



Ворк-шоп

Развитие двигательной активности детей дошкольного возраста посредством применения здоровьесберегающих технологий. Формирование у детей младшего школьного возраста ценностей здорового образа жизни в процессе проектной деятельности



ТУЛА, 23 января 2024 г.



**Здоровьесберегающие технологии
на уроках
в начальной школе
в условиях реализации ФГОС**

**Шитова Татьяна Алексеевна,
учитель начальных классов
МБОУ «Центр образования № 31 имени Р.П. Стащенко»
г. Тула**



«Лучший способ сделать

ребёнка хорошим –

это сделать его здоровым»

Оскар Уайльд

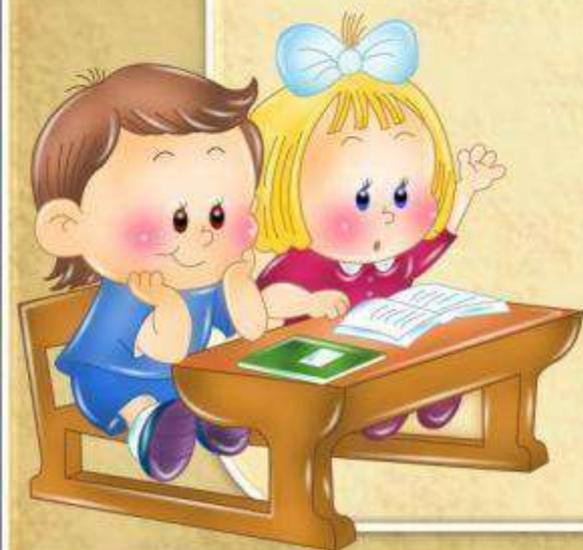
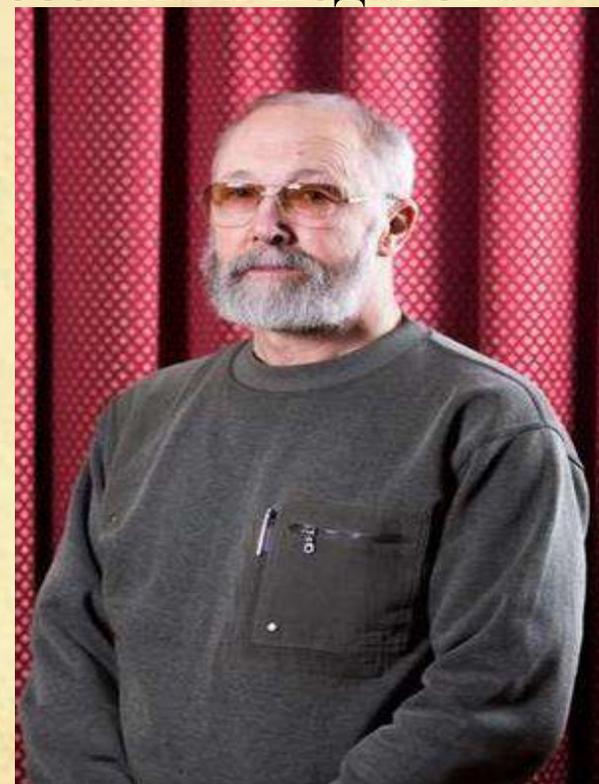


ЧТО ТАКОЕ ЗОТ?



«Здоровьесберегающие образовательные технологии - это совокупность форм и приёмов организации учебного процесса без ущерба для здоровья ребёнка и педагога»

Н.К. Смирнов



ЦЕЛЬ здоровьесберегающих технологий – сохранение и укрепление здоровья обучающихся



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.



Принципы здоровьесбережения



- **"Не навреди"**
- **Забота о здоровье педагога и ребёнка 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.** Педагог должен стремиться воспитать у ребёнка ответственность за свое здоровье.



Классификация

здоровьесберегающих технологий

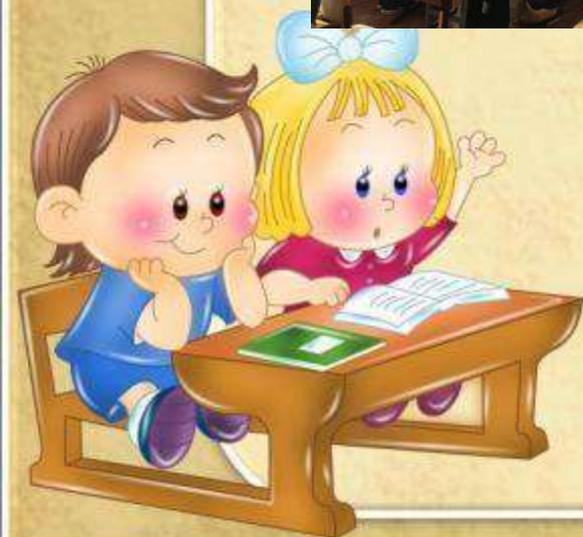
- Технологии, которые обеспечивают гигиенически оптимальные условия для обучения.
- Технологии обучения здоровому образу жизни.
- Психолого-педагогические технологии, используемые учителями в урочной и внеурочной деятельности. Имеется в виду влияние учителя на учеников на каждом этапе урока и во время внешкольных занятий.
- Коррекционные технологии.



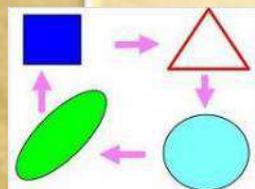
Виды здоровьесберегающих технологий в начальной школе



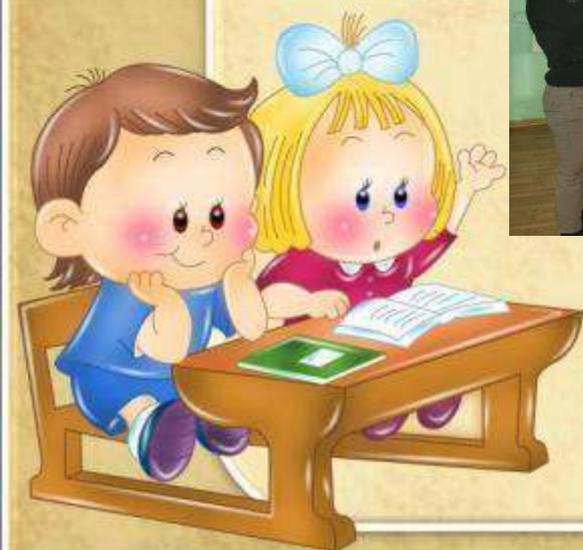
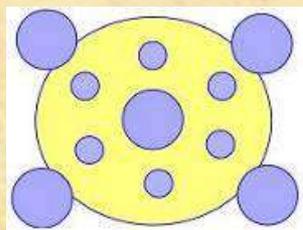
ФИЗМИНУТКА - динамическая пауза во время интеллектуальных занятий.
Проводится по мере утомляемости детей. Время — 2-3 минуты.



Виды здоровьесберегающих технологий в начальной школе



- ✓ пальчиковая гимнастика;
- ✓ гимнастика для глаз;
- ✓ дыхательная гимнастика;
- ✓ артикуляционная гимнастика



Виды здоровьесберегающих технологий в начальной школе



ИГРЫ (дидактические, ролевые, деловые),

ИГРОВЫЕ МОМЕНТЫ развивают творческое мышление, снимают напряжение и повышают заинтересованность учащихся к процессу познания

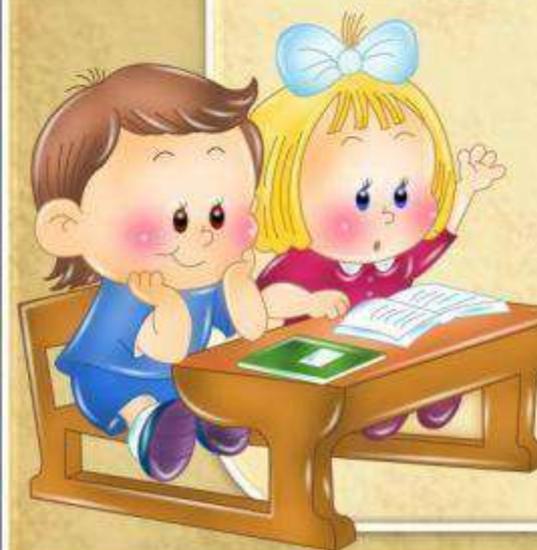


Виды здоровьесберегающих технологий в начальной школе



ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ РАЗРЯДКИ

это мини-игры, шутки, минутки юмора, занимательные моменты, в общем, все, что помогает снять напряжение при больших эмоциональных и интеллектуальных нагрузках.



Виды здоровьесберегающих технологий в начальной школе



СМЕНА ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ -

это целесообразное чередование различных видов деятельности на уроке (устная работа, письменная, игровые моменты и пр.). Проводится с целью предупреждения быстрой утомляемости и повышения интереса учащихся.

РЕЛАКСАЦИЯ

проводится во время интеллектуальных занятий для снятия напряжения или подготовки детей к восприятию большого блока новой информации. Это может быть прослушивание спокойной музыки, звуков природы, мини-аутотренинг.

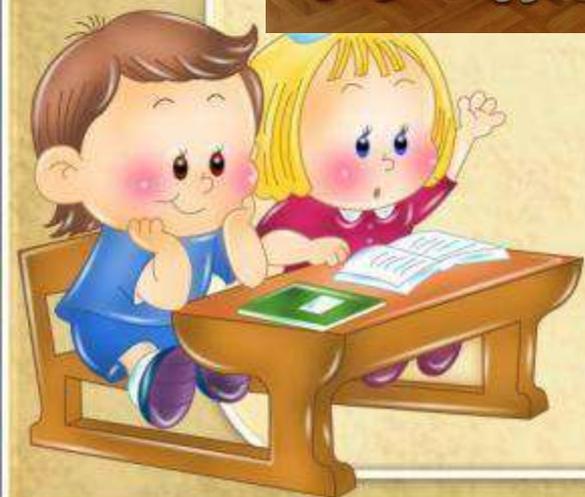


Виды здоровьесберегающих технологий в начальной школе



ТЕХНОЛОГИЯ ЭСТЕТИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

походы в музеи, посещение выставок, работа в кружках, то есть все мероприятия, развивающие эстетический вкус ребёнка.



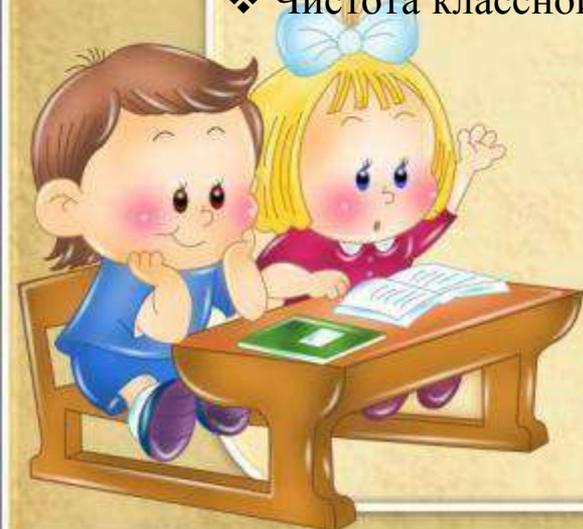
Виды здоровьесберегающих технологий в начальной школе

ОФОРМЛЕНИЕ КАБИНЕТА

Санитарно-гигиеническое состояние помещения



- ❖ Температура и свежесть воздуха (чистота воздуха – фактор работоспособности и успешности учащихся).
- ❖ Качество освещения класса и доски (помните естественно освещение благоприятнее, чем искусственное).
- ❖ Чистота помещения, аккуратность.
- ❖ Чистота классной доски.



Виды здоровьесберегающих технологий в начальной школе



ПОЗЫ УЧАЩИХСЯ

Если в начальной школе учителя еще следят за осанкой и правильным положением ребенка за партой во время письма или чтения, то в старших классах этим зачастую пренебрегают.



Виды здоровьесберегающих технологий в начальной школе



Технологии, создающие ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЙ КЛИМАТ на уроках

Сюда относят не только методы и приёмы, повышающие мотивацию, но и приёмы, которые учат работе в команде, внимательности, улучшают микроклимат в коллективе, способствуют личностному росту и самоуважению.

СТИЛЬ ОБЩЕНИЯ УЧИТЕЛЯ С УЧЕНИКАМИ

Современные нормы требуют от учителя **демократичности и тактичности**. Самое важное – обеспечить ученику душевный комфорт и чувство защищенности, которые позволят учиться с удовольствием, а не по принуждению.



Виды здоровьесберегающих технологий в начальной школе



БЕСЕДЫ О ЗДОРОВЬЕ

Помимо обязательных курсов ОБЖ и физкультуры, нужно стремиться к тому, чтобы на уроках в той или иной форме затрагивались вопросы, касающиеся здоровья и привлекающие к здоровому образу жизни. Удобнее всего делать это в практической части уроков, намеренно моделируя ситуации, связанные со здоровьем, безопасностью. Например, на уроках русского языка можно выбирать тексты, связанные со здоровым образом жизни для упражнений и диктантов.

РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ

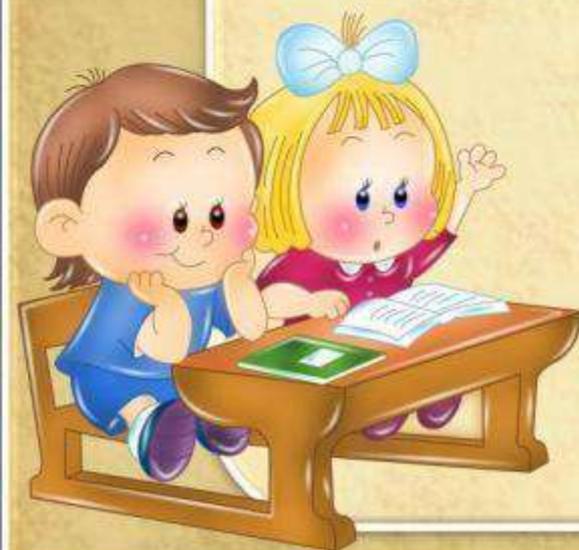
Непрерывность действия ЗОТ невозможно проследить без участия родителей. Именно они отвечают за соблюдение режима дня, режима питания, следят за физическим здоровьем ребенка. Беседы на классных часах, выступления медицинских работников на родительских собраниях – это тоже относится к здоровьесберегающим технологиям.

•



ЗАДАЧА ПЕДАГОГОВ -

сделать обучение таким, чтобы, кроме приобретения знаний, ученик приобрёл здоровье или хотя бы не потерял его





«Чтобы сделать ребёнка умным и рассудительным, сделайте его крепким и здоровым».

Жан-Жак Руссо



Будьте здоровы.



Спасибо за внимание.

