

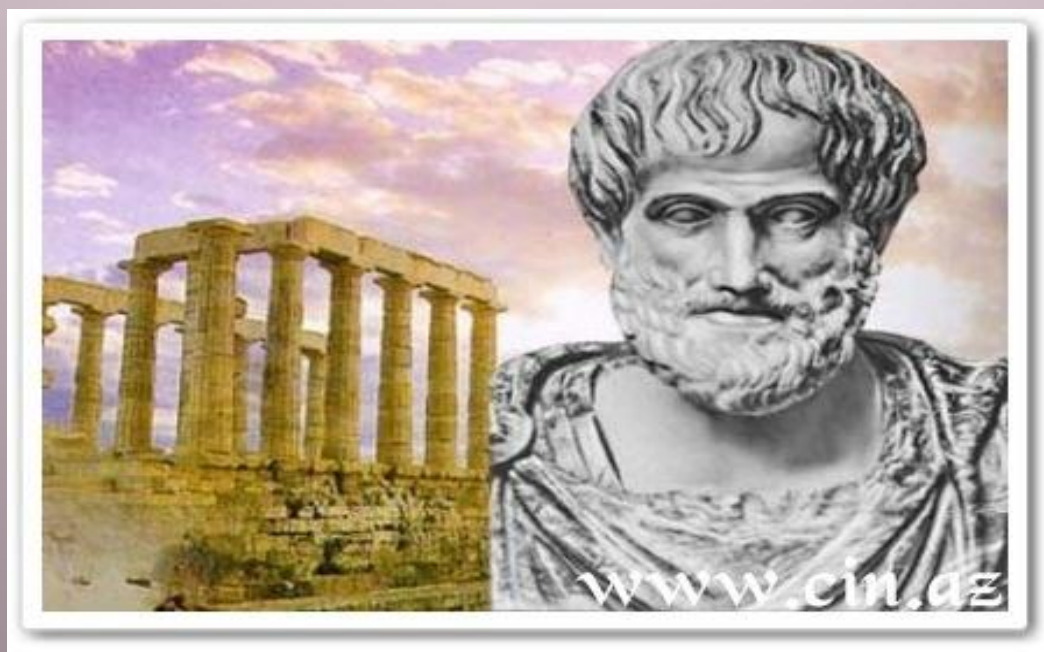
# Психологическая комфортность урока – элемент здоровьесберегающей педагогической технологии



Подготовила: учитель  
начальных классов  
Т.М. Осадчук

Здоровье - не всё,  
но всё без здоровья ничто.

Сократ



По мнению специалистов —  
медиков, 75% всех болезней  
заложено в детские годы.



## *Задача:*

сформировать у младших школьников необходимые знания, умения и навыки здорового образа жизни и научить использовать полученные знания в повседневной жизни

*чтобы помочь сохранить физическое и психическое здоровье нужны:*

- двигательные минутки;
- приветствие и прощание;
- дыхательные упражнения;
- упражнения на рефлекссию

# Метод пяти пальцев

- М (мизинец) – мыслительный процесс. Какие знания, опыт я сегодня получил?
- Б (безымянный) – близость цели. Что я делал и чего достиг?
- С (средний) – состояние духа. Каким было сегодня моё преобладающее настроение, состояние духа?
- У (указательный) – услуга, помощь. Чем я сегодня помог, чем порадовал и чему поспособствовал?
- Б (большой) – бодрость, физическая форма. Каким было моё физическое состояние сегодня? Что я сделал для своего здоровья?

# Состояние моей души

- Комфортно
- Уверен в своих силах
- Хорошо
- Плохо
- Скверно



# Выбери утверждение

- Всё понял, могу помочь другим;
- Всё понял;
- Ничего не понял;
- Интересный;
- Хороший;
- Отличный

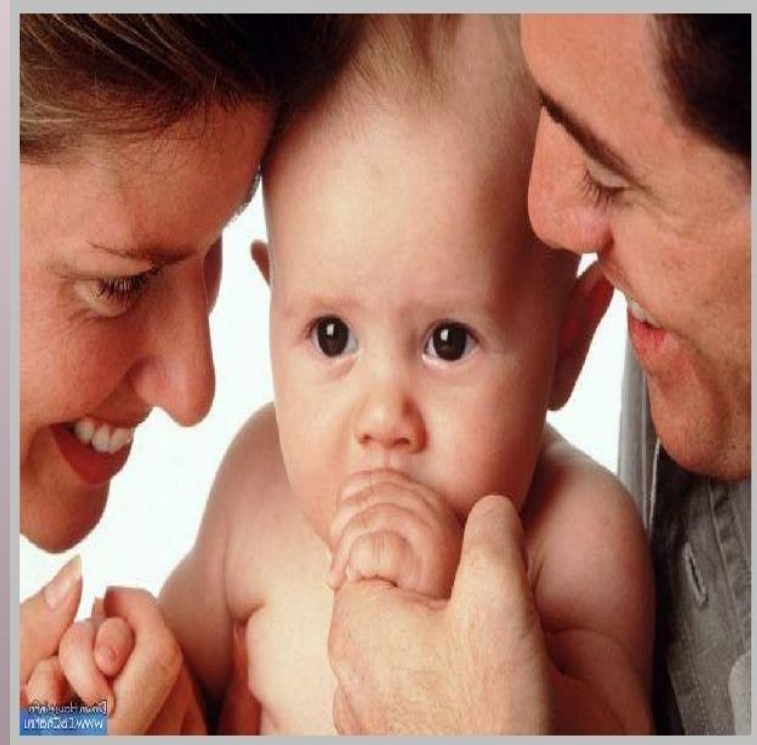
## Ощущал себя:

- |             |             |
|-------------|-------------|
| • хорошо;   | комфортно;  |
| • уверенно; | глупо;      |
| • смело;    | неуверенно; |
| • гордо;    | испуганно;  |
|             | грустно     |



# два приоритетных принципа:

- 1) Не навреди
- 2) Ребёнок, ты – ценность



Вывод: в ходе урока создаются условия психологического комфорта с учётом индивидуальности каждого ученика





ευχαριστώ!