

Здоровьесберегающие технологии в урочной деятельности

Богданова Светлана Васильевна
МАОУ «СОШ № 8 г. Челябинска»

По данным Института возрастной физиологии:

За период обучения в школе число здоровых детей уменьшается в 4 раза, число близоруких детей увеличивается к выпускным классам до 18 %, с нарушениями осанки до 45 %. Более 60% школьников имеют хронические заболевания. И только 5% выпускников школ считаются практически здоровыми.



**Здоровьесберегающие
образовательные технологии-**


**"Это совокупность форм и приемов
организации учебного процесса без
ущерба для здоровья ребенка и
педагога".**



Н.К. Смирнов





Принципы здоровьесбережения:

- "Не навреди"
 - Забота о здоровье учителя и ребенка в приоритете.
 - Непрерывность.
 - Соответствие содержания обучения возрасту.
 - Успех порождает успех.
 - Ответственность.
- 



**Использование и
чередование
различных видов
преподавания**

**Использование и
чередование видов
учебной
деятельности на
уроке**

**организация
образовательного
процесса**

**Охрана зрения
и костно-
мышечной
системы**

**Формирование
правильной осанки
и снятие
физического
напряжения**



Целевые установки здоровьесберегающей технологии:

- ▶ 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.

Отличительные особенности здоровьесберегающей образовательной технологии:

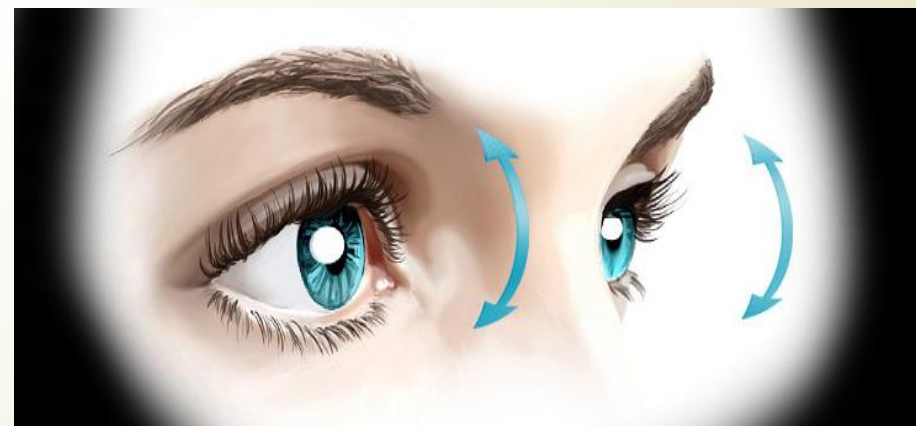
- ▶ отсутствие назидательности и авторитарности со стороны учителя;
- ▶ воспитание, а не изучение культуры здоровья
- ▶ элементы индивидуализации обучения
- ▶ наличие мотивации на здоровый образ жизни учителя и учеников
- ▶ интерес школьников к учебе, желание идти в школу
- ▶ наличие физкультминуток
- ▶ соблюдение СанПиНов

Организация рабочего места





- ▶ Простейшие упражнения для глаз также обязательно нужно использовать во время урока.





- ▶ Игра “Роняем руки” расслабляет мышцы всего корпуса. Дети поднимают руки в стороны и слегка наклоняются вперёд. По команде учителя снимают напряжение в спине, шее и плечах. Корпус, голова и руки падают вниз, колени слегка подгибаются. Затем дети выпрямляются, последовательно разгибаясь в тазобедренном, поясничном и плечевом поясе, и принимают исходное положение. Упражнение повторяется.





Техника безопасности во время работы







Спасибо за внимание!