



# Здоровьесберегающие ТЕХНОЛОГИИ в начальной школе



# Здоровье ученика в норме, если:

- в физическом плане
- в социальном плане
- в эмоциональном плане;
- в интеллектуальном плане;
- в нравственном плане

**В структуре урока, учителями начальной школы применяются следующие элементы здоровьесберегающих технологий:**

- положительный эмоциональный настрой на уроке;
- оптимальный темп ведения урока;
- подача материала доступным рациональным способом;
- наглядность;
- смена видов деятельности;
- физкультминутки, динамические паузы;

- дифференцированный подход в обучении;
- групповая работа, работа в парах;
- игра, игровые моменты;
- гимнастика; воспитательные моменты на уроке (беседы) и во внеурочной деятельности;
- санитарно – гигиенические условия;



# 1. Эмоциональный настрой



Долгожданный дан звонок –  
Начинается урок.  
Тут затеи и задачи,  
Игры, шутки – всё для вас!  
Пожелаем вам удачи –  
За работу, в добрый час!

На вас надеюсь я, друзья.  
Мы хороший дружный класс  
Всё получится у нас!

Вот и прозвенел звонок.  
Начинается урок.  
Очень тихо вы садитесь  
И работать не ленитесь.





**2. Оптимальный темп проведения урока, демократичный стиль общения позволяют учащимся сосредоточиться на работе, лучше усвоить материал.**

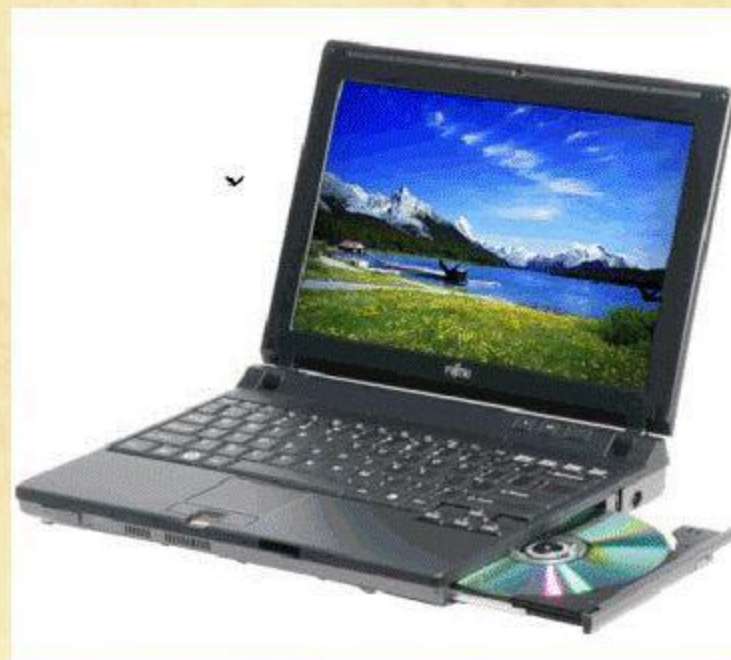


**3. Подача материала должна быть в доступной форме, понятной младшему школьнику, с учётом его возрастных особенностей.**





**4. Наглядность, используемая на уроке, способствует конкретизации изучаемого материала, повышает интерес учащихся.**





**5. Смена видов деятельности  
(работа у доски,  
с учебником, устно, в  
тетрадах и т. д.),  
разнообразие заданий,  
направлены на поддержание интереса  
и снятие повышенной утомляемости.**





## 6. ФИЗКУЛЬТМИНУТКИ





## 7. Дифференцированное обучение



При дифференцированном обучении каждый ребёнок получает от урока только положительные эмоции, ощущает защищённость и испытывает интерес к учёбе.





## 8 Игра, игровые моменты



Применение игровых технологий на уроке в комплексе с другими приёмами и методами организации учебных занятий укрепляет мотивацию на изучение предмета, помогает вызвать положительные эмоции, увидеть индивидуальность детей.

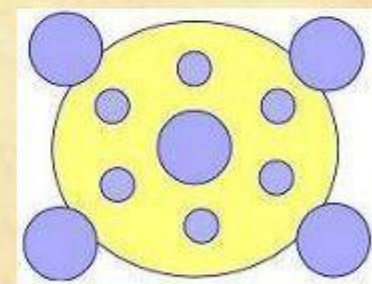
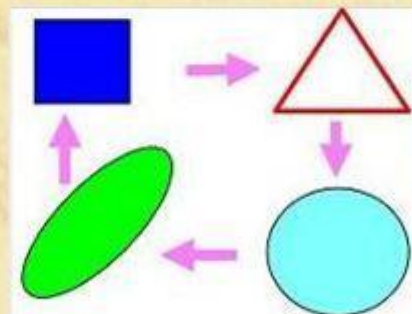




## 9 Гимнастика



- ✓ пальчиковая гимнастика;
- ✓ дыхательная гимнастика;
- ✓ гимнастика для глаз;
- ✓ разминка для губ и языка.



Важная составная часть  
здоровьесберегающей работы  
школы – **рациональная  
организация урока.**



Показателем рациональной организации учебного процесса являются:

Объем учебной нагрузки – количество уроков и их продолжительность, включая затраты времени на выполнение домашних заданий;

Нагрузка от дополнительных занятий в школе;

Занятия активно-двигательного характера: динамические паузы, уроки физической культуры, спортивные мероприятия и т.п.