

# **ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ**

Выполнила студентка 41 группы  
Севостьянова Ирина

**ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ  
ТЕХНОЛОГИЯ** –это система мер,  
включающая взаимосвязь и взаимодействие  
всех факторов образовательной среды,  
направленных на сохранение здоровья  
ребенка на всех этапах его обучения и  
развития.

# ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЙ УРОК ДЛОЖЕН

- ВОСПИТЫВАТЬ
- стимулировать у детей желание жить, быть здоровыми
- учить их ощущать радость от каждого прожитого дня показывать им, что жизнь - это прекрасно
- вызывать у них позитивную самооценку

# ПРИНЦИПЫ

- учет возрастно-половых особенностей;
- учет состояния здоровья ученика и его индивидуальных психофизических особенностей при выборе форм, методов и средств обучения;
- структурирование урока на три части в зависимости от уровня умственной работоспособности учащихся;
- использование здоровьесберегающих действий .

# МОМЕНТЫ НА УРОКЕ

- Гимнастика для глаз
- Пальчиковая гимнастика
- Физкультурные минутки
- Дыхательная гимнастика
- Точечный массаж
- Релаксация

# ВЫВОД

«Состояние здоровья подрастающего поколения – важнейший показатель благополучия общества и государства, не только отражающий настоящую ситуацию, но и дающий прогноз на будущее».