Здоровьесберегающая педагогика

« В здоровом теле – здоровый дух»
Б. А. Слуцкий

Актуальность темы:

Здоровье человека - актуальная тема для разговора во все времена. Как воспитание нравственности и патриотизма, так и воспитание уважительного отношения к своему здоровью необходимо начинать с раннего детства Для этого надо не только говорить о значении здоровья для человека, но и вносить в повседневную жизнь детей элементы ценностного отношения к здоровью, прививать школьникам полезные привычки и навыки.

Цель: через применение здоровьесберегающих технологий обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

***Задачи*:**

1. способствовать сохранению и укреплению здоровья ребенка, т.е. осуществлять личностно-ориентированный подход при обучении и воспитании;
2. содействовать развитию мышления, внимания, памяти в соответствии с возможностями и состоянием здоровья ребенка;
3. создание условий реализации потребности в двигательной активности на различных этапах урока;
4. формирование привычки ежедневных организованных и самостоятельных упражнений;
5. воспитание потребности в здоровом образе жизни

Для того, чтобы сохранить психическое и физическое здоровье не надо ничего придумывать что-то особенное. Необходима рациональная организация урока с использованием здоровьесберегающих технологий.

Оздоровительные физкультминутки - это часть системы использования здоровьесберегающих технологий в школе. Забота о здоровье детей подводит учителя к широкому использованию в практике нестандартных уроков: уроки-игры, уроки- экскурсии, уроки –путешествия, проектная деятельность и т.п. Сегодня ситуацию в школе следует рассматривать через два приоритетных принципа: « «Не навред!« и «Ребенок, ты – ценность»

Заключение

Одной из важнейших задач, стоящих перед каждым учителем, является сохранение здоровья детей. Можно считать, что здоровье ученика в норме, если:

в физическом плане – здоровье позволяет ему справляться с учебной нагрузкой, ребёнок умеет преодолевать усталость;

в социальном плане – он коммуникабелен, общителен;

в эмоциональном плане – ребёнок уравновешен, способен удивляться и восхищаться;

в интеллектуальном плане – учащийся проявляет хорошие умственные способности, наблюдательность, воображение, самообучаемость;

в нравственном плане – он признаёт основные общечеловеческие ценности.

А в заключение хочется сказать словами Жана – Жака Руссо «Чтобы сделать ребенка умным и рассудительным – сделайте его крепким и зоровым: пусть он работает, действует, бегает, кричит, пусть он находится в постоянном движении!»

Спасибо за внимание