

Здоровьесберегающие образовательные технологии как составляющей внедрения ФГОС ООО - это комплекс концептуально взаимосвязанных между собой задач, содержания, форм, методов и приемов обучения, сориентированных на развитие ребенка с учетом сохранения его здоровья.

«Стандарт впервые определяет здоровье школьников в качестве одного из важнейших результатов образования, а сохранение и укрепление здоровья – в качестве приоритетного направления деятельности образовательного учреждения». (Пояснительная записка к Федеральным государственным образовательным стандартам общего образования (МНО РФ. Москва, 2011)).

Понятие «здоровьесберегающие технологии» объединяет в себе все направления деятельности учреждения образования по формированию, сохранению и укреплению здоровья учащихся.

Здоровьесберегающие технологии – это условия обучения ребенка в школе (отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания); рациональная организация учебного процесса (в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями); соответствие учебной и физической нагрузки возрастным возможностям ребенка; необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим.

Идея здоровьесбережения учащихся в образовании - красная нить национального проекта «Образование», президентской инициативы «Наша новая школа».

Цель здоровьесберегающих технологий – сбережение здоровья учащихся от неблагоприятных факторов образовательной среды, обеспечение школьнику возможность сохранения здоровья в период обучения в школе, содействие воспитанию у учащихся культуры здоровья, формирование у школьников необходимых УУД по здоровому образу жизни и использование полученных знаний в повседневной жизни.

Задачи здоровьесберегающих образовательных технологий в свете внедрения ФГОС -

- сбережение и укрепление здоровья учащихся, формирование у них ценности и культуры
- здоровья, выбор образовательных технологий, устраняющих перегрузки и сохраняющих
- здоровье школьников.

Эти технологии используют принципы, методы и приёмы обучения и воспитания как современные, так и традиционные.

Для достижения целей и задач здоровьесберегающих образовательных технологий обучения используются основные средства обучения: средства двигательной

направленности; оздоровительные силы природы; гигиенические.

Отличительные особенности здоровьесберегающих образовательных технологий:

1. Отсутствие назидательности и авторитарности
2. Элементы индивидуализации обучения
3. Наличие мотивации на здоровый образ жизни учителя и учеников
4. Интерес к учебе, желание идти на занятия
5. Наличие физкультминуток
6. Наличие гигиенического контроля.

Здоровье ребенка, его социально-психологическая адаптация, нормальный рост и развитие во многом определяются средой, в которой он живет. Для ребенка от 6 до 17 лет этой средой является система образования, т.к. с пребыванием в учреждениях образования связаны более 70% времени его бодрствования. По данным Минздрава РФ на сегодня каждый пятый школьник имеет хроническую патологию, у половины школьников отмечаются функциональные отклонения

Задача каждого учителя - изучить основы здоровьесберегающих технологий и оценивать свою деятельность с точки зрения здоровьесбережения своих воспитанников.

Фрагмент урока по окружающему миру с применением здоровьесберегающей технологии

<p>Динамическая пауза</p>	<p>1 мин.</p>	<p>- Я вижу, вы устали, давайте встанем со своих мест и немного разомнемся! Мы туристы, мы в пути. Веселей шагайте ноги, Легче – выдох, Глубже – вдох. Путь не близок, не далёк. Впереди течёт ручей: Перепрыгнем поскорей. К речке быстро мы спустились, Наклонились и умылись. 1.2.3.4. – вот как славно освежились. А теперь поплыли дружно, Делать так руками нужно - Вместе – раз – это брасс. Качаясь на волне – плывём на спине. Вышли на берег крутой и отправились домой!</p>	<p>- Выполнять упражнения.</p>	<p>Р: эмоциональный настрой</p>
--------------------------------------	---------------	--	--------------------------------	---------------------------------

Фрагмент урока по окружающему миру с применением здоровьесберегающей технологии.

	<p>1 мин.</p> <p>- Теперь вам предстоит открыть « секрет» 1-го лучика, но для этого нужно сделать выбор.</p> <p>Соблюдай чистоту!</p> <p>Чистота - не главное!</p> <p>- Каков ваш выбор? Почему?</p> <p>-Вот вы и открыли первый секретик. И лучик на нашем солнышке здоровья теперь ярко сияет. (учитель открывает 1-й секрет здоровья, это луч выделен жёлтым цветом, остальные лучи не выделяются)</p> <p>- Что нужно еще, для того чтобы быть здоровым?</p> <p>- Так давайте же прямо сейчас этим и займемся! Мы немного отдохнем и выполним физические упражнения.</p> <p style="text-align: center;">На зарядку солнышко поднимает нас, (Исходное положение: сидя на стуле. Медленно подняться) Поднимаем руки вверх по команде: «Раз!» (Руки через стороны поднять вверх) А над нами весело шелестит листва, (Кисти рук поочередно поворачивать вправо-влево) Опускаем руки вниз по команде: «Два!» (Руки через стороны медленно опустить вниз) Вот как солнышко встает, Выше, выше, выше. (Поднять руки вверх. Потянуться) К ночи солнышко зайдет Ниже, ниже, ниже.</p>	<p>Слушают учителя.</p> <p>- Нужно соблюдать чистоту своего тела для того, чтобы быть здоровым. Содержать в чистоте нужно также свою одежду, жилище. Здоровый образ жизни начинается с чистоты!»</p> <p>- Заниматься спортом</p> <p>Повторяют за учителем.</p>	
--	---	--	--

		<p>(Присесть на корточки. Руки опустить на пол)</p> <p>Хорошо, хорошо, Солнышко смеется. А под солнышком нам Весело живетcя.</p>		
--	--	--	--	--