Здоровьесберегающие технологии

Здоровье ученика в норме, если:

- в физическом плане – здоровье позволяет ему справляться с учебной нагрузкой, ребенок умеет преодолевать усталость;
- в социальном плане – он коммуникабелен, общителен;
- в эмоциональном плане – ребенок уравновешен, способен удивляться и восхищаться;
- в интеллектуальном плане – учащийся проявляет хорошие умственные способности, наблюдательность, воображение, самообучаемость;
- в нравственном плане – он признает основные общечеловеческие ценности.

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!

- 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 тетрадях 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.

9. 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.

10. Гимнастика

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

12. Санитарно-гигиеническое состояние класса, его освещенность.

- Температура и свежесть воздуха (чистота воздуха – фактор работоспособности и успешности учащихся);
- Качество освещения класса и доски (помните естественно освещение благоприятнее, чем искусственное);
- Чистота помещения, аккуратность;
- Чистота классной доски.