

*Формирование  
здоровьесберегающей среды на  
уроках*

**Подготовила Бортникова  
Г.В.**

# Разрешение противоречий

Возрастные,  
индивидуальные  
особенности  
учащихся



Содержание и объем учебного  
материала

Методы и формы учебно-  
педагогической деятельности



Сохранение умственной и физической  
работоспособности

□ Реализация целей обучения, развития и  
воспитания здоровой личности

# **Здоровьесберегающие технологии -**

**это совокупность приемов,  
методов, методик, средств  
обучения и подходов к  
образовательному процессу,  
при котором выполняются как  
минимум 4 требования:**

# Требования:

учет индивидуальных особенностей ребенка,

Научение ребенка самостоятельно защищать себя от стрессов, обид, оскорблений, обучение его средствам психологической защиты.

Недопускание чрезмерной, изнуряющей интеллектуальной, эмоциональной нагрузки при освоении учебного материала;

Обеспечение такого подхода к образовательному процессу, который гарантировал бы поддержание только благоприятного морально-психологического климата в классном коллективе;

Основополагающие принципы  
здоровьесберегающей деятельности:

**Здоровый ребенок - практически достижимая норма детского развития**

**Оздоровление – не совокупность лечебно-профилактических мер, а форма развития психофизиологических возможностей детей**

**Индивидуально-дифференцированный подход – основное средство оздоровительно-развивающей работы с учащимися**

# *Личностно-ориентированный подход*



□ Обучение в сотрудничестве

□ Проектная методика

□ Дифференцированное обучение

□ Коллективный способ обучения

□ Методика критического мышления

□ Информационные технологии

# Организация учебной деятельности:

- *Строгая дозировка учебной нагрузки*
- *Построение урока с учетом динамичности учащихся, их работоспособности*
- *Соблюдение гигиенических требований*
- *Благоприятный эмоциональный настрой*

# **УЧЕТ ДИНАМИКИ РАБОТОСПОСОБНОСТИ НА УРОКЕ**

**1 фаза**

- **вработывание (5-7 минут)**

**2 фаза**

- **оптимальной работоспособности (15-20 минут)**

**3 фаза**

- **преодолеваемого утомления**

# СОЗДАНИЕ КОМФОРТНЫХ УСЛОВИЙ НА УРОКЕ



ТЕМПЕРАТУРА И СВЕЖЕСТЬ ВОЗДУХА



РАЦИОНАЛЬНОСТЬ ОСВЕЩЕНИЯ КЛАССА И ДОСКИ



ИСКЛЮЧЕНИЕ МОНОТОННЫХ ЗВУКОВЫХ РАЗДРАЖИТЕЛЕЙ



ПРАВИЛЬНОЕ РАЗМЕЩЕНИЕ УЧЕНИЧЕСКИХ СТОЛОВ

# **Индивидуально- дифференцированный подход**

***Работа в индивидуальном темпе***

***Использование источников информации***

***Возможность обратиться за помощью***

***Высказывание и аргументирование своего мнения***

***Отсутствие страха ошибиться***

***Положительная мотивация, сознательное отношение к учебной деятельности***

# Организация учебной деятельности:

- *Строгая дозировка учебной нагрузки*
- *Построение урока с учетом динамичности учащихся, их работоспособности*
- *Соблюдение гигиенических требований*
- *Благоприятный эмоциональный настрой*

# ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МОМЕНТЫ

**РАЗВИТИЕ  
ВООБРАЖЕНИЯ  
УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ГЛАЗ**

**ФИЗКУЛЬТМИНУТКИ ДОЛЖНЫ  
ВПЛЕТАТЬСЯ В КАНВУ УРОКА**





# Синквейн

Одно  
существительное

- тема синквейна

Два  
прилагательных

- раскрывающих тему синквейна

Три глагола

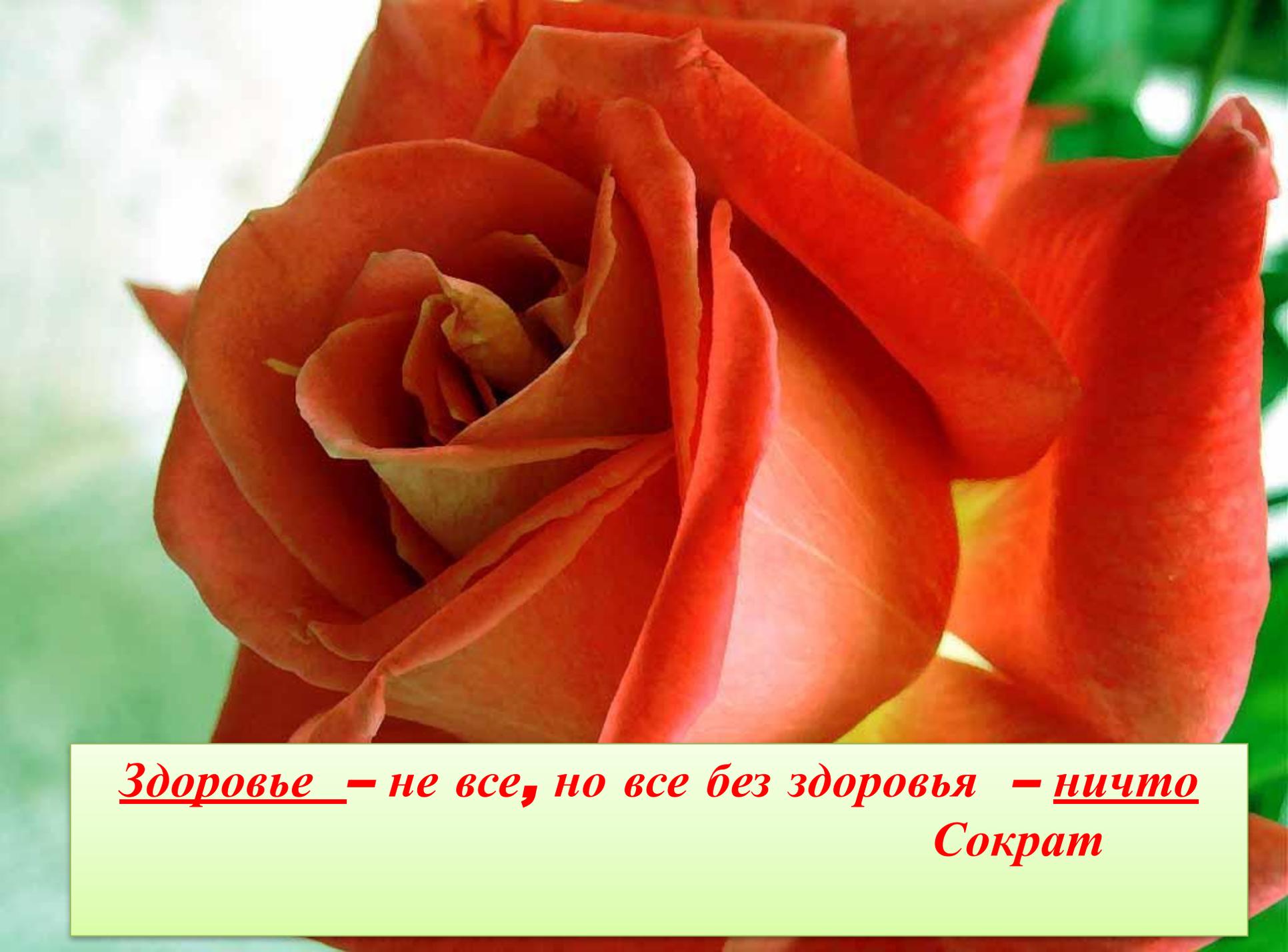
- описывающих действия,  
относящиеся к теме синквейна

Фраза

- отражающая отношение к теме

Слово-резюме

- выражающая отношение к теме  
синквейна



*Здоровье – не все, но все без здоровья – ничто  
Сократ*