

Здоровьесберегающая технология

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.

Цель здоровьесберегающих технологий — обеспечить безопасный учебный процесс, который способствует развитию психологического, социального и физического здоровья ученика. Отсюда возникают основные задачи:

- обеспечение школьнику возможности сохранения здоровья на период обучения в школе;
- снижение уровня заболеваемости учащихся;
- сохранение работоспособности на уроках;
- формирование у учащихся знаний, умений и навыков по здоровому образу жизни;
- формирование системы спортивно-оздоровительной работы.

В последние годы педагоги стали больше акцентировать свое внимание на вопросах обеспечения здоровья учащихся. Многие учителя стремятся включить школьников в различные виды двигательной, интеллектуальной, эмоциональной активности в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями, создать условия для их творческого самовыражения. Для этого они используют программы и методики формирования у детей ценностей ЗОЖ, применяют различные способы укрепления здоровья (дыхательную, корригирующую гимнастику, элементы психотерапии и др.).

Основные принципы здоровьесбережения в начальной школе

Принципы сформулированы Н.К. Смирновым.

- "Не навреди"
- Забота о здоровье учителя и ребенка в приоритете.
- Непрерывность. То есть работа по сохранению и защите здоровья должна вестись не от случая к случаю, а постоянно, комплексно.
- Соответствие содержания обучения возрасту.

- Успех порождает успех. То есть, нейтрализация всего негативного и акцентирование положительных факторов.
- Ответственность. Учитель должен стремиться воспитать у ребенка ответственность за свое здоровье.

Примеры здоровьесберегающей технологии

Урок письма, 1 класс, «Письмо строчной буквы е», УМК «Перспектива»

[illegible]

Технология, 2 класс, «Конструирование из бумаги и картона»

| | | | | | | |
|----------------------------------|--|--|--|---|--|--|
| Динамическая пауза (1 минута) | | | <p>– Давайте разомнемся и повторим технику безопасности.</p> <p>Встаньте, пожалуйста. Если я говорю верное правило, вы встаете и тянетесь наверх, если неверное присаживаетесь на корточки.</p> <p>– Ножницы можно кидать</p> <p>– Работать с клеем надо аккуратно.</p> <p>– Во время урока можно шуметь.</p> <p>– Перед работой нужно подготовить рабочее место.</p> <p>– На парте должно лежать как можно больше предметов.</p> <p>– Играть ножницами и клеем разрешается.</p> <p>Молодцы! Присаживайтесь на свои места!</p> | <p>Выполнение упражнений</p> <p>Садятся</p> <p>Встают</p> <p>Садятся</p> <p>Встают</p> <p>Садятся</p> <p>Садятся</p> | | |
|----------------------------------|--|--|--|---|--|--|

Окружающий мир, 2 класс, «Осенние месяцы», УМК «Перспектива»

| | | | | | | |
|----------------------------------|--|--|--|--|--|--|
| Динамическая пауза (1 минута) | | | <p>Организация проведения динамической паузы</p> <p>- А сейчас мы немного разомнемся.</p> <p>Встаем со своих мест. Проверяем, чтобы вы никого не задели. Будьте осторожны.</p> <p>-Повторяем упражнения за мной.</p> <p><i>Мы листики осенние, (Плавное покачивание руками вверху над головой.)</i> <i>На ветках мы сидим.</i></p> | | | |
|----------------------------------|--|--|--|--|--|--|

| | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | <i>Дунул ветер — полетели. (Руки в стороны.)</i> <i>Мы летели, мы летели</i> <i>И на землю тихо сели. (Присели.)</i> <i>Ветер снова набежал</i> <i>И листочки все поднял. (Плавное покачивание руками вверх над головой.)</i> <i>Закружились, полетели</i> <i>И на землю снова сели. (Присели)</i> | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|

