



«У меня это хорошо получается»



Воробьева Светлана Владимировна
Учитель начальных классов
МАОУ «Школа №31»

Здоровьесберегающие технологии

- Пальчиковая гимнастика
- Гимнастика для глаз
- Спортивные подвижные игры
- Оформление кабинета
- Ритмика
- Контроль посадки на уроках
- «Уроки здоровья»
- Эмоциональные разрядки



Гимнастика
для глаз

Уроки
здоровья

Эмоциональн
ая разрядка

Контроль
посадки на
уроках



Пальчиковая
гимнастика

Ритмика

Оформление
кабинета

Спортивные
подвижные
игры

Эмоциональная разрядка

Эмоциональные разрядки — это расслабление или снижение тонуса после напряженной умственной деятельности. В качестве релаксации можно использовать:

- Минутки юмора
- Песни и танцы
- Небольшие игры.



Эмоциональная разрядка



Минутки юмора

- Шутливые задачки
- Придумывание историй



Песни и танцы

- Буги-вуги
- Колесики



Небольшие игры

- «Повторяй за мной!»
- «Как живешь»



Здоровый ученик = счастливый ученик!



Спасибо за внимание!