

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ  
ПО ПРИМЕНЕНИЮ ЗДОРОВЬЕ СБЕРЕГАЮЩИХ  
ТЕХНОЛОГИЙ УЧИТЕЛЕМ  
В УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ**

Сенаторова Нелли Михайловна,  
Горбулина Людмила Викторовна,  
МБОУ СОШ №189,  
Новосибирск, 2018

Здоровье ребенка,  
его социально-психологическая адаптация,  
нормальный рост и развитие  
во многом определяются средой, в которой он живет.

Для ребенка от 6 до 17 лет  
этой средой является система образования, т.к. более 70  
% времени его бодрствования  
связаны с пребыванием в учреждениях образования.

# ФАКТОРЫ РИСКА НАРУШЕНИЙ ЗДОРОВЬЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

- стрессовая педагогическая тактика;

- несоответствие методик и технологий обучения  
возрастным и функциональным возможностям школьников;

- несоблюдение элементарных  
физиологических и гигиенических требований к организации учебного процесса;

- интенсификация учебного процесса;

- функциональная неграмотность педагога  
в вопросах охраны и укрепления здоровья;

- отсутствие системной работы  
по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни.

# ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ

*Здоровьесберегающая образовательная технология* – система, создающая максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья всех субъектов образования (обучающихся, педагогов).

# ТРИ ОСНОВНЫЕ ГРУППЫ

- технологии, обеспечивающие гигиенически оптимальные условия образовательного процесса;

- технологии оптимальной организации учебного процесса и физической активности школьников;

- разнообразные психолого-педагогические технологии, используемые на уроках и во внеурочной деятельности педагогами и воспитателями.



# ПОСТРОЕНИЕ УРОКА С ПОЗИЦИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ



Правильная организация урока



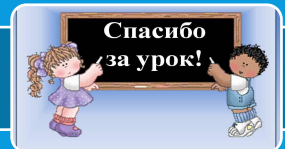
Использование каналов восприятия



Распределение интенсивности умственной деятельности



Снятие эмоционального напряжения



Создание благоприятного психологического климата



Охрана здоровья и пропаганда здорового образа жизни



Самоанализ урока учителем с позиций здоровьесбережения

# САМОАНАЛИЗ УРОКА УЧИТЕЛЕМ С ПОЗИЦИЙ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ



## Гигиенические условия в классе

- Чистота
- Температура и свежесть воздуха
- Рациональность освещения
- Наличие или отсутствие раздражителей

## Число видов учебной деятельности

- опрос учащихся,
  - письмо,
  - чтение,
  - слушание,
  - рассказ,
  - рассматривание наглядных пособий,
  - ответы на вопросы,
  - практические занятия.
- Норма: 4-7 видов за урок.  
• Средняя продолжительность: 7–10 минут.

## Число видов преподавания

- словесный,
  - наглядный,
  - аудиовизуальный,
  - самостоятельная работа и др.
- Норма: не менее 3 за урок.  
• Чередование : через 10–15 минут.

## Активизация инициативы

- методы, способствующие активизации инициативы и творческого самовыражения учащихся:
- методы свободного выбора;
- активные методы
- методы, направленные на самопознание и развитие







**Спасибо за внимание!**

