

## **Здоровьесберегающая технология**

**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.

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

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

### **Отличительные особенности здоровьесберегающих образовательных технологий:**

- отсутствие назидательности и авторитарности;
- элементы индивидуализации обучения;
- наличие мотивации на здоровый образ жизни учителя и учеников;
- интерес к учебе, желание идти на занятия;
- наличие физкультминуток;
- наличие гигиенического контроля.

### **Результаты внедрения в обучение здоровьесберегающей технологий:**

- снижение показателей заболеваемости детей, улучшение психологического климата в коллективах, повышение мотивации к учебной деятельности, прирост учебных достижений.
- учителям, освоившим эту технологию, становится легче и интереснее работать, поскольку исчезает проблема учебной дисциплины и открывается простор для педагогического творчества.

## Применение здоровьесберегающих технологий на уроках в начальной школе

### Литературное чтение, УМК «Школа России» (3 класс)

#### Тема: Е.А. Благинина «Кукушка»

Динамическая пауза	2 мин	Релаксация. - Ребята, мы с вами познакомились со стихотворением автора. Я предлагаю Вам окунуться в лето. Сейчас закройте глаза и представьте... - Вы на теплой летней полянке, вокруг ярко светит солнышко, поют птички, вы гуляете по травке. Бегаєте сквозь травку. - Расслабьте тело, представьте – вы птицы, вы вдруг полетели! Теперь в саду яблоки спелые рвет. Налево, направо, вокруг посмотрели. - Теперь вы собираете ягоды в лукошко, ягодки спелые, румяные, сладкие. - Вы отдохнули, настроились на работу. Открывайте глаза.	Выполняют требования учителя.	Р.: действие с учетом выделенных учителем ориентиров
--------------------	-------	--	-------------------------------	--

### Изобразительное искусство, 3 класс

#### Тема: «Музеи в жизни города»

Динамическая пауза	1 мин	<i>Буратино потянулся, Раз нагнулся, два нагнулся, Руки в стороны развёл – Видно ключик не нашёл. Чтобы ключик нам</i>	Выполняют требования учителя.	Р.: действие с учетом выделенных
--------------------	-------	--	-------------------------------	----------------------------------

		<i>достать, Нужно на носочки встать.</i>		учителем ориентиров
--	--	--	--	---------------------

### Математика, 3 класс

#### Тема: «Письменное сложение трехзначных чисел»

<b>Динамическая пауза</b>	1 мин	<p>Ребята, сейчас мы с вами немного отдохнем, закройте учебники и встаньте все из-за парт.</p> <p>Повторяйте за мной!</p> <p>Все умеем мы считать</p> <p>Раз, два, три, четыре, пять,</p> <p>Все умеем мы считать. (Сгибание и разгибание рук вверх.)</p> <p>До пяти мы все считаем,</p> <p>С силой гири поднимаем.</p> <p>Сколько раз ударю в бубен,</p> <p>Столько раз дрова разрубим.</p> <p>(Наклоны вперед, руки в «замок», резко вниз.)</p> <p>Сколько точек будет в круге,</p>	Выполняют требования учителя.	Р.: действие с учетом выделенных учителем ориентиров
---------------------------	-------	---	-------------------------------	--