

Фрагмент урока письма с применением здоровьесберегающих технологий

Класс	Образовательная программа	Тема урока	Этап урока	Пример использования образовательной технологии
1	«Начальная школа XXI века»	«Письмо заглавной и строчной буквы Г, г»	Открытие нового знания	<p>У: Возьмите в руку ручку. Покажите мне, как правильно держать ручку. Молодцы! Теперь пропишем вместе со мной под счет: раз-и-и... Сейчас вы будете самостоятельно прописывать заглавную букву Г. Для этого нам нужно размять пальчики:</p> <p style="text-align: center;"><i>На двери висит замок. Кто его открыть бы мог? Постучали, (На этом слове ритмично постукиваете основаниями ладоней, не расцепляя пальцы.) Покрутили, (Не расцепляя пальцы, одну руку тянете к себе, другую от себя, попеременно меняя их.) Потянули, (Тянете руки в разные стороны, выпрямляя пальцы, но не отпуская замок полностью.) И открыли! (Резко отпуская руки, разводите их широко в стороны.)</i> И еще одно упражнение:</p> <p style="text-align: center;"><i>Мы капусту рубим, рубим. Мы капусту мнем, мнем. Мы капусту солим, солим. Мы капусту жмем, жмем.</i></p> <p>Молодцы! Ребята, сядьте правильно, выпрямите спинки, ноги поставьте вместе, руки положите на парту, тетрадь под наклоном.</p>

Фрагмент урока математики с применением здоровьесберегающих технологий

Класс	Образовательная программа	Тема урока	Этап урока	Пример использования образовательной технологии
2	«Школа России»	«Связь между компонентами и результатом умножения»	Динамическая пауза	<p>У: Ребята, а сейчас давайте немного отдохнем. Встаем.</p> <p>Мы отправились гулять. <i>(Шагают на месте.)</i> Грибы — ягоды искать.</p> <p>Как прекрасен этот лес, Полон разных он чудес.</p> <p>Светит солнце в вышине, <i>(Смотрят вверх.)</i></p> <p>Вот грибок растет на пне, <i>(Смотрят вниз.)</i></p> <p>Дрозд на дереве сидит, <i>(Смотрят вверх.)</i></p> <p>Ежик под кустом шуршит. <i>(Смотрят вниз.)</i></p> <p>Слева ель растет — старушка, <i>(Смотрят вправо.)</i></p> <p>Справа сосенки — подружки. <i>(Смотрят влево.)</i></p> <p>Где вы, ягоды, ау! <i>(Повторяют движения глаз.)</i> Все равно я вас найду!</p> <p>Молодцы!</p>

Фрагмент урока окружающего мира с применением здоровьесберегающих технологий

Класс	Образовательная программа	Тема урока	Этап урока	Пример использования образовательной технологии
2	«Перспектива»	«Добрые дети – дому венец»	Динамическая пауза	<p>У: Ребята, а сейчас давайте немного отдохнем. Встаем.</p> <p style="text-align: center;"><i>Поработали, ребятки!</i></p> <p style="text-align: center;"><i>А теперь – все на зарядку!</i></p> <p style="text-align: center;"><i>Влево, вправо повернитесь,</i></p> <p style="text-align: center;"><i>Наклонитесь, поднимитесь.</i></p> <p style="text-align: center;"><i>Руки вверх и руки вбок, И на</i></p> <p style="text-align: center;"><i>месте прыг да скок!</i></p> <p style="text-align: center;"><i>А теперь бежим вприпрыжку, Молодцы вы,</i></p> <p style="text-align: center;"><i>ребятишки!</i></p> <p style="text-align: center;"><i>Замедляем, дети, шаг.</i></p> <p style="text-align: center;"><i>И на месте стой! Вот так!</i></p> <p style="text-align: center;"><i>А теперь мы сядем дружно, Нам</i></p> <p style="text-align: center;"><i>ещё работать нужно!</i></p> <p>Молодцы!</p>