Психологический настрой на урок и процесс обучения, как составляющая здоровьесберегающи х технологий

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

В.А.Сухомлинский

В Конвенции о правах ребенка подчеркивается,

что современное образование должно стать *здоровьесберегающим.*

В законе «Об образовании»

сохранение и укрепление здоровья детей выделено в *приоритетную задачу*.

Здоровьесбережение **не может выступать в качествеосновной и единственной цели образовательного процесса, а только в качестве условия, одной из задач достижения главной цели.**

Здоровье детей – это общая проблема медиков, педагогов и родителей. И решение этой проблемы зависит от внедрения в школу здоровьесберегающих технологий.

Под здоровьесберегающими образовательными технологиями в широком смысле слова следует понимать все те технологии, использование которых в образовательном процессе идет на пользу здоровья

- ***Цель здоровьесберегающих образовательных технологий обучения*** **– обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.**

отношение к своему здоровью
здоровьесберегающие технологии
оздоровительные мероприятия в учебное время, занятия физической культурой
занятия спортом (секции, клубы)
организация питания
тестирование и мониторинг здоровья учащихся, профилактические мероприятия (лекции, беседы, конкурсы)
законодательство

Продуманность учебной нагрузки. Использование здоровье-сберегающих технологий обучения
Создание условий для физической активности детей
Выбор оптимального режима занятий
Система работы по сохранению здоровья обучающихся
Пропаганда здорового образа жизни
Оздоровительные мероприятия
Создание благоприятной психологической атмосферы
Организация питания

Принципы комфортности на уроке

1. С самого начала и на всем протяжении учебного процесса учитель должен демонстрировать детям свое полное к ним доверие;

2. Он должен помогать учащимся в формулировании и уточнении целей и задач, стоящих как перед группами, так и перед каждым учащимся в отдельности;

3. Он должен всегда исходить из того, что у учащихся есть внутренняя мотивация к учению;

4. Он должен выступать для учащихся как источник разнообразного опыта, к которому всегда можно обратиться за помощью, столкнувшись с трудностями в решении той или иной задачи;

5. Важно, чтобы в такой роли он выступал для каждого ученика;

6. Он должен развивать в себе способность чувствовать эмоциональный настрой группы и принимать его;

7. Он должен быть активным участником группового взаимодействия;

8. Он должен открыто выражать группе свои чувства;

9. Он должен стремиться к достижению эмпатии, позволяющей понимать чувства и переживания каждого школьника;

10. Наконец, он должен хорошо знать самого себя.

Приёмы создания психологического комфорта

- **Улыбайтесь**
- **Обращайтесь к другому человеку по имени**
- **Признавайте хорошее в людях**
- **Будьте щедры на похвалу**
- **Понимайте другого человека**
- **Искренне интересуйтесь людьми**
- **Умейте слушать**

Золотые правила психологического комфорта на уроке

- **Не пытайтесь за каждым отрицательным поступком школьника видеть только отрицательные мотивы.**
- **Тщательно готовьтесь к уроку, не допускайте даже малейшей некомпетентности в преподавании своего предмета.**
- **Школьники склонны охотнее выполнять распоряжения учителей при опосредованном способе воздействия.**