



Использование здоровьесберега ющих технологий

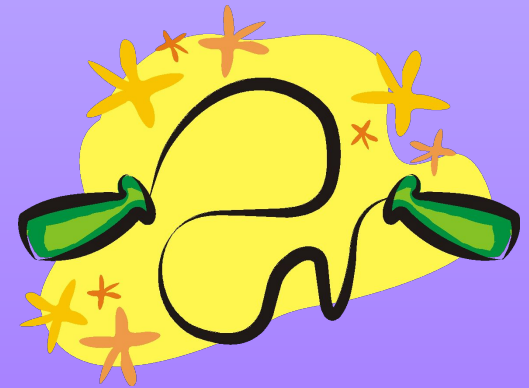


Пономаренко Л.В.
учитель начальных классов
МОУ «СОШ № 14»
Алтайский край, г. Яровое

- Положительный эмоциональный настрой на уроке (снимает страх, создаёт ситуацию успеха)
- Самомассаж (улучшает кровообращение, снимает мышечное напряжение)
- Гимнастика:
 - пальчиковая** (снимает нервно-психическое напряжение в руке и скованность, развивает мелкую моторику, что способствует развитию речи)
 - дыхательная** (помогает повысить возбудимость коры больших полушарий мозга, активизирует деятельность)
 - для глаз** (полезна в целях профилактики нарушения зрения, снятия напряжения)



- Физкультминутка
(снимает напряжение общей моторики)
- Смена видов деятельности
- Игра, игровые моменты
- Наглядность
- Оптимальный темп ведения урока
- Подача материала наиболее доступным рациональным способом



Воспитательная работа

Воспитание
здорового
образа жизни







2008/10/31 11:12











Праздник здоровья

Пономаренко Л. В.
учитель начальных классов
МОУ «СОШ № 14»
Алтайский край, г. Яровое



Классный час

Здоровый сон

Классные часы:

- Кто курит табак, сам себе враг
- Здоровье сгубишь – новое не купишь
- Хорошие зубы – залог здоровья
- Вредные привычки

Конкурсы:

- Плакатов о вреде курения
- Рисунков «Я за здоровый образ жизни»



Деньги потерял – ничего не
потерял.

Время потерял – много потерял.

Здоровье потерял – **всё**
потерял.

