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

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

Ñóïåð ôèçêóëüòìèíóòêà.exe

- ***Различные виды гимнастик:***

Дыхательная

Пальчиковая

Гимнастика для глаз

Разминка для губ и языка

Гимнастика для правильной осанки

HTTP://YOUTUBE.COM/WATCH?V=LYYCQ4WVN4U

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.