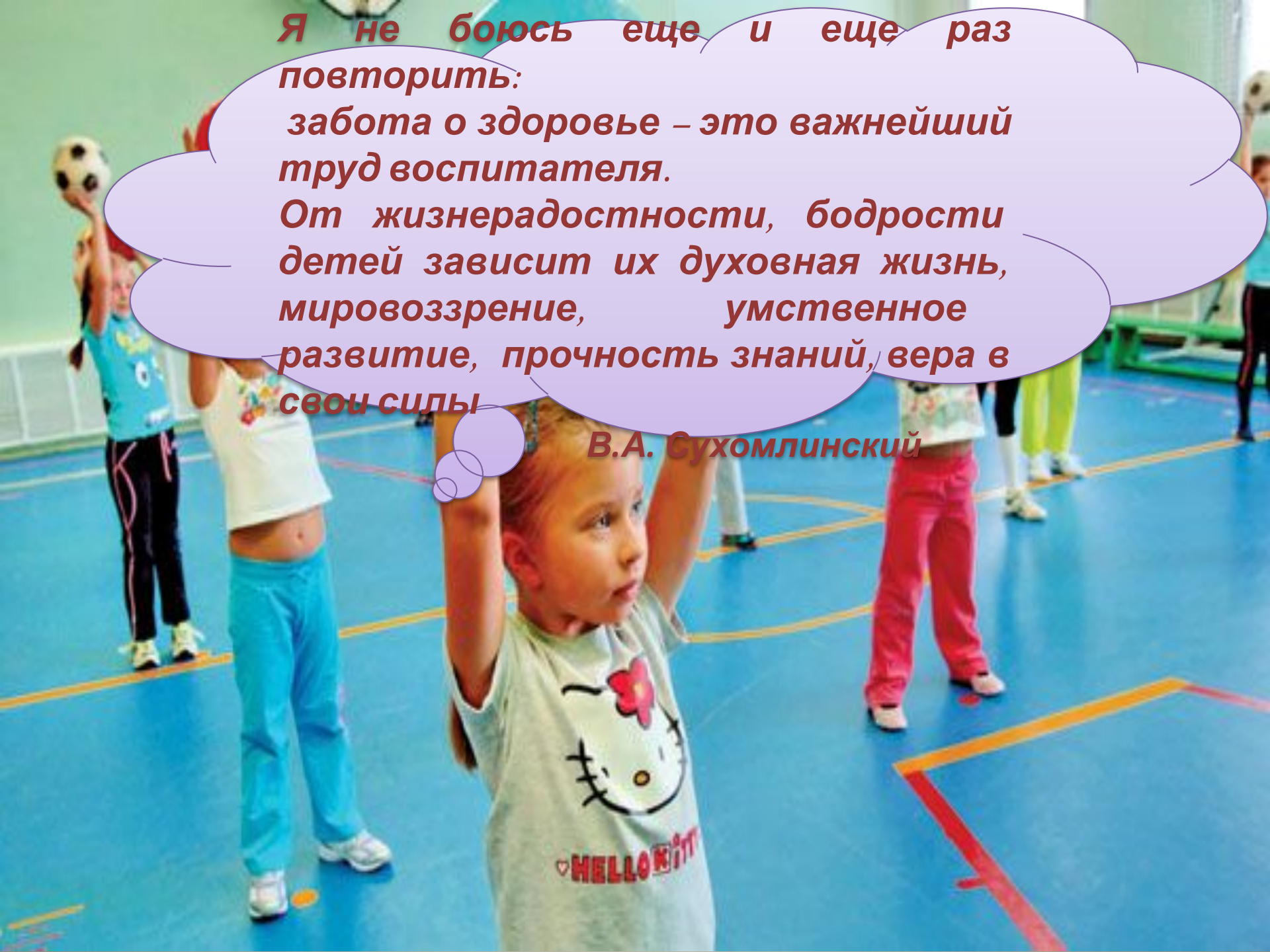
Подготовила: учитель
украинского языка и
литературы
ГБОУ ЛНР «Ясеновская
гимназия №2»
Хаимова И. А.

Я не боюсь еще и еще раз повторить:

забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя.

От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы

В.А. Сухомлинский





ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ЧЕРЕЗ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИННОВАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

**Рыбальченко Светлана
Евгеньевна,
учитель-методист
Ясеновской гимназии №2
Ровеньковского
городского совета ЛНР
ПРОБЛЕМА УЧИТЕЛЯ:
сохранение здоровья
детей с использованием
инновационных
технологий**



**Козырь Марина Владимировна,
учитель высшей категории Ясеновской
гимназии №2
Ровеньковского городского совета ЛНР
ПРОБЛЕМА УЧИТЕЛЯ: акмеологический
подход в формировании здорового образа**

ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА ЗАВИСИТ:

10% - от экологии

20% - от наследственных факторов

20% - от системы здравоохранения

50% - от образа жизни

Абсолютно здоровых детей не существует



Золотое

В детях нужно ф ормировать стремление к здоровому образу жизни, выработать собственный опыт здоровьесбережения



Комплексный подход к оздоровлению детей

Цветотерапия
Музыкотерапия

Возобновление
психического баланса
Релаксация
Фанфики
Синканы

Здоровье
ребенка

духовно

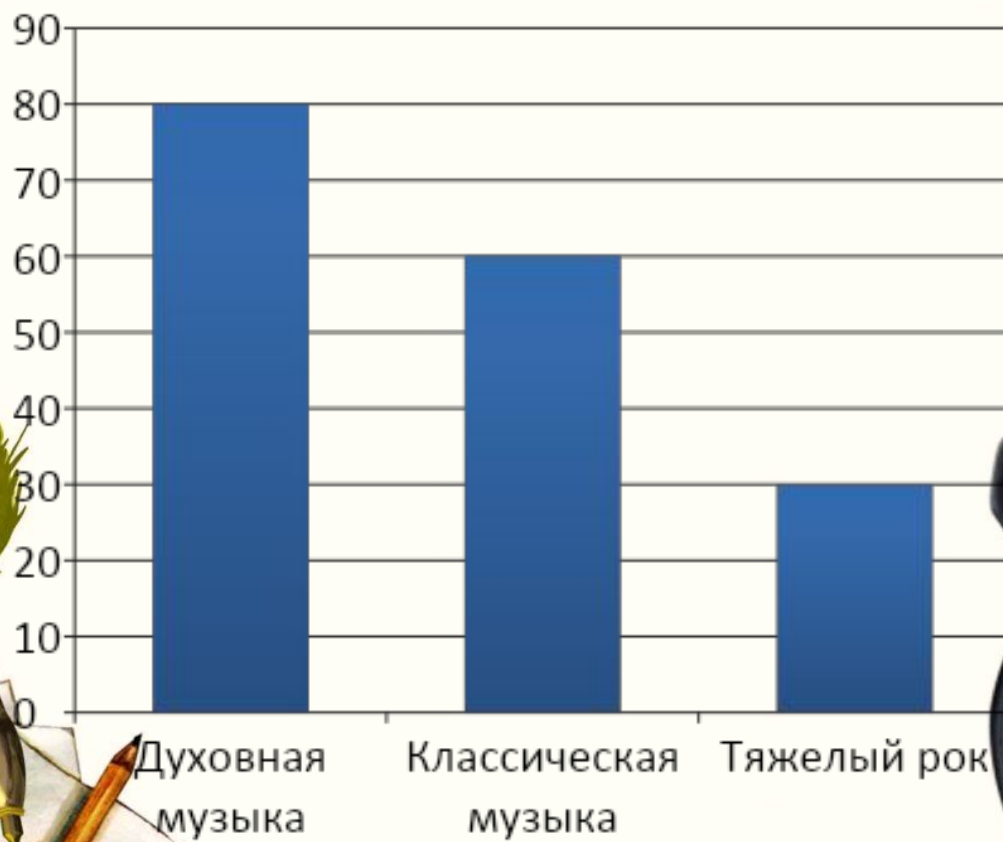
психическое

социально

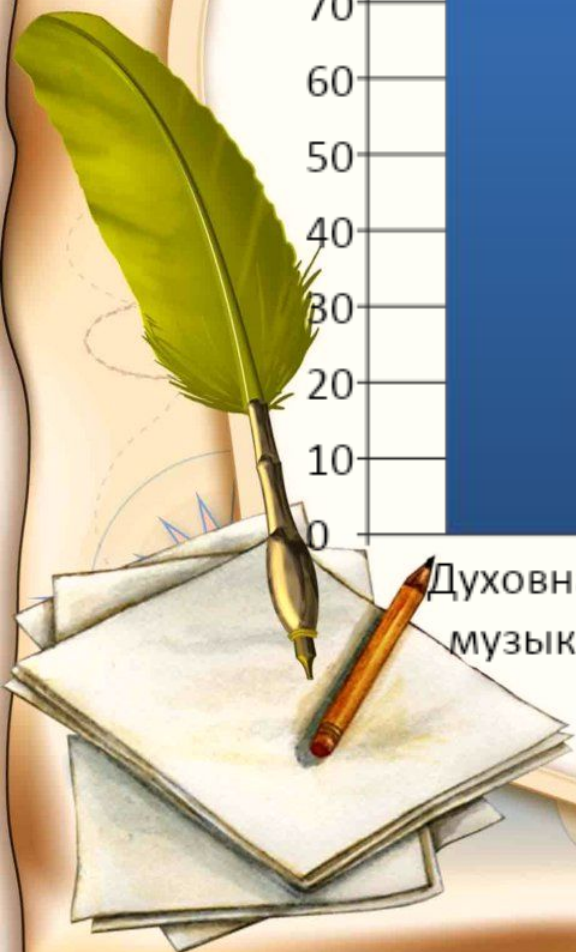
физическое

Исследовательская
работа

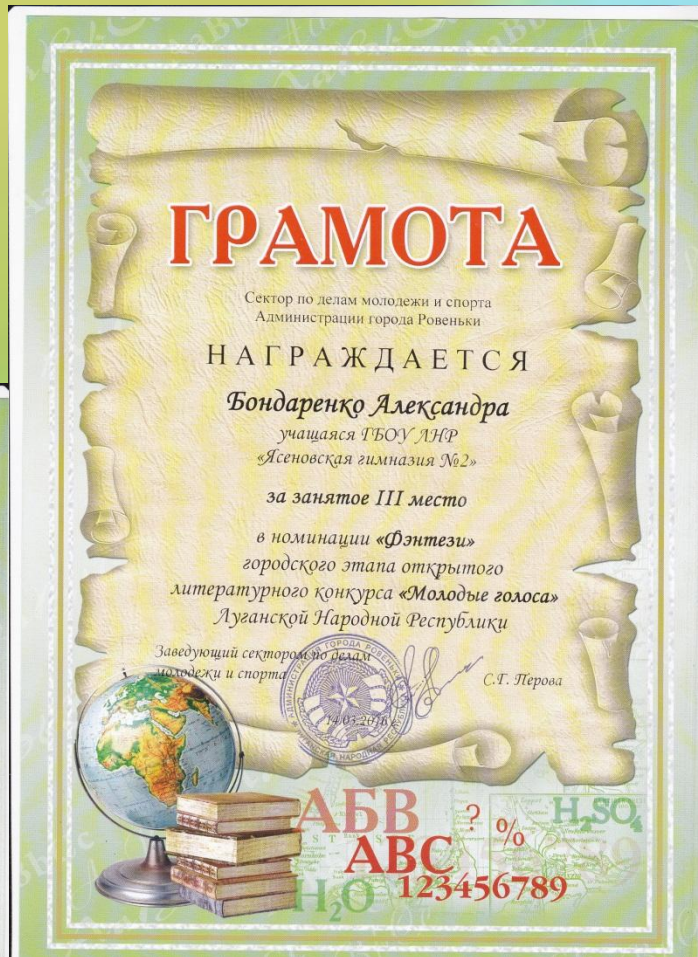
Массаж
Физкультминутки



Результаты влияния
■ музыки на успеваемость



Фанфик



Складіть сенкан



Хто?
Який?
Що робить?
Ваше ставлення.
Слово-синонім.

*Лев.
Гордовитий, хоробрий.
Воює, лякає, ричить.
Відомий цар звірів в природі.
Володар, вожак.*



Хто?
Яка?
Що робить?
Ваше ставлення.
Слово-синонім.

Сравнительный анализ здоровья учащихся

№	Группы заболеваний	2014-2015	2015-2016
1	Ортопедическая патология	16	15
2	Зрительная патология	6	5
3	ЛОР – заболевания	13	12
4	Неврологическая патология	11	10
5	Сердечно– сосудистые заболевания	16	14
6	Эндокринные заболевания	7	5
7	Заболевания почек	7	7
8	Нарушение речи	4	3

Мониторинг состояния здоровья

— 5-А класс — 5-Б класс



Адаптация

Физическая подготовка

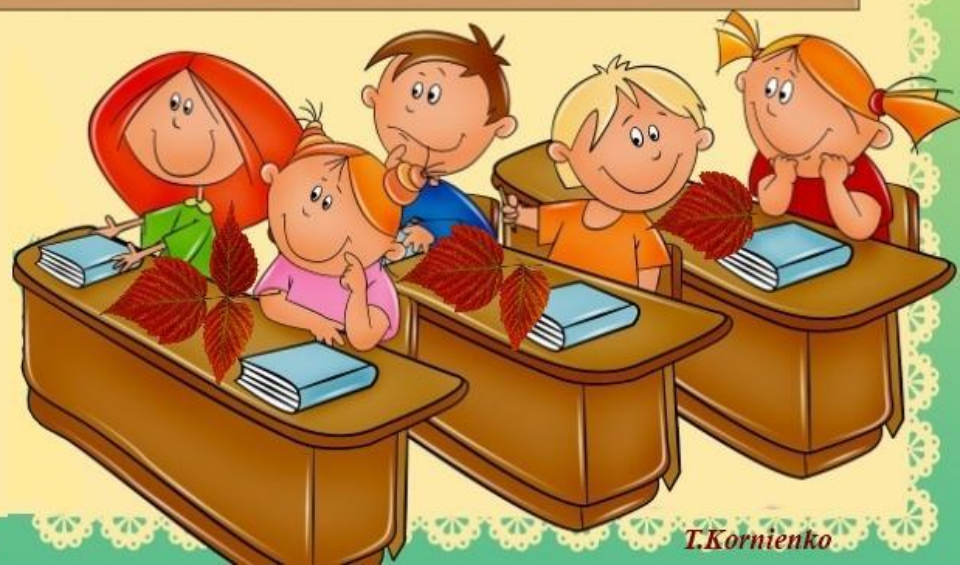
Успеваемость

Общительность

Псих. устойчивость

Трудоспособность

**Здоровье с красотой
неразлучны**
Мастер – класс















Зеленый (понедельник)	Это цвет тепла, воли и силы. Позитивно влияет на нервную систему, снимает напряжение. Люди, которые его выбирают – это люди с твердым характером
Красный (вторник)	Символизирует активного, сильного духом человека, который ничего не отлаживает на потом. Лечит почки, желудок, легкие
Розовый (среда)	Символизирует нежность. Люди, которые его выбирают романтичны и эмоциональны. лечит астму, ревматизм, легкие
Фиолетовый (четверг)	Этот цвет выбирают люди склонны к меланхоличности и серьезности. Лечит болезни кости, судороги, нервные заболевания, опухоли.
Синий (пятница)	Цвет холода и спокойствия. Этот цвет выбирают уравновешенные, уверенные люди с чутким сердцем. Лечит сердце, головную боль, нормализует давление

Коричневый (суббота)

Люди, которые его выбирают озадачены своим здоровьем. Лечит судороги, почки, эпилепсию, ревматизм

Желтый (воскресенье)

Цвет солнца. Люди, выбравшие этот цвет оптимисты, живут с надеждой на лучшее. Дарят её окружающим. Лечит диабет, экзему, почки, депрессию.

Белый

Люди, которые его выбирают стремятся к чистоте и покою

Черный

Это стойкая позиция протеста, агрессивная позиция характера, импульсивность.




















**Спасибо за
внимание!**

**Вы работали отлично
Желаю счастье в жизни
вашей личной.**

**Пусть Вам солнце
мирно светит и пусть
радуют Вас дети.**

**Никогда не унывайте,
своё здоровье
укрепляйте!**

