

**Реализация
здоровьесберегающих
технологий в
деятельности классного
руководителя**

Многочисленные исследования последних лет показывают

- около **25-30%** детей, приходящих в **1** класс имеют отклонения в состоянии здоровья
- за период обучения в школе их число увеличивается в **4** раза
- число близоруких детей увеличивается с **3,9%** до **12,3%**
- с нервно-психическими расстройствами с **5,6%** до **16,4%**
- с нарушениями осанки с **1,9%** до **16,8%**

Актуальность выбора технологии обусловлена следующим противоречием:

- между выполнением задачи образования по формированию здоровой, гармонично развитой личности и учебным процессом в школе, не создающим условия, способствующие сохранению и укреплению здоровья учащихся

Необходимость преодоления этого противоречия ставит проблему:

-Как сохранить здоровье ученика, дав ему качественное образование?

Здоровьесберегающая технология – это:

- **условия обучения ребенка в школе (отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания);**
- **рациональная организация учебного процесса (в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями);**
- **соответствие учебной и физической нагрузки возрастным возможностям ребенка; необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим.**

Цель и задачи применения здоровьесберегающих технологий

Цель:

- обеспечение условий физического, психического и социального комфорта, способствующих сохранению и укреплению здоровья учащихся, их продуктивной учебно-познавательной и практической деятельности, основанной на научной организации труда и культуре здорового образа жизни личности.

Задачи:

- **Образовательные** - формирование устойчивых мотивов воспитания и самовоспитания, обучение знаниям, повышение функциональных возможностей ученика.
- **Воспитательные** – формирование нравственного сознания и нравственного поведения, волевых качеств, трудолюбия, эстетическое и эмоциональное развитие личности.
- **Оздоровительные** – укрепление физического здоровья и профилактика заболеваний, содействие правильному физическому развитию, повышение, с помощью средств физической культуры, умственной работоспособности.
- **Прикладные** – обучение умениям и навыкам сотрудничества со сверстниками, формирования представлений ЗУНов необходимых для обеспечения безопасности жизнедеятельности во время игр, физкультурных занятий, в природе, в быту.

Здоровьесберегающие технологии

- **Личностно-ориентированное обучение;**
- **Педагогика сотрудничества**
- **Дифференцированное обучение;**
- **Проблемное обучение;**
- **Безотметочное обучение;**
- **Диалоговое обучение;**
- **Рефлексивное обучение;**

Личностно-ориентированное обучение

– обучение, обеспечивающее развитие и саморазвитие личности ученика, исходя из выявления его индивидуальных особенностей как субъекта познания и предметной деятельности.



**При
дифференцированном
обучении** каждый
ребенок получает от
урока только
положительные эмоции,
ощущает комфорт,
защищенность и
испытывает интерес к
учебе.

Демократичный стиль

общения создает условия для развития психической активности ребенка, дает свободу познавательной деятельности, школьник не боится ошибиться при решении поставленной задачи.

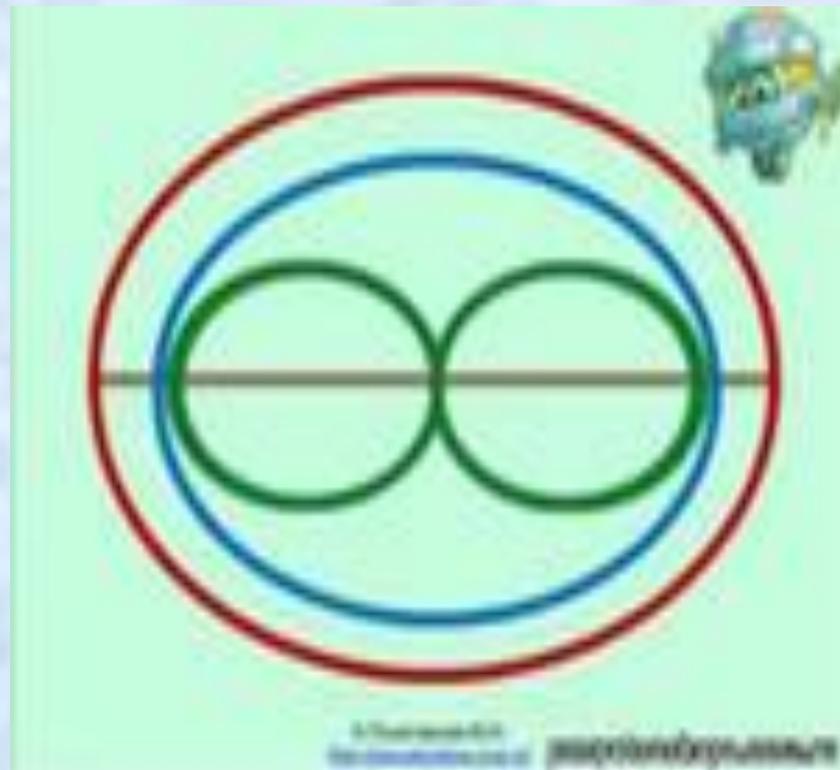


Применение **игровых технологий** на уроках в комплексе с другими приемами и методами организации учебных занятий укрепляет мотивацию на изучение предмета, помогает вызвать положительные эмоции, увидеть индивидуальность детей.

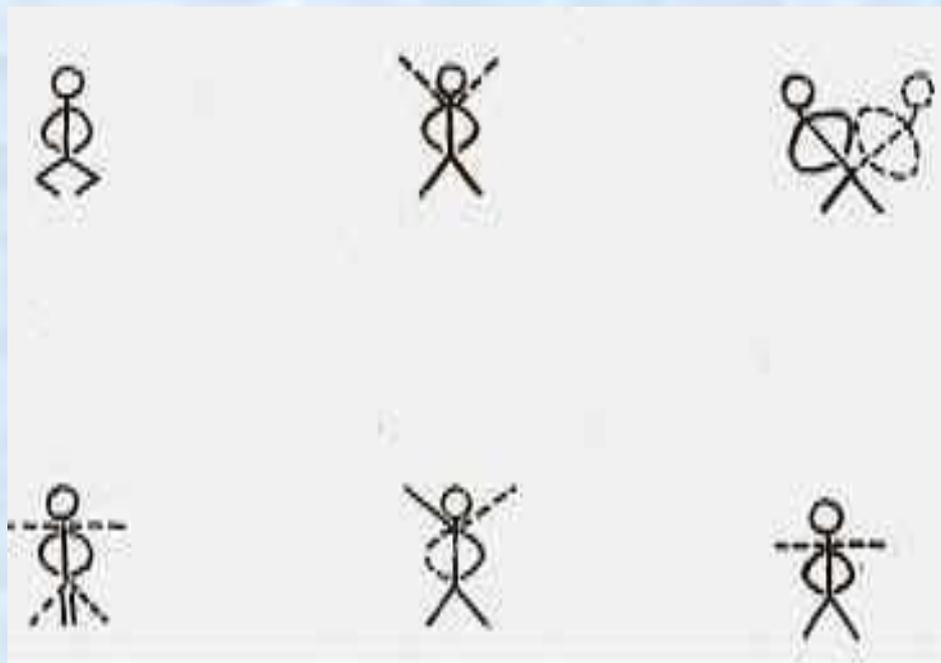


Использование элементов технологии «раскрепощенного развития детей» Базарного

- для разминок и упражнений на мышечно-телесную и зрительную координацию, а также на развитие внимания и быстроты реакции на уроке используются схемы зрительных траекторий



Нравятся детям и такие упражнения для глаз, которые хорошо сочетаются с физическими упражнениями



На карточках схематично изображены человечки, выполняющие различные гимнастические упражнения (наклоны головы и туловища, отведение рук или ног в сторону, приседания и т. д.). Размер изображения не более 3 см. Дети сначала рассматривают человечка, а потом повторяют его движения

НЕСТАНДАРТНЫЕ УРОКИ



Урок-праздник
«Прощание с
Азбукой»

Урок –
экскурсия



НЕСТАНДАРТНЫЕ УРОКИ

Урок – игра



Урок-
соревнование



**Необходимым компонентом
здоровьесберегающих технологий
является включение в структуру урока:**

- физминуток
- пальчиковых игр
- кинезиологических приёмов
- гимнастики для глаз
- дыхательных упражнений
- релаксации

Причем, использование различных двигательных упражнений позволяет решить несколько задач:

- способствует повышению речевой активности;
- развивает речевые умения и навыки;
- снимает напряжение, восстанавливает работоспособность;
- активизирует познавательный интерес;
- улучшает концентрацию внимания, снижает трудности переключения с одного вида деятельности на другой.

Развитие мелкой моторики

**«Рука – вышедший наружу
мозг», - писал Кант**

**Руки развиваем - в школе
успеваем**

Кинезиологические приёмы

Использование кинезиологических приемов особенно важно для детей, имеющих трудности для адаптации и усвоения программного материала.

В этом случае кинезиологическая коррекция может служить средством профилактики и преодоления нарушений устной речи, чтения и письма, укрепления психического здоровья ребенка.

Кинезиологические упражнения способствуют:

- улучшению почерка;**
- позволяют улучшить, внимание, память, пространственные представления;**
- повышают работоспособность;**
- снижают утомляемость;**
- активизируют познавательные процессы и повышают способность к произвольному контролю.**

Систематическое использование на уроках всех вышеперечисленных оздоровительных мероприятий приводит к положительным результатам:

- снижается уровень утомляемости;**
- увеличивается уровень переносимости школьной нагрузки и социальной адаптации детей;**
- снижается уровень заболеваемости, отмечается улучшение зрения.**

здоровьесбережения

Автор: Н.К.Смирнов,

заведующий кафедрой психолого-педагогических технологий охраны и укрепления здоровья Академии повышения квалификации и профессиональной переподготовки работников образования

- Гигиенические условия в классе (кабинете).
- Число видов учебной деятельности, используемых учителем. Норма- 4-7 видов за урок.
- Число использованных учителем видов преподавания. Норма — не менее трех за урок.
- Использование методов, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения учащихся.
- Длительность применения технических средств обучения в соответствии с гигиеническими нормами. Норма: 8–10-мин.
- Наличие физкультминуток и физкульт-пауз.
- Включение в содержательную часть урока вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни.
- Наличие у учащихся мотивации к учебной деятельности на уроке.
- Благоприятный психологический климат на уроке.
- Итоговая плотность урока, т.е. количество времени, затраченного школьниками непосредственно на учебную работу. Рекомендуемые показатели: в диапазоне от 60% до 80%.
- Темп и особенности окончания урока. К нежелательным показателям относятся:
 - неоправданно быстрый темп заключительной части, ее «скомканность»;
 - отсутствие времени на вопросы учащихся.

Перспективы развития

- продолжить изучение и применение передовых методик по здоровьесбережению младших школьников;
- организовать проектную деятельность младших школьников по вопросам здоровьесбережения;
- продолжить работу по внедрению и реализации программ по формированию ЗОЖ младших школьников;
- разработать рекомендации по улучшению психологического климата в классе и предупреждению конфликтных ситуаций;
- представить результаты работы по здоровьесбережению школьников на Педагогическом Совете школы, МО.