

## Здоровьесберегающие технологии

Здоровьесберегающие технологии — это комплекс мер по охране и укреплению здоровья детей в образовательном учреждении. К ним относят педагогические, психологические, медицинские программы и подходы, которые обеспечивают безопасный для педагогов и детей учебный процесс.

А еще такие меры формируют базу знаний о здоровье и позитивное отношение к здоровому образу жизни.

Технологии здоровьесбережения основываются на благополучном влиянии факторов учебного процесса на жизнь ребенка, а именно:

- комфортные условия обучения — доброжелательная атмосфера со стороны педагога и коллектива, отсутствие стрессовых ситуаций;
- адекватность требований к ребенку на занятиях и т.д.;
- соответствие учебной нагрузки возрасту ребенка;
- рациональная организация учебного процесса в соответствии с возрастными, половыми, культурными, индивидуальными, психологическими особенностями ребенка;
- достаточная двигательная активность.

Цель здоровьесберегающих технологий — обеспечить безопасный учебный процесс, который способствует развитию психологического, социального и физического здоровья ученика.

Педагоги, которые используют подобные технологии, эффективнее проводят профилактику ассоциативного поведения. Они, как и дети, находятся в здоровой спокойной среде, что способствует индивидуальному развитию.

В начальной школе здоровьесберегающие технологии подразделяют на три направления:

- Технологии стимулирования и сохранения здоровья: физкультурные игры, релаксация, динамическая пауза, гимнастика для глаз, пальцев, дыхательная гимнастика, игры с использованием песка или воды.
- Технологии обучения здоровому образу жизни: физкультурные занятия и мероприятия, гимнастика, массаж, самомассаж, закаливание, активный отдых, игры, направленные на коррективку проблем.
- Коррекционные технологии: музыкотерапия, сказкотерапия, библиотерапия, артикуляционная гимнастика.

Учитель, который готов задействовать технологии здоровьесбережения, ставит перед собой непростую задачу. Чтобы сформировать культуру здорового образа жизни у детей, физкультурных минуток недостаточно. Эта работа требует вдумчивого подхода и постоянного внимания на протяжении всего учебного года.

*Фрагмент урока по информатике, УМК «Школа 2100», 4 класс, тема: «Пошаговая запись результатов выполнения алгоритма. Графический редактор Paint (копировать - создание и сохранение рисунка)».*

	не ранее изученно го	Внешний контроль	<p>— Давайте сделаем гимнастику для глаз. (Выполняют действия, о которых идет речь) Ночь. Темно на улице. Надо нам замуриться. Раз, два, три, четыре, пять Можно глазки открывать. Снова до пяти считаем. Снова глазки закрываем. Раз, два, три, четыре, пять Открываем их опять. Поморгайте быстро глазками. — Продолжайте работу. — Заканчивайте работу. Посмотрите, как вы будете сохранять свой рисунок Необходимо нажать файл, далее - сохранить как, выбрать папку вашего класса и написать название рисунка. — Сегодня за урок я тебе поставлю 5, тебе 4, нужно было <u>получше</u> постараться. — Кто на чём остановился, нажимаем сохранить, приводим все в порядок и садимся на свои места.</p>	<p><b>Выполняют задания за компьютером</b></p> <p><b>Выполняют гимнастику для глаз.</b></p>

*Фрагмент урока по технологии, УМК «Школа России», 1 класс, тема: ««Игрушки из природного материала (с применением пластилина)»*

Построение детьми нового		<p>— Какие материалы и инструменты нам понадобятся для выполнения изделия? — Кто-нибудь знает, что такое стек?</p>	<p>природные материалы</p> <p>— Стек – это резец, используемый при лепке.</p>	готовое изделие
--------------------------	--	--	---	--------------------

ности к его выполнению		<p>— Стек острый, как нужно с ним обращаться?</p> <p>— А сейчас скажите, какие мы знаем правила работы с пластилином.</p> <p><b>2) Заготовка.</b> — Следующий этап – заготовка. Берём шишку – это туловище совы. Вы знаете, что голова сливается с туловищем. Далее лепим отдельные элементы головы.</p>	<p>— Аккуратно, подавать друг другу «тупой» стороной. — Не брать пластилин в рот; не трогать грязными руками лицо и одежду; не трогать тетради, книги - останутся жирные пятна. Не бросать пластилин, следить, чтобы он не упал на пол.</p>	Презентация
------------------------	--	--	---	-------------

Перви	Увоение ис	<p>— Но перед тем как приступить к работе мы с вами разомнёмся.</p> <p>В лесу темно, Все спят давно. (Дети изображают <u>спящих</u>.) Все птицы спят... Одна сова не спит, Летит, кричит. (Дети делают взмахи руками.) Совушка - сова, Большая голова. На суку сидит, Головой вертит. (<u>Изобразить большой круг руками.</u> <u>Присесть, сделать повороты головой</u> <u>вправо, влево.</u>)</p>		
-------	------------	--	--	--

*Фрагмент урока обучения письму, УМК «Начальная школа XXI века», 1 класс,  
тема: «Письмо заглавной и строчной букв Ё, ё»*

<p>«Открытие» детьми нового знания (7-8 мин)</p>	<p>ми нового способа действий и формирование способности к его выполнению</p>	<p>Фронтальная Словесный (опрос)</p>	<p>Расположите свои прописи правильно, под небольшим наклоном. Проверьте, правильно ли держите ручку. <u>Пропишите на первой строке 3-4 буквы Ё. Пишем</u> на одинаковом расстоянии, высоте.</p> <p>Подчеркните зелёным цветом самую красивую букву по вашему мнению. Поставьте + в тетради, если выполнили верно.</p>	<p>буквы Ё, ё; уметь писать строчную и заглавную букву ё, Е</p>	<p>Презентация</p>
		<p>Языковой анализ: графический</p>	<p>Прописывают букву <u>Ё</u>, проводят самооценку.</p>	<p>УУРД: владеть способами взаимоконтроля;</p>	
		<p>Индивидуальная</p>	<p>Они почти не похожи. По разному. Строчная буква ё состоит из короткой наклонной линии с петлей, вверху и закруглением внизу, вправо, сверху стоят две точки.</p> <p>Смотрят и анализируют письмо учителя.</p> <p>Прописывают букву ё в воздухе сначала с учителем, затем самостоятельно, проговаривая счёт.</p> <p>Прописывают букву ё, проводят взаимооценку.</p>	<p>УУКД: инициативность в общем поиске нового знания; выражение своих мыслей с достаточной полнотой и точностью; умение высказывать и аргументировать свои мысли.</p>	
		<p>Практический (письмо букв)</p>	<p>Проверьте расположение прописей, посадку, правильно ли держите ручку и пропишите строчную букву ё 3-4 раза на первой строке.</p>	<p>Активация УУД</p>	

Активация УУД  
Чтобы активировать  
"Параметры".