

# ЭФФЕКТИВНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЗОЖ

Подготовила: Юркова Оксана Олеговна

МБОУ Садовская СОШ филиал с. Лозовое

Должность: учитель

# Самые распространенные заболевания детей:



Нарушение осанки



Простудные заболевания



Нарушение зрения



**“Здоровьесберегающие образовательные технологии  
– это системный подход к обучению и воспитанию,  
построенный на стремлении педагога не нанести ущерб  
здоровью учащихся”.**

**Профессор. Н.К.Смирнов**

A decorative graphic consisting of several parallel white lines of varying lengths, slanted upwards from left to right, located in the bottom right corner of the slide.

# Здоровьесберегающие технологии

Технологии,  
обеспечивающие  
гигиенически  
оптимальные условия  
образовательного  
процесса

Технологии  
оптимальной  
организации учебного  
процесса и физической  
активности  
школьников

Разнообразные  
психолого-  
педагогические  
технологии,  
используемые на уроках и  
во внеурочной  
деятельности педагогами

**Технологии,  
обеспечивающие гигиенически оптимальные условия  
образовательного процесса**



**СОБЛЮДЕНИЕ ТРЕБОВАНИЙ САНПИНОВ:**

высота парт регулируется

питьевой режим

освещение

рациональное питание и личная  
гигиена

аптечка первой медицинской помощи.

# Технологии оптимальной организации учебного процесса и физической активности школьников



соблюдение гигиенических требований к:  
расписанию  
общему объёму учебной нагрузки  
домашних заданий

# физкультминутки



естественный элемент урока в начальных классах, который обусловлен физиологическими потребностями в двигательной активности детей. Они помогают снять утомление различных мышц, ослабить умственное напряжение, снять зрительное утомление



Ñóíãđ ôèçêóëüòìèíóòêà.exe

## ► *Различные виды гимнастик:*

Дыхательная

Пальчиковая

Гимнастика для глаз 

Разминка для губ и языка

Гимнастика для

правильной осанки





Разнообразные психолого-педагогические технологии, используемые на уроках и во внеурочной деятельности педагогами



**классные часы по темам,**  
**тренинги,**  
**беседы с родителями учащихся,**  
**родительские собрания, на которых учитель знакомит**  
**ребят и их родителей с основными принципами**  
**организации здорового образа жизни,**  
**досуг ребят (посещение занятий в спортивных**  
**секциях),**  
**правильное питание и т.п.**

# Виды современных технологий обучения

- ▶ **технологии проектной деятельности,**
- ▶ **технологии проблемного обучения** снижают тревожность и психологическое напряжение учащихся.
- ▶ **игровые технологии,** особенно в начальной школе, игровых обучающих программ, оригинальных заданий и задач позволяют снять эмоциональное напряжение
- ▶ **интерактивные технологии** обучения: в них проявляется 3 вида активности: познавательная, социальная и физическая

# ВЫВОД:

- ▶ **Здоровьесберегающие технологии не могут быть вырваны из общей системы образования, они способствуют грамотному и рациональному использованию других приемов и средств обучения, развития и воспитания.**