

**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

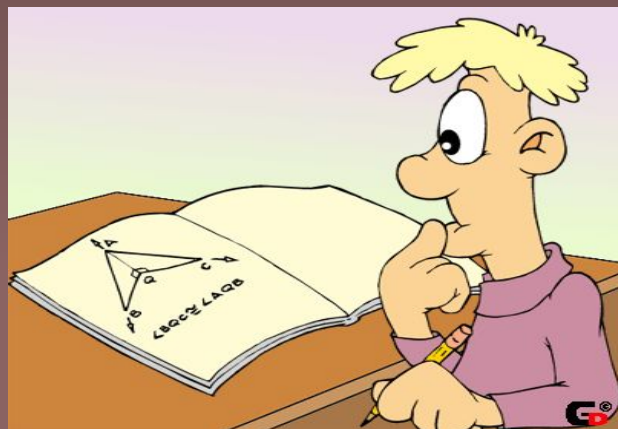


- УЧЕТ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ
- ДИФФЕРЕНЦИРОВАННЫЙ ПОДХОД
- ПОДДЕРЖАНИЕ ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО ИНТЕРЕСА
- ПРИНЦИП ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ

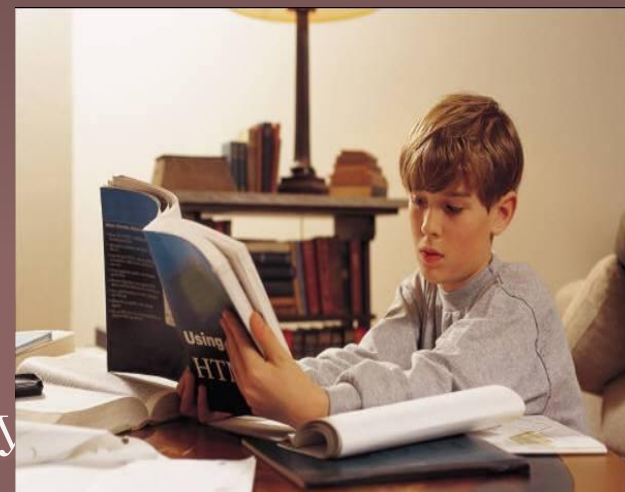
УРОК - ЗОНА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОМФОРТА



ПОЛОЖИТЕЛЬНОЕ ОТНОШЕНИЕ
РЕБЕНКА К СЕБЕ
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»



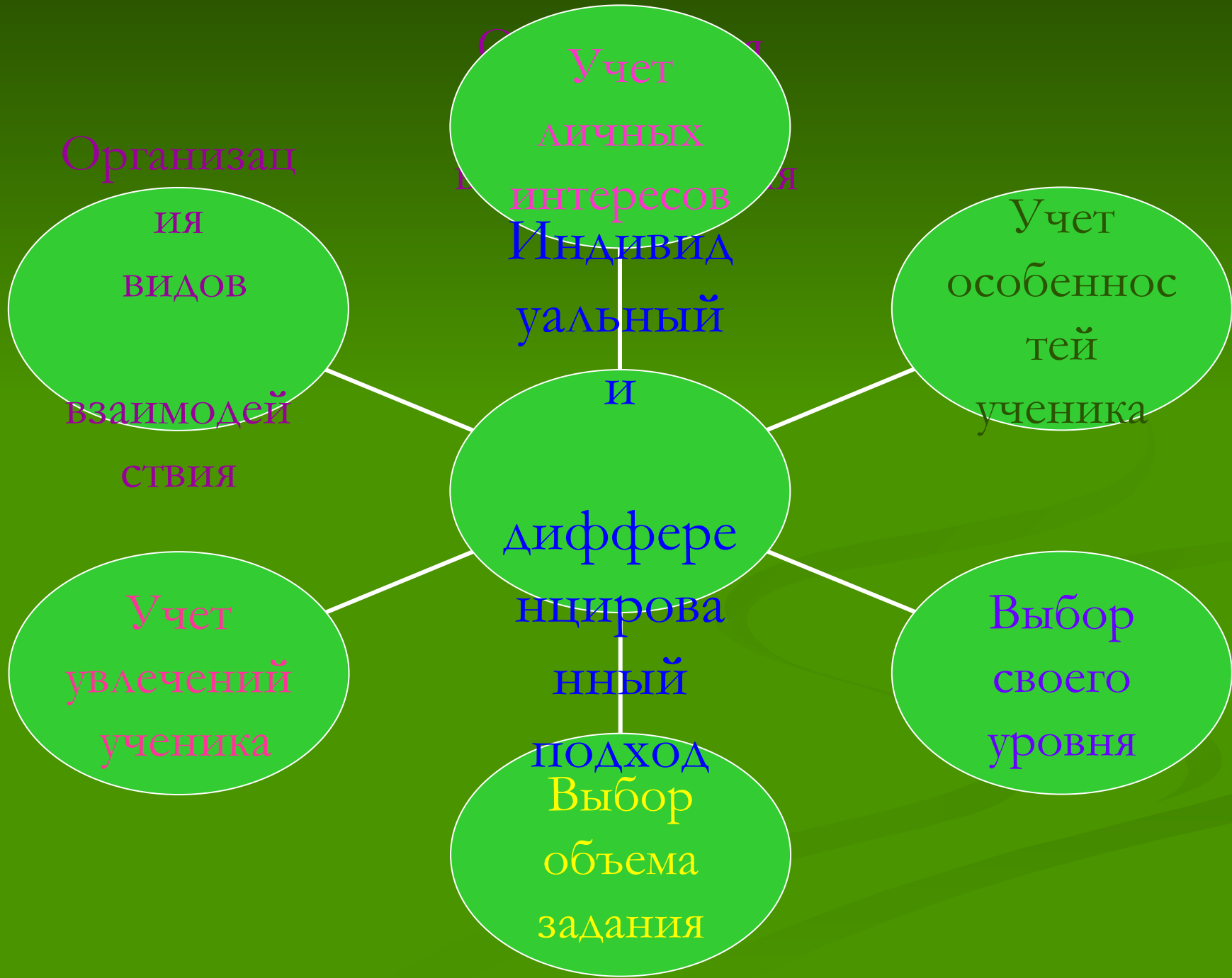
Медитативно-релаксационные упражнения

- 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