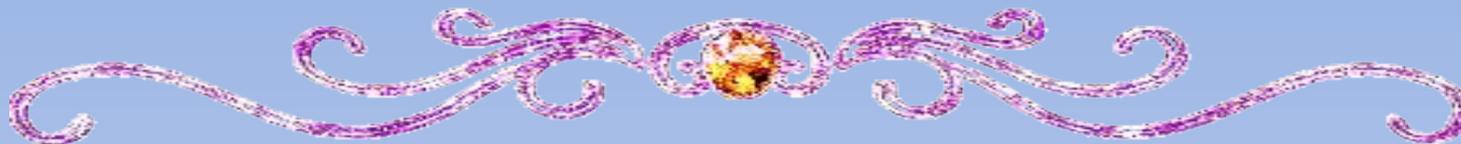


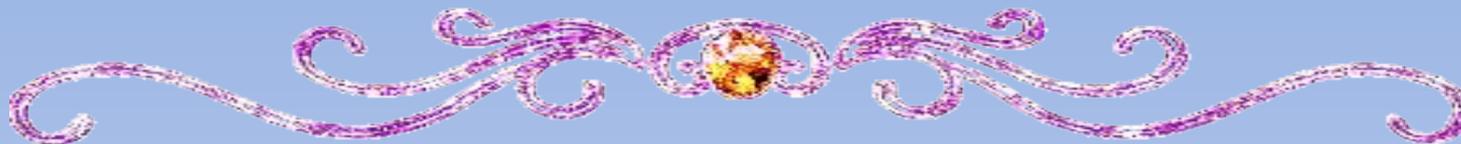
Использование здоровьесберегающих технологий на уроках математики



ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЕ ОБУЧЕНИЕ

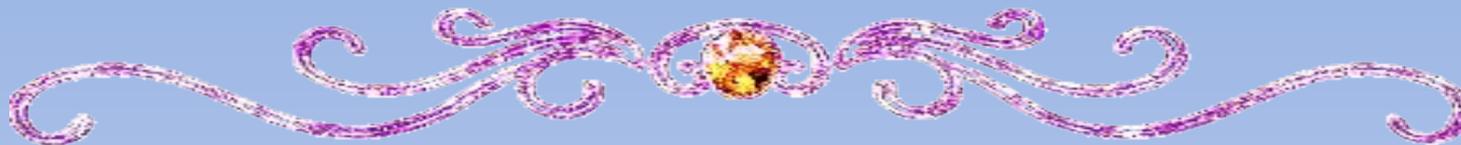
приводит

- к предотвращению усталости и утомляемости;
- повышению мотивации к учебной деятельности;
- приросту учебных достижений.



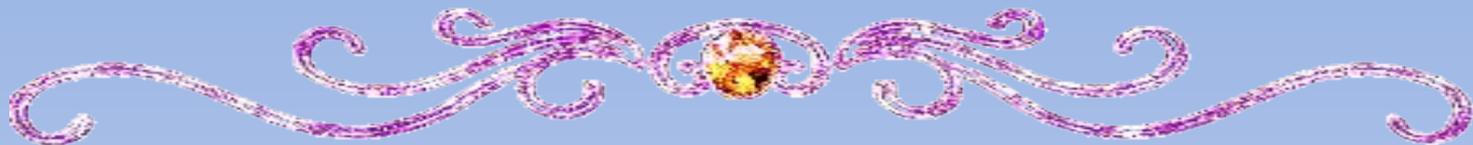
Приемы, используемые для здоровьесбережения школьников

- Создание доброжелательной обстановки на уроке
- Физкультминутки
- Решение задач, связанных с ЗОЖ
- Нестандартные приемы проведения устного счета



Задачи и задания по здоровьесберегающей тематике

На уроках математики использую задачи, содержащие сведения о здоровом образе жизни. Они призваны заинтересовать учащихся заботиться о своем здоровье, а учителю по ходу выполнения заданий могут помогать систематизации знаний. Задачи основаны на фактическом материале и составлены таким образом, чтобы учащиеся привыкали ценить, уважать и беречь свое здоровье. В ходе решения заданий ученики могут взглянуть на основные жизненные процессы глазами математика. Математическое содержание заданий соответствует прохождению программы в течение учебного года, задачи разнообразны по содержанию и уровням сложности и позволяют использовать материалы на различных этапах урока.



Задача 1:

Один въедливый учёный подсчитал, что в 1 г грязи из-под ногтей содержится 38 000 000 микробов, чтобы заболеть достаточно проглотить $1/100$ часть. Сколько же это микробов?

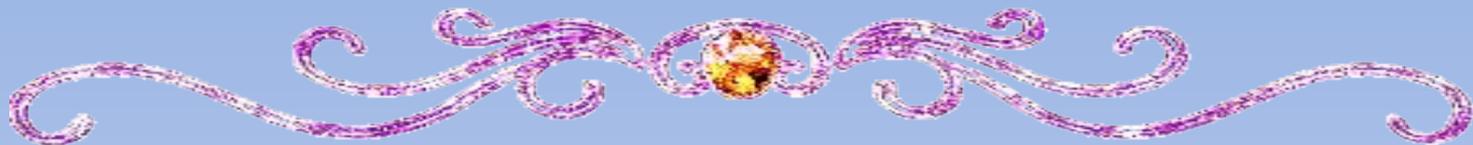
Задача 2:

Ежегодно диагноз рак легких получают 18 тыс. человек, что составляет 30% всех курильщиков. Сколько человек из числа курильщиков еще можно уберечь от этого страшного заболевания?



Задача 3:

Учебные занятия в школе занимают 25% времени суток. Продолжительность ночного сна должна быть в 1,5 раза больше времени, проводимого в школе, $\frac{1}{16}$ часть суток должен составлять активный отдых на свежем воздухе. Подготовка домашнего задания должна занимать $\frac{5}{12}$ от времени, отведенного на учебные занятия. Досуг составляет около 1,8 времени от времени приготовления уроков дома. Сколько времени остается на времяпровождение около телевизора и



Задача 4:

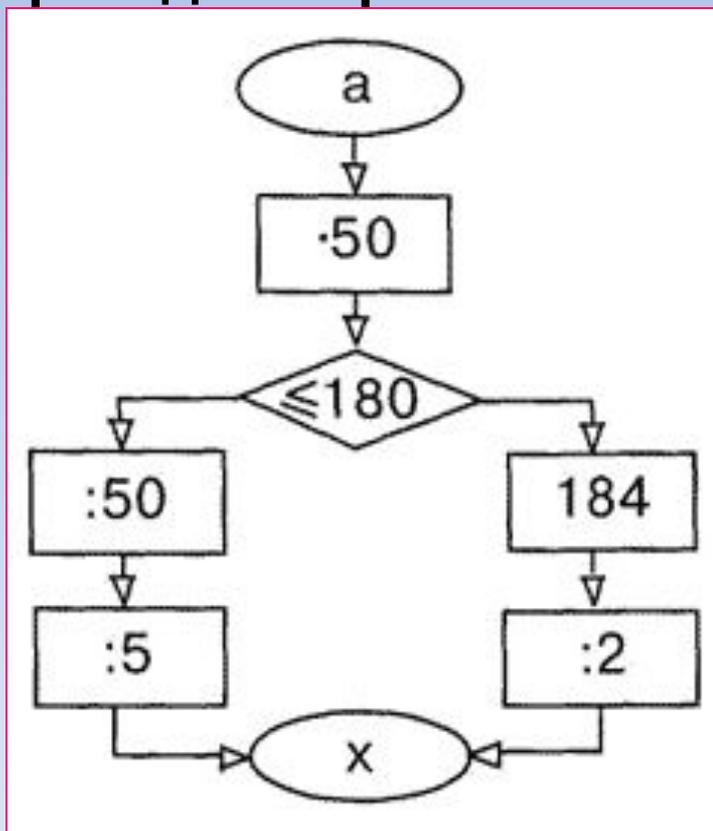
Средний человек проводит во сне $\frac{1}{3}$ своей жизни, еще 50 лет он бодрствует. Какова средняя продолжительность жизни человека?

Задача 5:

Норма суточной потребности учащихся в различных витаминах составляет в среднем 125 мг. Одна выкуренная сигарета нейтрализует (уничтожает) 20% витаминов. Сколько мг витаминов ворует у себя Вася Тапочкин, который успел выкурить 2 сигареты на перемене за углом школы?



Задача 6: Выполни вычисления по алгоритму, заданному блок-схемой. Расположи ответы примеров в порядке возрастания, и ты узнаешь, где в теле человека кислород переходит в кровь. Какие ещё органы дыхания ты знаешь?



<i>a</i>	0	1	2	3	4	5	6	7
<i>x</i>								
Буквы	Л	Ь	В	О	А	Е	Л	Ы

Ответ: альвеолы.

Курение сигарет – фрукты, шоколад

Употребление алкоголя – сок, лимонад

Переедание – умеренное здоровое питание

**Гиподинамия
(малая двигательная активность) – спорт**

Чувство ненависти к окружающим – ЛЮБОВЬ И ДРУЖБА

Спасибо за внимание