

# Повышение качества знаний за счет здоровьесберегающих технологий в начальной школе

Автор составитель: Петлякова Эльвира  
Николаевна

гимназия № 19  
г. Ростов – на - Дону



В связи с резким  
ухудшением  
состояния здоровья школьников  
в последние годы встал вопрос  
об организации  
Здоровьесберегающего  
образования  
Здоровьесберегающее  
образование  
способствует  
улучшению не только  
здоровья но и  
качества знаний



# Основа содержания Федерального компонента государственного стандарта общего образования

- **Одним из необходимых условий достижения нового, современного качества общего образования является создание в учебных учреждениях условия для сохранения и укрепления здоровья школьников.**



Интерес и мотивация на уроке не создает эффекта перегрузки. То, что вызывает отторжение или кажется бесперспективным, приводит к перегрузке при небольших объемах материала.



# Здоровьесберегающие технологии по преодолению перегрузки

Деятельность	Особенности	Методы организац ии	Место в структуре урока
Репродуктивная	Запоминание Через чтение, восприятие слов учителя	Фронтальная работа	<b>1- я фаза</b> <b>Не эффективна для младших школьников</b>
Поисковая	Мыслительная деятельность (Текст, диалог, группа.)	Групповая работа, работа в парах	<b>2 –я фаза</b>



# Виды учебной деятельности

Творческая	Творческие задачи	Индивидуальная, парная, групповая работа	По ситуации Ведет к повышению Качества знаний
Игровая	Дидактическая сюжетно-ролевая игра	Парная, групповая, фронтальная работа	По ситуации
Рефлексивная	Самоконтроль, самооценка, задание «проверь себя»	Индивидуальная работа	После каждого этапа урока



Фронтальная работа является  
самым утомительным  
видом деятельности для  
детей младшего школьного  
возраста

## Информация

Накапливается через чтение восприятие слов учителя

загружает память

не развивает

мыслительные способности

снижает качество знаний



Фронтальная работа  
СВОДИТСЯ  
к минимуму за счет  
групповой работы

Лидерская

Руководителем  
выступает  
учитель  
(1-2 класс)

Паритетная

Задания  
распределены  
заранее  
(3-4 класс)

Демократическая

Дети сами договариваются  
кто и что будет делать  
( 4 класс)





# Работа в группе

- 1. Организатор.
- 2. Секретарь.
- 3. Критик.
- 4. Контролер.
- 5. Докладчик.

Рекомендуется систематически менять состав и роли в детских группах



# Правила работы в группе

- Работать не очень громко
- Один говорит, другой слушает
- Мнение группы представляет один человек

Качество знаний улучшается  
при групповом обучении!

Работа в группе эффективна и  
приводит к более высоким  
результатам в успеваемости



# Двигательная активность на уроке

- Динамическая смена поз (сидя – стоя 2-3 раза за урок)
  - Гимнастика перед началом уроков
  - Физминутки с использованием ортопедических дорожек
  - Спортивный час или урок здоровья (20 мин. Теория – 20 мин практика)
- Подвижные игры на переменах





09/09/2008





09/09/2008



# Здоровьесберегающие технологии на уроках

- 1. Личностное ориентирование через изучение моделей своего тела на уроках окружающего мира.
- (Можно вырезать контур тела ребенка в полную величину и клеивать вместе с ним изучаемые внутренние органы из бумаги в виде аппликации)





09/09/2008



# Развитие кисти ребенка

- Изготовление мешочков с крупой для перебирания пальчиками на физминутках урока.







09/09/2008



# Профилактика плоскостопия

- Применение на уроках хождения по ортопедической дорожке.

(На дорожку пришиты пуговицы, бусы, шнур)





09/09/2008





# Улучшение осанки учащихся

Изготовление мешочков с солью,  
удержание и ношение их на голове  
с целью улучшения осанки учащихся







Автор презентации Петлякова Эльвира Николаевна

**Цель программы:** становление  
валеологической  
культуры школьников.

**Задачи:**

- ◆ Способствовать развитию сознания и самосознания детей, пониманию устройства своего организма.
- ◆ Способствовать развитию ответственности за личное здоровье
- ◆ Развивать практические навыки гигиенического воспитания.
- ◆ Формировать умение самостоятельно использовать элементарные технологии безлекарственного

САМОзащиты



## Содержание программы.

Данная программа рассчитана на 32ч.

1. Беседа по теме «Знаешь ли ты свое тело».
2. Экскурсия в медкабинет.
3. Дневник здоровья. Дружи с водой.
4. Практикум мед. Обследования. Забота о глазах.
5. Загадки нашего тела. Мышцы кости суставы..
6. Невидимки живущие в нашем теле. Легкие. Сердце.
7. Невидимки живущие в нашем теле. Скелет.
8. Силачи нашего тела. Мышцы.
9. Уход за ушами, зубами.

- 10. Забота о коже.
- 11. Как следует питаться.
- 12. Как сделать сон полезным?
- 13. Настроение в школе настроение после школы.
- 14. Поведение в школе. Я - ученик.
- 15. Вредные привычки.
- 16. Вредные привычки.
- 17. Осанка – стройная спина.
- 18. «Телохранители» травматология.
- 19. Как закаляться обтираться и обливаться.
- 20. .Как правильно вести себя на воде.
- 21. Лекарственные травы. Фиточаи.
- 22. Лекарственные травы.

- 23. Народные игры.
- 24. Городки – русская игра.
- 25. Фитоаптека.
- 26. Подвижные игры.
- 27. Массаж. Пальчиковая гимнастика.
- 28. Пальчиковая гимнастика.
- 29. Подвижные игры.
- 30. Закрепление пройденного.
- 31. Театр «Айболит» инсценирование сказки.
- 32. Театрализация сказок, стихов.

**В результате освоения курса  
«Уроки здоровья» учащиеся  
должны ЗНАТЬ:**

- **Устройства своего организма (элементарные сведения об анатомии человеческого тела).**
- **Роль природы в восстановлении и поддержании здоровья человека.**
- **Технологии безлекарственного оздоровления.**



**В результате освоения  
курса «Уроки здоровья»  
учащиеся должны УМЕТЬ:**

- Вести дневник здоровья**
- Выполнять дыхательные упражнения.**
- Выполнять комплекс упражнений  
по профилактике близорукости.**
- Правильно питаться.**
- Заботиться об осанке.**
- Пользоваться фиточаем.**
- Выполнять профилактический массаж.**
- Играть в подвижные игры.**

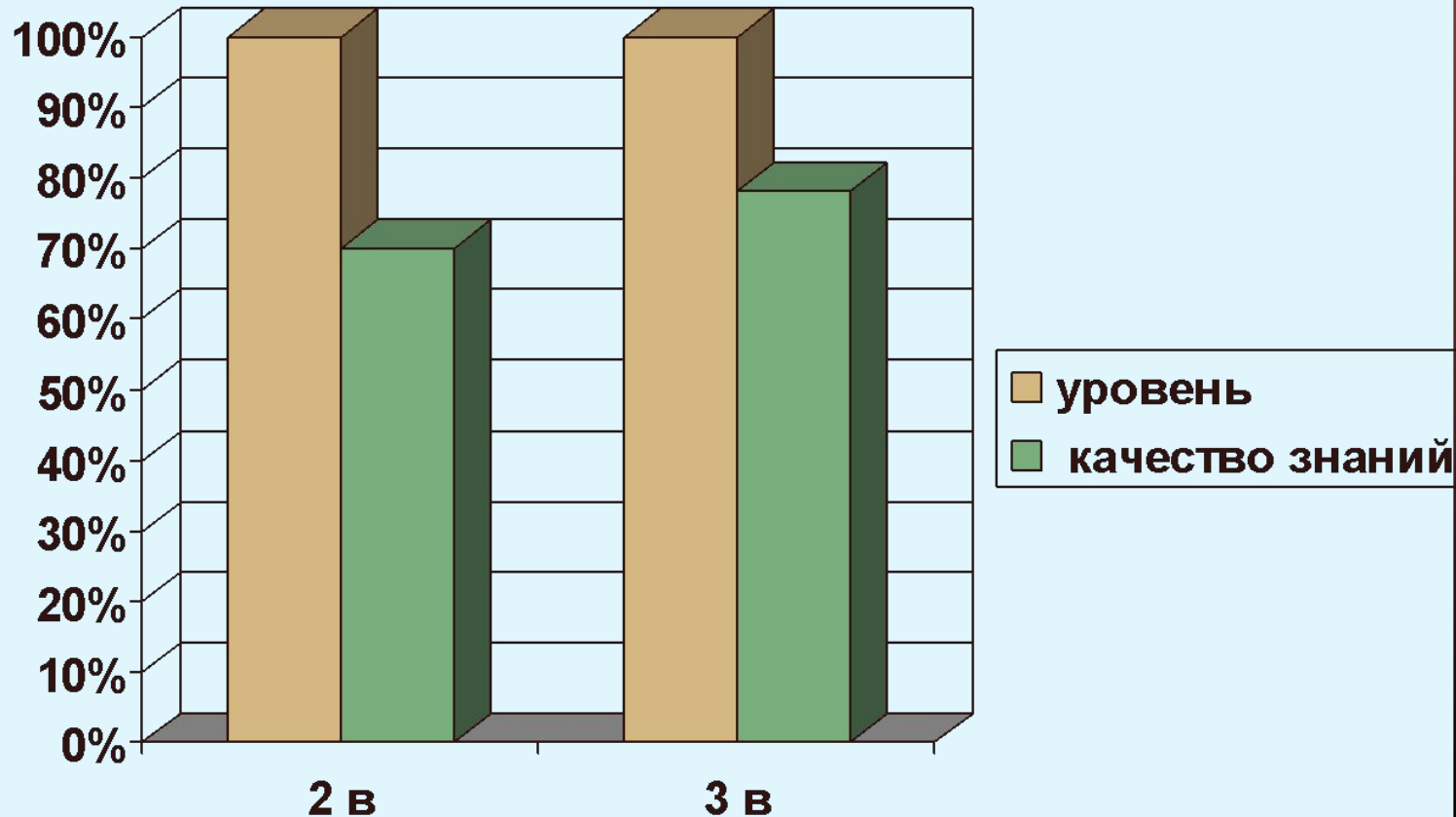




Приглашаем на уроки ЗДОРОВЬЯ!



# Показатели качества знаний в классе где применяются здоровьесберегающие технологии



# Анализ урока с позиций здоровьесберегающего аспекта

- 1. Обстановка и гигиена класса  
(свежесть, проветривание)
- 2. Виды учебной деятельности  
(4 – 7 видов за урок)
- 3. Чередование уч.деятельности  
(7 -10 мин)
- 4. Виды преподавания: словесное,  
Наглядное, аудиовизуальное, сам. работа  
(норма: не менее 3)





5. Смена позы учащихся.
6. Физминутки, релаксация, дыхательная гимнастика, массаж активных точек.
7. Наличие вопросов, связанных со здоровьем.
8. Наличие мотивации деятельности учащихся.
9. Психологический климат на уроке – взаимоотношения между учителем и детьми (комфорт, сотрудничество,)
10. Эмоциональные разрядки: шутки, улыбки.
11. Плотность урока: 60 – 80% учебная работа.
12. Темп окончания урока: спокойный.



# Литература

- Менчинская Е.А. Основы здоровьесберегающего обучения в начальной школе.-Москва «Вентана-Граф», 2008.
- Базарный В.Ф. Нервно-психическое утомление учащихся в традиционной школьной среде.-Сергиев Посад, 1995
- Ксензова Г.Ю. Инновационные технологии обучения и воспитания школьников: Учебное пособие.- М.: Педагогическое общество России, 2005.-128 с.
- Новые педагогические и информационные технологии в системе образования: Учебное пособие / Под ред. Е.С. Палат.- М.: Академия, 2005.- 272 с.

