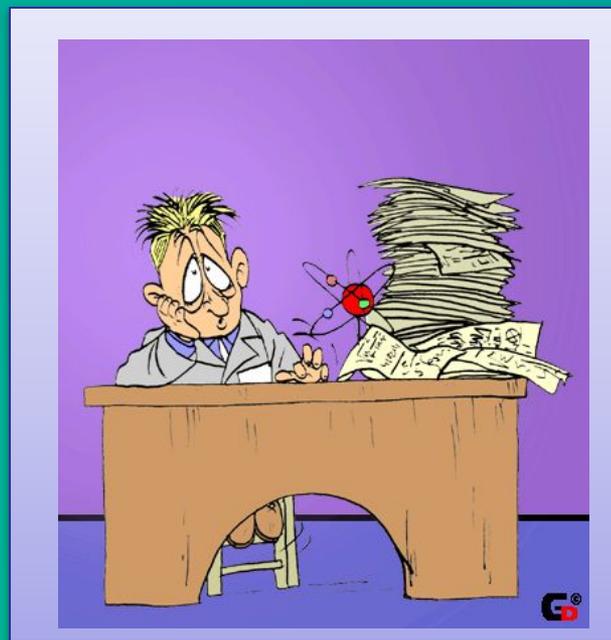
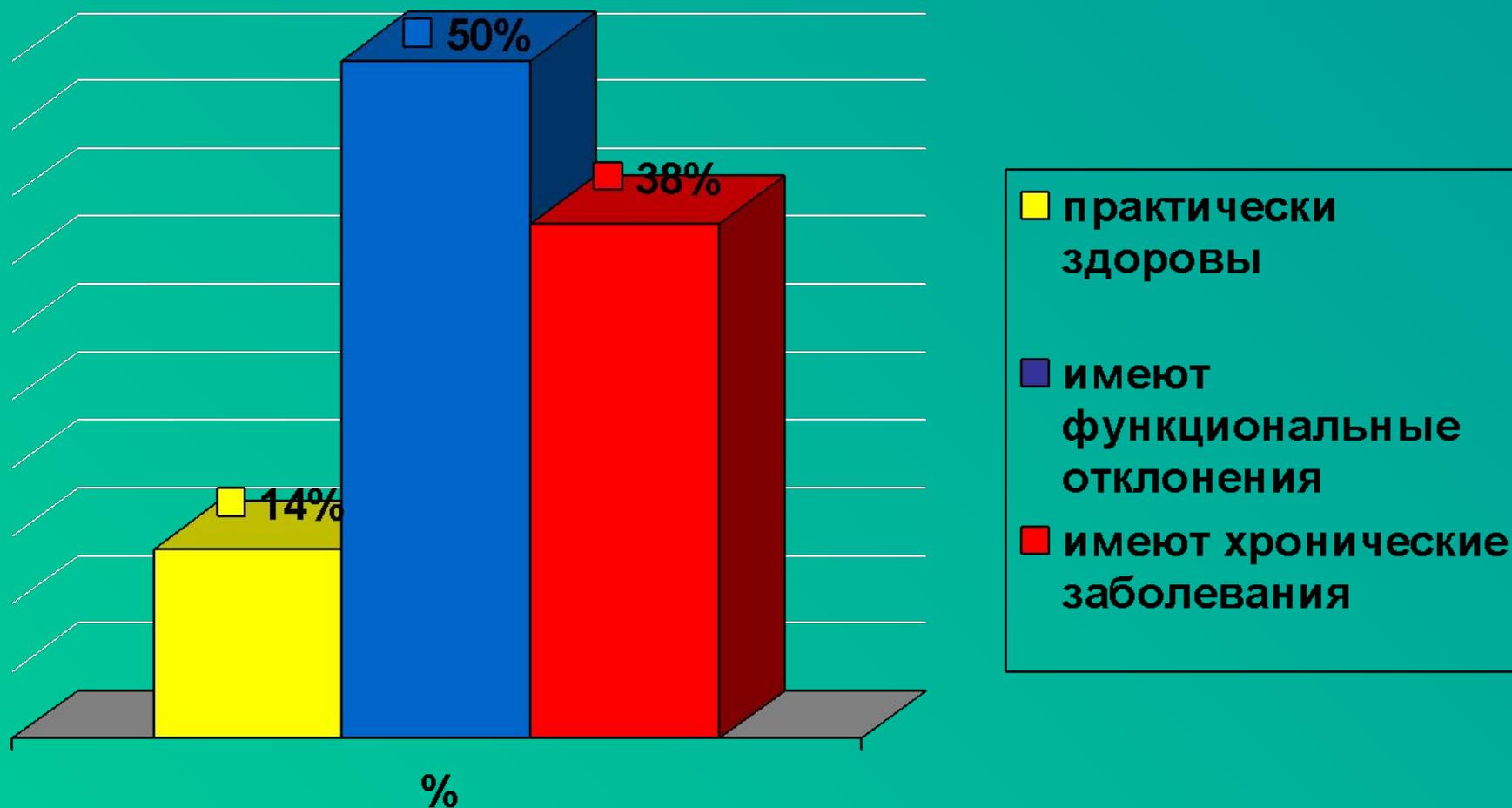


«Здоровьесберегающие технологии в учебно-воспитательном процессе»



Степанова Т.В.
Учитель истории и
обществознания МАОУ СОШ
№13 г.Тамбова

По данным Минздрава России



Внешние факторы риска: (за пределами образовательного учреждения)

• ЭКОЛОГИЯ;



• семья и микроклимат в ней;



• круг общения, вредные привычки;



• питание;



• здоровый образ жизни.



Внутренние факторы риска: (в самом образовательном учреждении)

- организация учебного процесса, методика организации урока;
- организация и реализация воспитательного процесса;
- двигательный режим учащихся в урочное и внеурочное время;
- создание медицинского обслуживания в образовательном учреждении;
- организация питания в образовательном учреждении;
- соблюдение санитарно-гигиенических норм в образовательном учреждении.



Правило 1. Организация урока на основе принципов здоровьесбережения

Правильная организация урока

- учет критериев здоровьесбережения,
- мотивация к обучению,
- взаимный интерес в процессе урока.



Правило 2.

Использование каналов восприятия

Левополушарные
учащиеся

Характерен:

- словесно-логический стиль познавательных процессов;
- склонность к абстрагированию и обобщению.



Правополушарные
учащиеся

Развито
конкретно-образное
мышление и воображение

Необходимо на уроке:

- ясные и четкие инструкции;
- изложение информации линейное: от части к целому;
- неоднократное повторение;
- проверка выполнения задания;
- тишина на уроке.

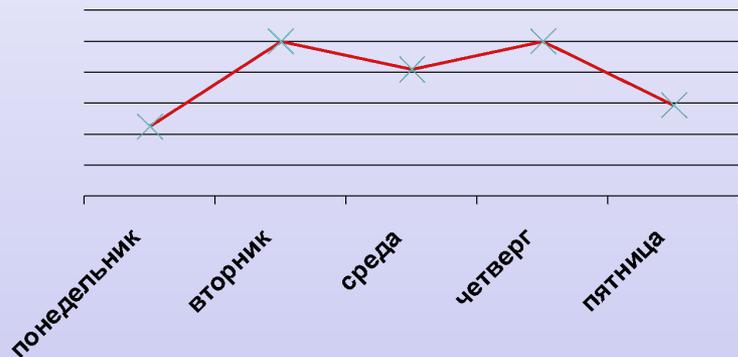
Необходимо на уроке:

- связь информации с практикой,
- анализ от целого к частному,
- задачи зрительно-пространственного анализа,
- творческие задания,
- эмоции,
- эксперименты,
- речевой и музыкальный ритм.

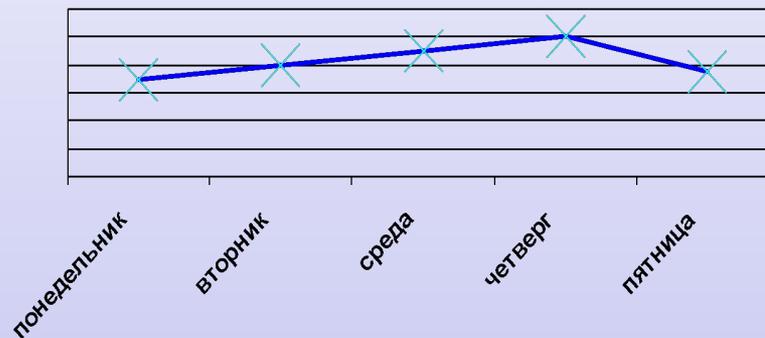
Визуальное восприятие	<ul style="list-style-type: none">• выделение на доске цветом различных пунктов;• выполнение письменных упражнений, составление опорных конспектов;• использование письменных инструкций;• использование таблиц, схем, видео, наглядных пособий.
Аудиальное восприятие	<ul style="list-style-type: none">• использование вариаций голоса: громкость, паузы, высота;• использование сигнальных слов: говорить, слушать, другими словами и т.д.;• рекомендуются дискуссии, устные задачи, упражнения, просмотр видеофильмов.
Кинестетическое восприятие	<ul style="list-style-type: none">• использование жестов, прикосновения, сигнальных слов: ощущаю, управляю, действую;• передача информации в игре, при выполнении практического эксперимента;• смена видов деятельности.

Правило 3. Учет зоны работоспособности

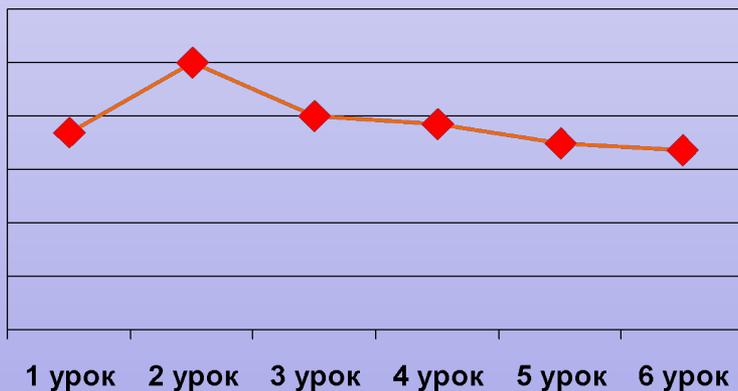
работоспособность 1-5 классов



работоспособность 7-9 классов



работоспособность 1 - 6 классов



работоспособность 7 - 11 классов



Правило 4.

Распределение интенсивности умственной деятельности



Часть урока	Время	Нагрузка	Деятельность
1 этап Врабатывание	5 мин	Относительно невелика	Репродуктивная, переходящая в продуктивную. Повторение.
2 этап Максимальная работоспособность	20 – 25 мин	Максимальное снижение на 15 мин	Продуктивная, творческая, знакомство с новым материалом.
3 этап Конечный порыв	10 – 15 мин	Небольшое повышение работоспособности	Репродуктивная, отработка узловых моментов пройденного.

Эффективность усвоения знаний в течение урока

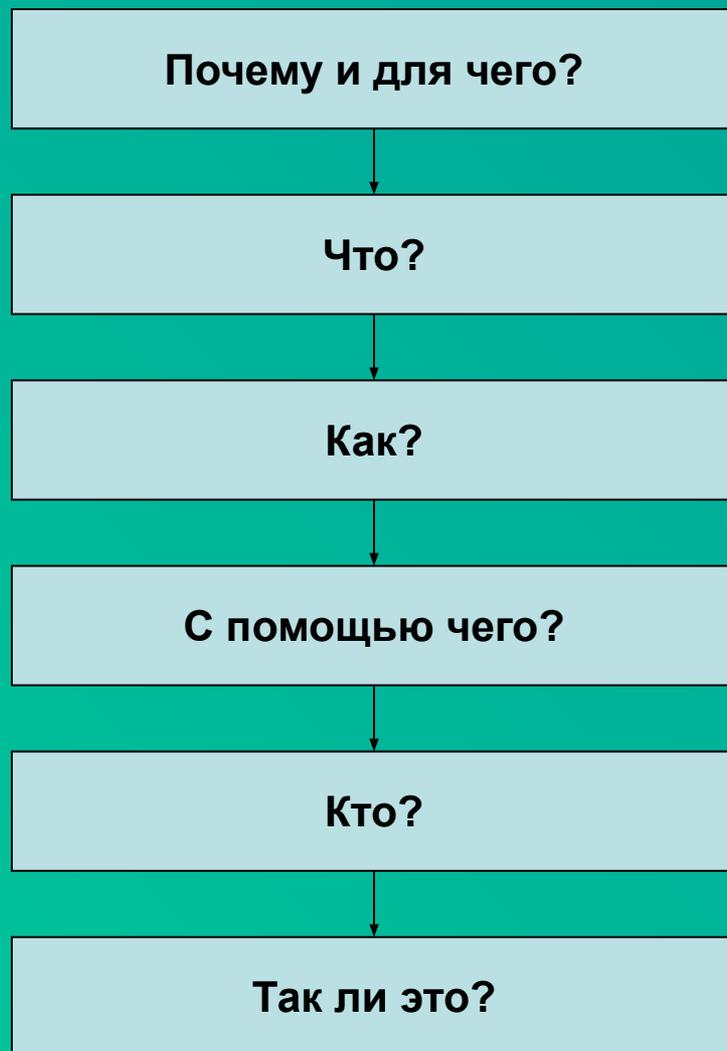
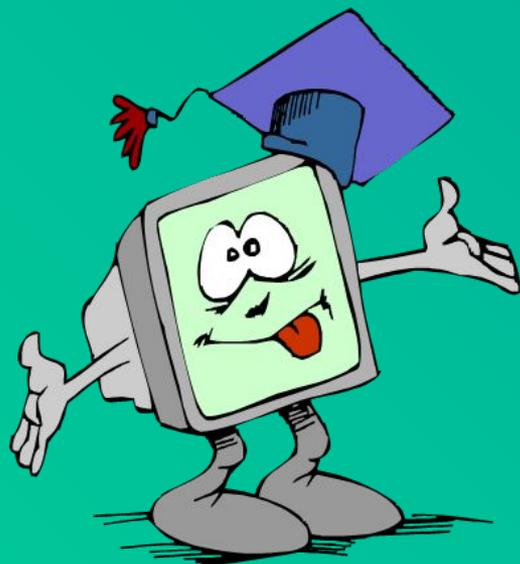
- 5 – 25 минута – 80%
- 25 – 35 минута – 60 – 40%
- 35 – 40 минута – 10%



Утомление чаще всего возникает в следующие периоды:

- начало учебного года и недели;
- возникает ежедневно к 3-4-му урокам;
- сначала проявляется слабо, а затем усиливается к концу учебного дня;
- окончание четверти, учебного года, недели.

Педагогическая технология



Каким должен быть урок, помогающий сохранять и укреплять здоровье школьников?

- снижение утомления школьников,
- создание благоприятного психологического климата,
- обеспечение индивидуального и дифференцированного подходов в процессе обучения,
- выполнение санитарно-гигиенических условий.



**Спасибо
за внимание!**



Сохранение и укрепление здоровья учащихся

Этому способствуют следующие моменты:

- проведение ежегодной диспансеризации обучаемых,
- учёт санитарно-гигиенических требований при составлении расписания учебной и внеурочной работы,
- обязательные физкультминутки на уроках в начальной школе и в 5 классе,
- нормализация учебной нагрузки учащихся,
- организация горячего питания,
- введение в учебный план дополнительного третьего часа физической культуры,
- применение здоровьесберегающих технологий в учебном процессе.