



ЗАДАЧИ:

1. Обеспечить развитие познавательных мотивов инициативы и интересов для детей с ограниченными возможностями здоровья.
2. Использовать здоровье сберегающие технологии обучения и воспитания.
3. Обеспечить гармоничное, соответствующее возрасту, развитие учащихся: физическое, психологическое, социальное.
4. Создать условия для укрепления знаний новых материалов
5. Обучить школьников принципам и практике здорового образа жизни, воспитать у них потребность грамотно работать о своем здоровье





**ЗДОРОВЬЕ – НЕ ВСЕ,
НО ВСЕ БЕЗ ЗДОРОВЬЯ -
НИЧТО!**

Как только он перестает учиться, в нем умирает учитель

Сократ



Нетрадиционный урок-это «импровизированное учебное занятие, имеющее нетрадиционную структуру. Нетрадиционный урок предполагают:

- Использование коллективных форм работы
- Активизацию деятельности учащихся
- Привитие интереса к предмету

Здоровье человека зависит :



на 50% - от образа жизни

на 25% - от состояния окружающей среды

на 15% - от наследственной программы

на 10% - от возможностей медицины.



ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ТЕХНОЛОГИЯ

- это совокупность приемов и методов организации учебно-воспитательного процесса без ущерба для здоровья школьников и педагогов, система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленная на сохранение и укрепление здоровья школьника на всех этапах его обучения и развития.

(Л.Ф.Тихомирова)



АКТУАЛЬНОСТЬ:

Здоровье - важнейший фактор работоспособности и развития детского организма.



Подготовка к здоровому образу жизни ребенка на основе здоровьесберегающих технологий должна стать приоритетным направлением в деятельности педагога, работающего с детьми младшего школьного возраста.

ЦЕЛЬ:



Способствовать сохранению и укреплению здоровья ребенка, сформировать у него необходимые знания умения и навыки здорового образа жизни.



ЗАДАЧИ:

1. Обеспечить развитие познавательных мотивов инициативы и интересов для детей с ограниченными возможностями здоровья.
2. Использовать здоровьесберегающие технологии обучения и воспитания.
3. Обеспечить гармоничное, соответствующее возрасту, развитие учащихся: физическое, психологическое, социальное.
4. Создать условия для укрепления знаний новых материалов
5. Обучить школьников принципам и практике здорового образа жизни, воспитать у них потребность грамотно работать о своем здоровье



ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЙ УРОК ДОЛЖЕН:

- ✓ воспитывать
- ✓ стимулировать у детей желание жить, быть здоровыми
- ✓ учить их ощущать радость от каждого прожитого дня
- ✓ показывать им, что жизнь - это прекрасно
- ✓ вызывать у них позитивную самооценку



ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

1

Эколого - гигиенические технологии, определяющие структуру учебного процесса, частично регламентированную в СанПиНе, способствующих предотвращению состояния переутомления, гиподинамии и других дезадапционных состояний.

2

Психолого-педагогические технологии - это технологии здоровьесберегающей организации образовательного процесса на уроках и во внеурочной работе с учащимися.

3

Учебно-воспитательные технологии - направлены на обучение учащихся принципам и практике здорового образа жизни, на воспитание у них культуры здоровья (формирование потребности грамотной заботы о своем здоровье, мотивации на ведение ЗОЖ), предупреждению вредных привычек; просвещение их родителей.

СОБЛЮДЕНИЕ САНИТАРНЫХ НОРМ

Правильная
величина парт и
стульев



Достаточная
освещенность класса



Проветривание
класса



Соблюдение
режима дня

ОРГАНИЗАЦИЯ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

▪От правильной организации урока, уровня его рациональности во многом зависит функциональное состояние школьников в процессе учебной деятельности, возможность длительно поддерживать умственную работоспособность на высоком уровне и предупреждать преждевременное наступление утомления.

▪В соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями.

▪Дидактически проработанный урок – самый здоровьесберегающий для всех его участников.

▪Чередование различных видов учебной деятельности (4-7 видов за урок).

▪Создание благоприятного психологического климата на уроке.



СРЕДСТВА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ НА УРОКЕ



- физкультминутки
- оздоровительные минутки
- минутки релаксации
- дыхательная гимнастика
- гимнастика для глаз
- цветотерапия
- пальчиковая гимнастика
- массаж активных точек
- использование музыкальных средств

ФИЗКУЛЬТМИНУТКИ

Роль физкультминуток на уроке:

- Положительно влияют на деятельность мозга,
- сердечно - сосудистую и дыхательную системы,
- улучшают кровоснабжение внутренних органов ,
- улучшают работоспособность нервной системы,
- помогают снижению умственного переутомления.

Требования к физкультминуткам:

- Комплексы подбираются в зависимости от вида урока, его содержания.
- Проводятся на начальном этапе утомления.
- Упражнения должны быть разнообразны.
- Предпочтение нужно отдавать упражнениям для утомлённых групп мышц.

ФИЗКУЛЬТМИНУТКИ ВКЛЮЧАЮТ:



ГИМНАСТИКА ДЛЯ ГЛАЗ



УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ УЛУЧШЕНИЯ ОСАНКИ

Правильная осанка обеспечивает:

- Оптимальную деятельность опорно-двигательного аппарата;
- Правильное размещение внутренних органов;
- Нормальное функционирование спинного мозга;
- Нормальное функционирование мышечной системы и всех внутренних органов.



1. Правильная поза учащегося во время занятий: принять правильное положение и зафиксировать его.
2. Упражнения для профилактики нарушения осанки:
Мы ходим на носках, а потом на пятках.
Вот проверили осанку и свели лопатки.

ПСИХОГИМНАСТИКА

Цель:

сохранение психического здоровья, коррекция и предупреждение эмоциональных расстройств у детей.

- Передай ритм по кругу
- Передай чувство по кругу
- Движение по кругу
- Разговор через стекло
- Изобрази эмоцию
- Зеркало

Это специальные упражнения, в которых
-участники общаются без помощи слов;
-выражают свои переживания и эмоциональные состояния посредством движений, мимики и пантомимики;
-учатся снимать психофизическое напряжение,
-преодолевать барьеры в общении, лучше понимать себя и других.

ФИЗКУЛЬТУРНО – ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА

- Физкультурные занятия
- Спортивные праздники «Самая спортивная семья»
- Соревнования «День бегуна»; «Веселые старты»; «Эстафета»
- Спартакиады
- Спортивные секции, кружки
- Туристические слёты
- Дни здоровья (1 раз в месяц)



РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ

- Привлечение родителей дает возможность более углубленной всесторонней и систематической работы по формированию здорового образа жизни.
- Совместная игра укрепляет и физическое, и духовное здоровье ребенка.

1. Проведение родительских собраний и конференций, с приглашением специалистов; индивидуальные беседы, консультации по организации закаливания в семье.
2. Привлечение родителей к проведению мониторинга состояния здоровья детей.
3. Приучение школьников (сначала с помощью родителей, а затем – самостоятельно) к самонаблюдениям и самоконтролю за своим здоровьем.
4. Привлечение родителей к участию в проектной деятельности.
5. Участие в конкурсах и выставках: поделок, стихотворений, плакатов.
7. Проведение совместных праздников («Папа, мама, я – спортивная семья»).

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Внедрение в обучение здоровьесберегающей технологии приведет к снижению показателей заболеваемости детей, улучшение психологического климата в детских и педагогических коллективах, активно приобщает родителей школьников к работе по укреплению их здоровья.

Учителям, освоившим эту технологию, становится и легче и интереснее работать, поскольку исчезает проблема учебной дисциплины и происходит раскрепощение учителя, открывается простор для его педагогического творчества.

