

ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ КАК КОМПОНЕНТ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ НА УРОКАХ ИНФОРМАТИКИ И ИКТ

*Морозова Ж.И.
МОУ «Волоконовская средняя
общеобразовательная школа №1 Волоконовского
района Белгородской области»*

Здоровьесберегающие технологии на уроках информатики направлены:



на становление и
сохранение
физического
здоровья
учащихся

на становление и
сохранение
социального
здоровья
учащихся

на становление и
сохранение
духовного и
нравственного
здоровья
учащихся

Приемы работы, направленные на становление и сохранение физического здоровья

- -Улыбнитесь, как будто вы получили пятерку и очень собой довольны.
- -Сядьте так, как будто вы очень устали и вам хочется отдохнуть.
- -А теперь встаньте и покажите, как распускается цветок.
- -А теперь покажите, как ветер качает дерево.
- -Покажите, как вы собираете ягоды, заглядывая под каждый листик.
- -А теперь сядьте за парту так, как будто вы пр или принцесса, а парта – ваш трон.
- Как хорошо вы действиями передавали информацию!



Упражнения для предупреждения зрительного утомления:



- *Исходное положение – сидя, откинувшись на спинку стула, прикрыть веки, крепко зажмурить глаза, открыть веки. Повторить 5-6 раз.*
- *Исходное положение – сидя, руки вперед, посмотреть на кончики пальцев, поднять руки вверх (вдох), следить глазами за руками не поднимая головы, руки опустить (выдох). Повторить 4-5 раз.*
- *Исходное положение - сидя, поднять глаза вверх, сделать ими круговые движения по часовой стрелке, затем против часовой. Повторить 5-раз.*
- *Исходное положение - сидя. Смотреть на классную доску 2-3 секунды, перевести взор на кончик носа на 3-5 секунд. Повторить 6-8 раз.*
- *Исходное положение сидя, закрыть веки. В течение 30 сек. массировать их кончиками указательных пальцев.*

Приемы работы, направленные на становление и сохранение социального здоровья учащихся



- создавать ситуации, способствующие творческому развитию и проявлению индивидуальных способностей;
- развивать навыки общения в различных ситуациях взаимодействия, прежде всего, умение слушать других, работать с людьми разных ценностных ориентаций в режиме взаимоуважения;
- развивать речь учащегося в диалоге, дискуссиях, свободной беседе;
- развивать самостоятельность мыслей и поступков, формировать социальную активность и ответственность.

Приемы работы, направленные на становление и сохранение нравственного и духовного здоровья учащихся



- развитие понимания и принятия общечеловеческих ценностей;
- развитие мировоззренческой позиции школьника;
- формирование социального опыта ребенка.

Личность ребенка
и его здоровье - абсолютная
ценность на Земле.