



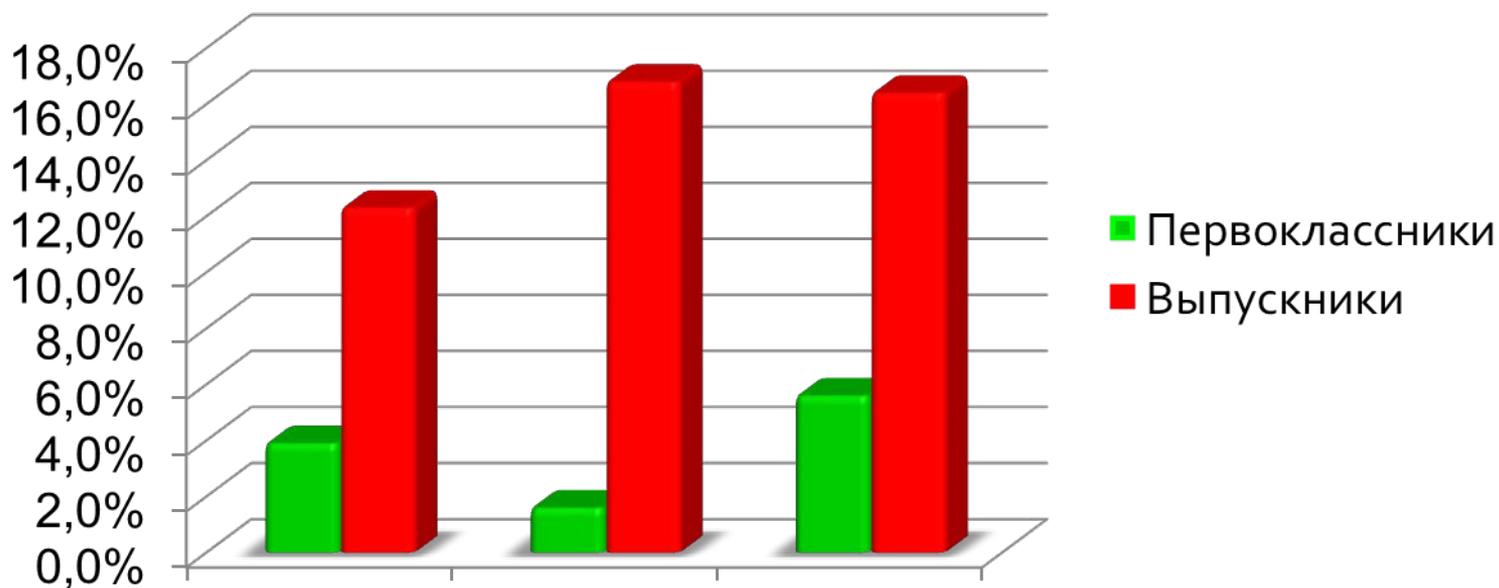
# **Здоровьесберегающие образовательные технологии в начальной школе**

Воспитатель ГПД:  
ГБОУ гимназии №205  
Федорова Ирина Аркадьевна



Актуальность исследований в области здоровьесберегающих технологий обусловлена потребностью человека, общества и государства в здоровьесберегающем образовании.

# Проблемы со здоровьем в процессе обучения



Нарушение зрения

Нарушение осанки

Нервные расстройства

Наиболее распространённая проблема – нарушения зрения. Статистика показывает, что количество детей, имеющих близорукость, возрастает от первоклассников до выпускников с 3,9% до 12,3%.

Второй проблемой, отмечаемой в данных диспансеризации детей, названы нарушения осанки. Их число увеличивается к концу обучения в школе с 1,9% до 16,8%.

Ещё одним тревожным показателем является рост нервно-психических расстройств. Они отмечаются у 5,6% первоклассников и возрастают до 16,4% у выпускников.

# Здоровье

## **Физическое здоровье:**

- это совершенство саморегуляции в организме, гармония физиологических процессов, максимальная адаптация к окружающей среде (педагогическое определение);

## **Психическое здоровье:**

- это высокое сознание, развитое мышление, большая внутренняя и моральная сила, побуждающая к созидательной деятельности (педагогическое определение);

## **Нравственное здоровье:**

- это комплекс характеристик мотивационной и потребностно-информативной сферы в жизнедеятельности, основу которого определяет система ценностей, установок и мотивов поведения индивида в обществе.

## **Духовное здоровье:**

- система ценностей и убеждений.

# Составляющие здорового образа жизни:

- благоприятное социальное окружение;
- духовно-нравственное благополучие;
- оптимальный двигательный режим (культура движений);
- закаливание организма;
- рациональное питание;
- личная гигиена;
- положительные эмоции.

# Здоровьесберегающая технология

Здоровьесберегающая технология, по мнению В.Д. Сонькина, - 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.

# Анализ проведения урока с позиций здоровьесбережения

Педагогу в организации и проведении урока необходимо учитывать:

- 1) обстановку и гигиенические условия
- 2) число видов учебной деятельности
- 3) среднюю продолжительность и частоту чередования различных видов учебной деятельности
- 5) чередование видов преподавания
- 6) активизации инициативы и творческого самовыражения учащихся
- 7) применения ТСО в соответствии с гигиеническими нормами
- 8) позы учащихся, чередование поз
- 9) физкультминутки на уроке
- 10) наличие у учащихся мотивации к учебной деятельности на уроке
- 11) наличие в содержательной части урока вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни
- 12) психологический климат на уроке
- 13) наличие на уроке эмоциональных разрядок
- 14) темп и особенности окончания урока

# **Главная цель работы педагога в системе здоровьесберегающих технологий**

- **Сохранить потенциал ребенка.**
- **Сохранить физическое и психическое здоровье обучающегося.**
- **Создать условия для гармоничного развития ребенка в условиях современного обучающего процесса.**

# ФОТО



# ФОТО



# ФОТО







# Литература

1. Карасева Т.В. Современные аспекты реализации здоровьесберегающих технологий // «Начальная школа», 2005. - № 11. С. 75.
2. Львова ИМ. Физкультминутки // «Начальная школа», 2005. - № 10. С. 86.
3. Дронов А.А. Профилактика нарушения осанки и укрепление мышечного корсета // «Начальная школа», 2006, № 3. С. 53.
4. Вайнер Э.Н. Формирование здоровьесберегающей среды в системе общего образования// Валеология.-2004.-№1.-С.21-26.
5. Здоровьесберегающая деятельность школы в учебно-воспитательном процессе: проблемы и пути их решения//Школа.-2005.-№3.-С.52-87.
6. Лобанова Е.А. Здоровьесберегающие технологии на уроке музыки//Образование в современной школе.-2005.-№9.-С.44-57.
7. Лысых О.Б. Комплексная оценка результатов здоровьесберегающей деятельности в образовательных учреждениях сельского района// Валеология.-2004.-№4.-С.11-116.
8. Петров К. Здоровьесберегающая деятельность в школе//Воспитание школьников.-2005.-№2.-С.19-22.
9. Поляков С. Не ходите, дети, в школу...: Портит ли система образования здоровье учащихся и если да, то, как этого избежать?// Школьное обозрение.-2004.-№1.-С.2-7.
10. Степанова М., Александрова И., Седова А. С позиций сбережения детского здоровья: новые шкалы трудности учебных предметов//Директор школы.-2004.-№4.-С.87-91.
11. Чупаха И.В. Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе: научно-практический сб. инновац. опыта/ И.В. Чупаха, Е.З. Пужаева, И.Ю. Соколова. - М.: Илекса; Ставрополь: Сервисшкола,2001.-400с.

# Электронные ресурсы

1. Здоровье и образование [www.valeo.edu.ru](http://www.valeo.edu.ru)
2. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе (2007 / 2008 учебный год) <http://www.festival.1september.ru/articles/508516/>
3. Каталог образовательных интернет-ресурсов. Распорядительные и нормативные документы системы российского образования: <http://www.orto.ru/ru/education.shtml>
4. Применение здоровьесберегающих технологий в школе №1317 г.Москвы: <http://www.specialschool.ru/health/>



**Спасибо за внимание !**