Формирование здоровьесберегающей компетентности младших школьников средствами ИЯ

Подготовила:

Кияница М. Б.

Кияница Марина Борисовна

- Учитель английского языка.
- МОО Специализированная школа I ступени г. Енакиево

Цель:

- акцентировать внимание на необходимости формирования здоровьесберегающей компетентности участников учебного процесса, актуализировать знания о здоровьесберегающих технологиях.

«Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в силы».

В.А.Сухомлинский

- Здоровьесберегающая компетенция ориентирует учащихся на приобретение системы ценностей и установок, которые формируют комплекс гигиенических навыков и умений, необходимых для нормального функционирования организма, а также систему упражнений, направленных на укрепление здоровья.

Для формирования здоровьесберегающей компетентности младших школьников на уроках ИЯ можно выделить следующие задачи:

- увеличение двигательной активности учащихся на уроке ИЯ;
- предупреждение утомляемости (т. е. проведение оздоровительных пауз во время уроков)и сохранение работоспособности на уроках;
- воспитание и обучение детей нормам здорового образа жизни, пропаганда правил гигиены;
- ознакомление родителей с методами формирования здорового образа жизни.
- обеспечение школьнику возможности сохранения здоровья на период обучения в школе;
- снижение уровня заболеваемости учащихся;
- формирование у учащихся знаний, умений и навыков по здоровому образу жизни;
- формирование системы спортивно-оздоровительной работы.

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.

Средства здоровьесберегающих образовательных технологий на уроке ия

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

На своих урока я применяю такие здоровьесохраняющие формы работы:

- Зарядка
- Настроение на весь день (смехотерапия). Положительные эмоции помогают сохранить здоровье, способствуют добрым делам, вызывают радость, интерес к жизни, повышают работоспособность, улучшают отношения с друзьями.
- Звукотерапия(с использованием ИКТ)
- Изменение положения тела во время урока. Больше статическая нагрузка приходится на уроках иностранного языка, поэтому целесообразным является использование упражнений для выработки правильной осанки.

Литература:

- 1. Методические рекомендации «Здоровьесберегающие технологии в образовательной школе: методология анализа, формы, методы, опыт применения» под ред. М. М. Безруких, В.Д. Сонькина, Москва 2002
- 2. Н.К.Смирнов «Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе» М., АРКТИ, 2006
- 3. Давлятчина Н.Н. Формирование основ здорового образа жизни средствами здоровьесберегающих технологий.//Начальная школа. – 2010 - №10
- 4. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. 1 – 4 классы. – М., 2004.
- 5. Харитонова Л.А. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. – Ростов н/Дону: Феникс, 2011.