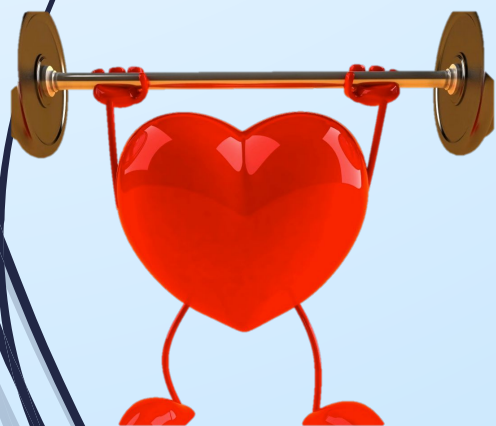


Здоровьесберегающие технологии в начальной школе по ФГОС их виды и реализация

Самое популярное определение, данное Всемирной организацией здравоохранения

**«Здоровье – это состояние полного
физического, психического и
социального благополучия, а не
просто отсутствие болезней или
физических дефектов».**

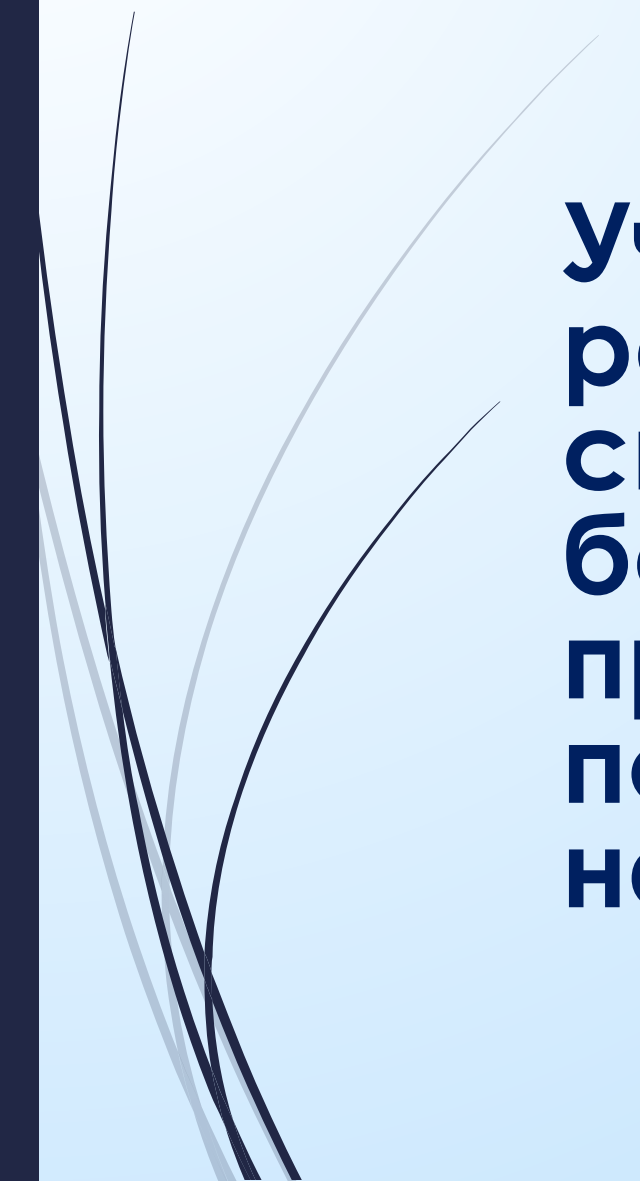




**Овладевать знаниями и усваивать
новый материал способен только
здоровый человек.**

**Любое болезненное состояние
снижает эффективность обучения.**

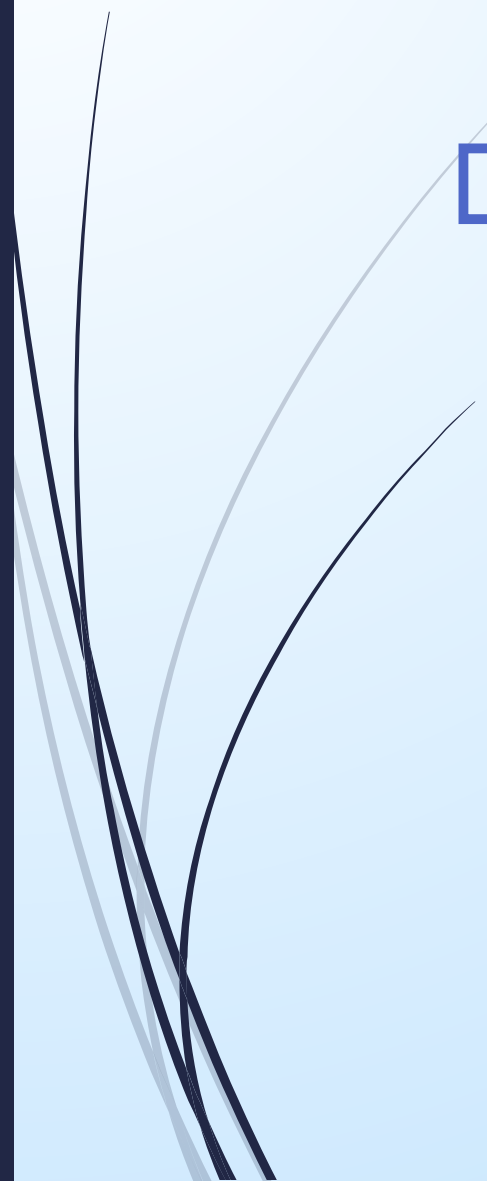
**Для всех участников образовательного
процесса сохранение физического и
психического здоровья должно стать
важнейшим условием для получения
новых знаний.**



**Учителю необходимо научить
ребёнка сохранять и укреплять
своё здоровье, привить навыки
безопасного поведения,
предотвратить излишние
психологические и физические
нагрузки на детский организм**



Цель реализации здоровьесберегающих технологий

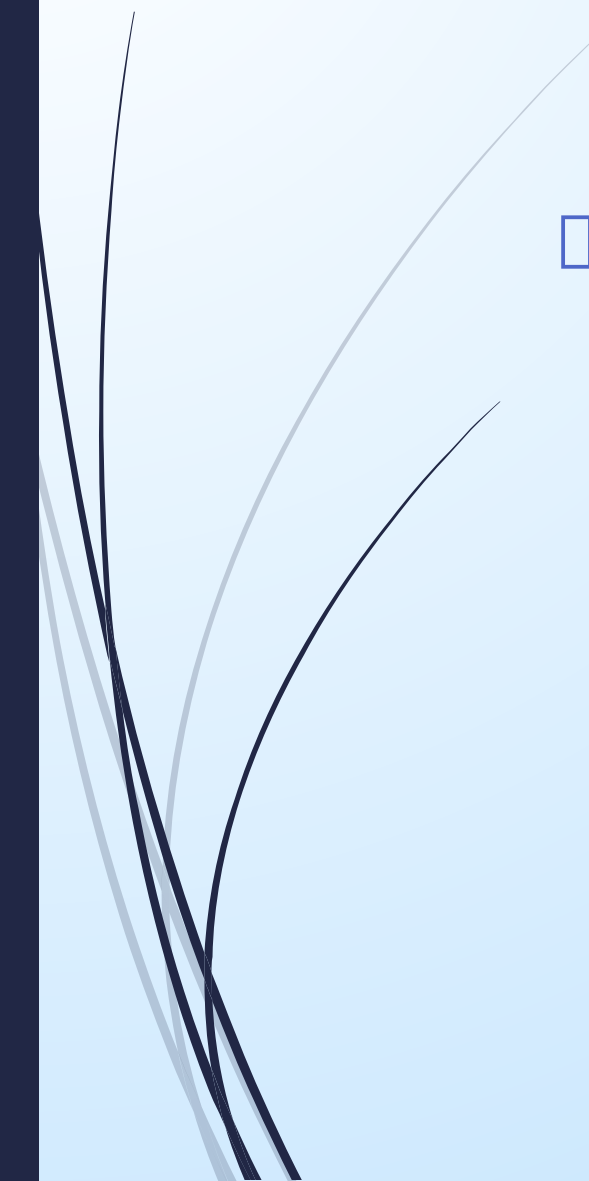
- Реализация здоровьесберегающих технологий в начальной школе имеет одну основную цель - сохранение и укрепление здоровья детей.
- 

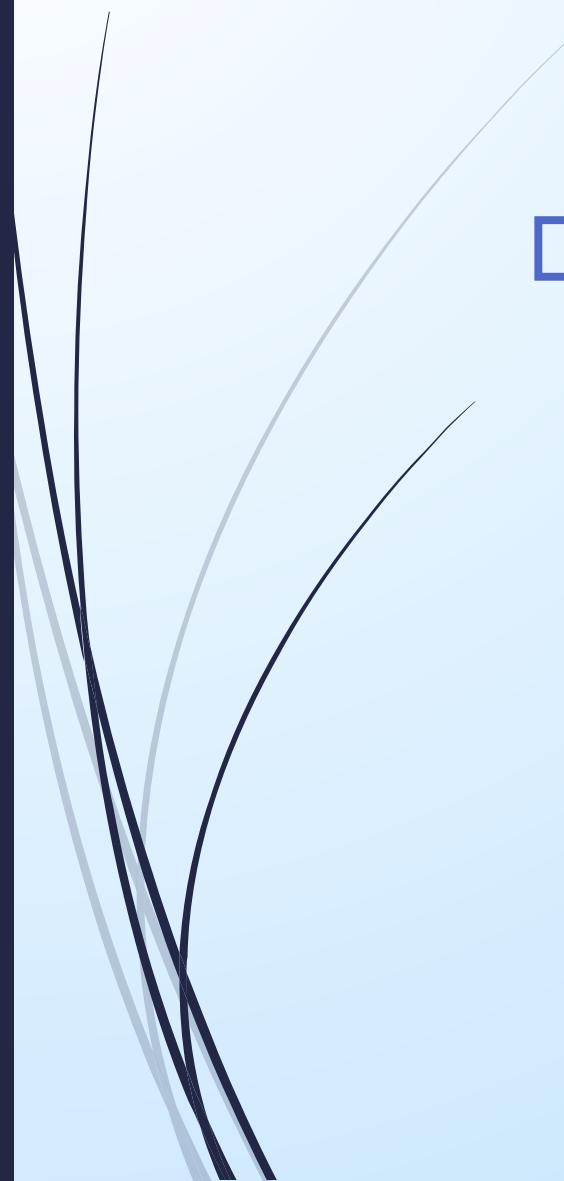
Что необходимо для реализации здоровьесберегающих технологий в начальной школе

- Образовательный процесс должен проходить в комфортных условиях, предупреждающих стресс, строиться на основе адекватных требований, соответствующих возрастным особенностям приёмов и методов обучения и воспитания.
- Обучение необходимо рационально организовать с учётом возраста и пола обучающихся, в соответствии с гигиеническими требованиями.
- Педагог должен иметь возможность учитывать индивидуальные особенности ребёнка.
- Для предотвращения утомления все виды учебной и физической нагрузки должны соотноситься с возрастными возможностями ребенка.
- Школа должна предоставить ребёнку возможность для движения. Чередование статичного напряжения от сидения за партой и рационально организованной подвижной деятельности.



Вопросы здоровьесбережения в федеральных документах

- В первую очередь это закон **«Об образовании РФ» 273-ФЗ**, который отмечает, что включает в себя охрана здоровья обучающихся, какие условия должна создать образовательная организация в своей деятельности, а также условия для образования детей-инвалидов и обучающихся, которым необходимо длительное лечение.
- 



□ Здоровьесберегающие технологии в современной начальной школе определяются как система мер по укреплению и сохранению здоровья детей, в которой учтены главнейшие характеристики образовательной среды и условия жизни ребенка, влияющие на состояние здоровья.



Вопросы здоровьесбережения в федеральных документах

- Отмечена важность их применения и во втором документе, на который опирается современная система образования – **в федеральном государственном образовательном стандарте**. В нём учитываются образовательные потребности всех обучающихся, в том числе и детей с ограниченными возможностями здоровья.
- **«Портрет выпускника начальной школы»**, в котором среди прочих личностных характеристик отмечено, что это человек, «выполняющий правила здорового и безопасного для себя и окружающих образа жизни».

Условия применения здоровьесберегающих технологий на уроках в начальной школе:

- Соответствие учебного материала возрастным особенностям познавательной деятельности.
- Осуществление обучения на наиболее оптимальном уровне сложности.
- Использование разнообразных методов и форм обучения.
- Рациональное чередование двигательных и статических нагрузок.
- Осуществление индивидуального и дифференцированного подхода, возможность для детей работать самостоятельно и в малых группах.
- Разумное использование наглядности.
- Использование разнообразных форм подачи информации, включая современные информационно-коммуникативные технологии.
- Создание комфортной благоприятной атмосферы в классе для каждого обучающегося.
- Стимулирование положительной мотивации к обучению.
- Развитие у детей навыков, умений и основ знаний по вопросам сохранения здоровья.

Основные принципы

- «Не навреди!»
- Приоритет заботы о здоровье обучающегося
- Непрерывность и преемственность
- Ребёнок – субъект применяемых технологий и их непосредственный участник.
- Учёт возрастных особенностей при подборе содержания обучения. Все материалы и их объём должны быть посильны и доступны для ребёнка.
- Учителя, психологи и доктора должны действовать совместно, как единый механизм влияния на развитие ребёнка.
- Создание ситуации успеха
- Чередование активных видов деятельности предупреждает утомление.
- Формирование ответственности за свое здоровье

Разнообразные виды здоровьесберегающих технологий в начальной школе можно объединить в три блока:

- технологии, направленные на соблюдение гигиенических требований;
- технологии, организующие рациональную физическую активность;
- психолого-педагогические технологии.



Первый блок: гигиенически оптимальные условия

- Соблюдение норм СанПин
- Физминутки, пальчиковую, дыхательную, суставную и глазную гимнастику, а также элементы самомассажа.
- Использование нескольких видов деятельности. Учитель должен чётко замечать тот миг, в который наступает утомление детей и снижается учебная активность, и сразу же принять меры для смены вида деятельности.
- Получение знаний с помощью различных способов.
- Психологический климат.



ОСНОВНЫЕ ГИГИЕНИЧЕСКИЕ КРИТЕРИИ РАЦИОНАЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ УРОКА



Второй блок: обучение и физическая активность

- Интересно - значит неустойчиво!
- Вижу, слышу, пробую!
- Учет зоны работоспособности.
- Распределение интенсивности умственной нагрузки.



Третий блок: психолого-педагогические технологии здоровьесбережения

Использование на уроке элементов, снимающих эмоциональное напряжение:

- игровые технологии, интерактивные технологии;
- обучающие интерактивные программы;
- оригинальные задания и задачи;
- введение в урок отступлений.

Создание благоприятного психологического климата на уроке:

- доброжелательный стиль общения;
- увлекательная беседа;
- интерес к каждому мнению;
- тактичное замечание и спокойная реакция на ошибки;
- стимулирование к самостоятельной деятельности;
- тонкий юмор.

Охрана здоровья и пропаганда здорового образа жизни.

- Если ребёнок со школьных лет усвоит как норму ответственное отношение к состоянию своего организма, в последующей жизни он будет вести здоровый образ жизни.

Применение личностно-ориентированного подхода.

Охрана здоровья и пропаганда здорового образа жизни

(занятия проводят студенты Владимирского базового медицинского колледжа)





□ Задача школы – сохранить и укрепить здоровье

