

**Формирование
адаптивной среды
через использование
здоровьесберегающих
технологий**

Заболотникова И.А.,

учитель английского языка

*МОУ «Троицкая средняя общеобразовательная
школа №2»*

Цель:

Разработать систему условий адаптивной образовательной среды на основе освоения и реализации технологий здоровьесбережения.

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ

- ОПТИМИЗАЦИЯ СОДЕРЖАНИЯ
- ЦЕЛЕНАПРАВЛЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ УРОКА



МЕТОДЫ



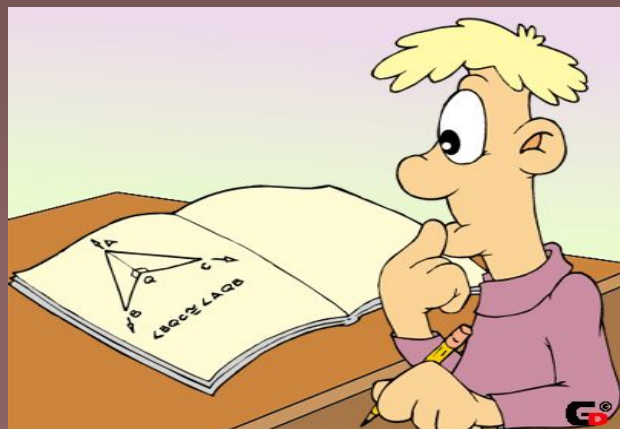
- УЧЕТ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ
- ДИФФЕРЕНЦИРОВАННЫЙ ПОДХОД
- ПОДДЕРЖАНИЕ ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО ИНТЕРЕСА
- ПРИНЦИП ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ

УРОК - ЗОНА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОМФОРТА



ПОЛОЖИТЕЛЬНОЕ ОТНОШЕНИЕ
РЕБЕНКА К СЕБЕ

ПОЛОЖИТЕЛЬНОЕ ОТНОШЕНИЕ
РЕБЕНКА К СЕБЕ



МИКРОКЛИМАТ НА



УСТЬ В
СЕБЕ,
В СВОИХ
СИЛАХ

МЕТОДЫ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ РАСКАЧКИ:

- Упражнение «Комплименты»
- Игра «Вам – сообщение»
- Игра «Подарок»
- Задания «Поделись радостью»,
«Нарисуй свое настроение»



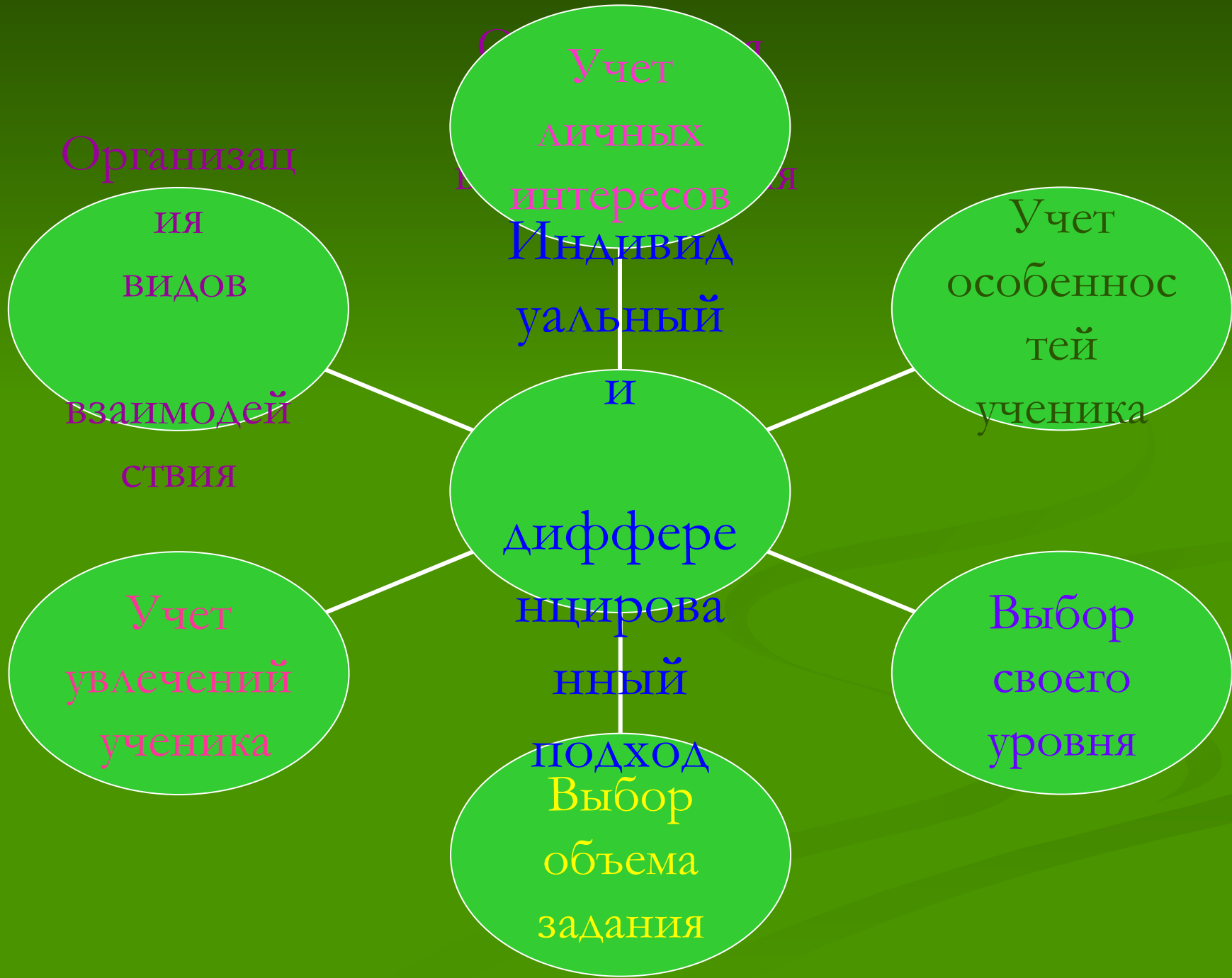
Медитативно-релаксационные упражнения

- Упражнение «Я вижу, я слышу, я чувствую»
- Упражнение «Деревянная кукла»
- Упражнение на релаксацию и визуализацию

Благоприятный микроклимат

- Вербальная похвала
- Невербальные методы поощрения





Двигательна
я
активность
учеников

Улучшение
овладением
языковым
материалом

Снятие
усталости

Повышен
ие
мотивации

Поддержание интереса

игры

Занимательные уроки
или элементы

Метод проектов

Структура рациональной организации урока

№	Факторы урока	Уровень гигиенической рациональности
1.	Плотность урока	Не менее 60% и не более 75%
2.	Число видов уч. деятельности	4 – 7
3.	Средняя продолжительность	Не более 10 минут
4.	Частота чередования видов	Через 7 -10 минут
5.	Число видов преподавания	Не менее 3
6.	Количество эмоциональных разрядок	2 - 3

РЕЗУЛЬТАТ:



- более высокий уровень настроения, оптимизма
- более низкий уровень фоновой тревожности