

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №24» г. Рязани

**Применение
здоровьесберега
ющих
технологий на
уроках физики и
математики**



Подготовили: учитель математики Филина
О.Д.
учитель физики Шершнева О.А.

Рязань
2012



Здоровьесберегающие образовательные технологии – это технологии, использование которых в образовательном процессе идет на

г. • Опережающее обучение

ащихся.

• Уровневая

дифференциация

• Нормированное домашнее задание

• Подача материала крупными блоками

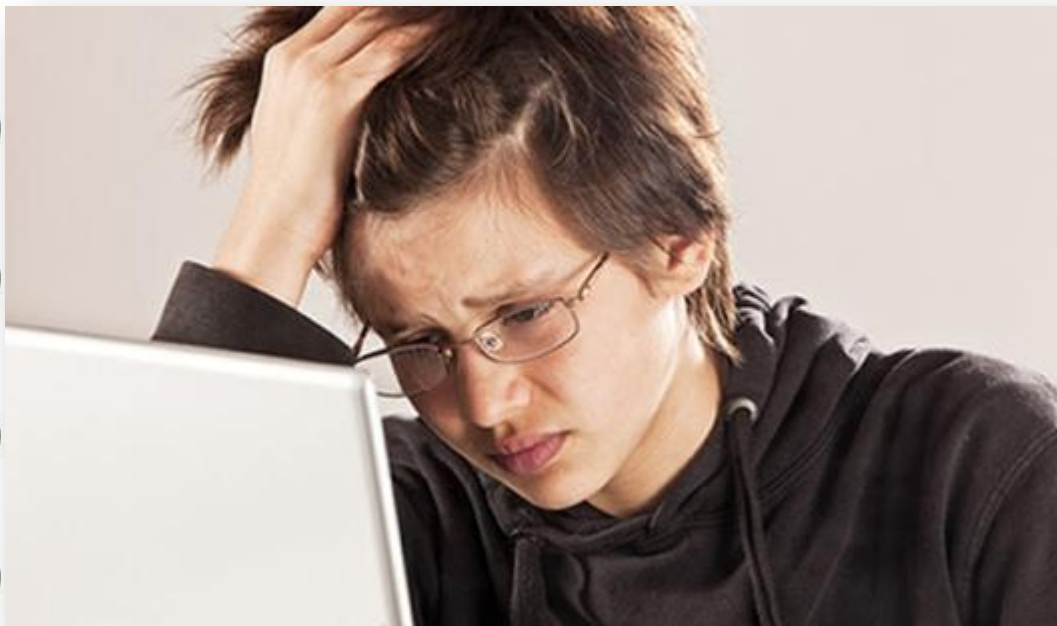


• Обеспечение психологической поддержки обучающихся

• Использование учебных тренингов для укрепления памяти и отработки учебных навыков

• Физкультминутки и другие оздоровительные моменты на уроке

✓ *Возрастание учебной нагрузки, повышение утомляемости на уроке*



**✓ Неумение учащихся самостоятельно
преодолевать усталость**



✓ *Повышенная степень тревожности из-за боязни не быть успешным*



✓ Однообразие видов деятельности



Цели

- **обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе,**
- **сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни,**
- **научить использовать полученные знания в повседневной жизни.**



Задачи:

- **создать каждому ученику необходимые и достаточные условия личностного развития;**
- **предоставить учащимся многообразные знания и виды деятельности для опробывания своих сил и возможностей, проявления интересов и склонностей;**
- **перейти от пассивных форм обучения к деятельному с вовлечением учащихся в самостоятельную познавательную деятельность;**
- **формировать физически здоровую толерантную личность, способную свободно адаптироваться в современном мире.**

Организация урока
на основе принципов
здоровьесбережения

Правильная организация урока

- **учет критериев здоровьесбережения,**
- **мотивация к обучению,**
- **взаимный интерес в процессе урока.**

*Методы, приёмы и формы обучения,
способствующие сохранению и укреплению
здоровья учащихся*

- *подготовка кабинета к работе*



**Благотворно на здоровье и настроение
влияет озеленение кабинета**

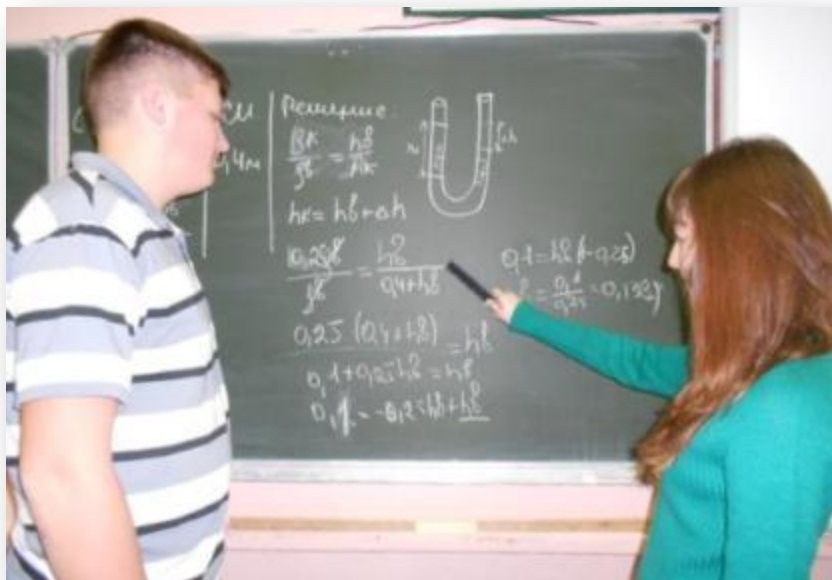
Методы, приёмы и формы обучения, способствующие сохранению и укреплению здоровья учащихся

- *приветствие*



Методы, приёмы и формы обучения, способствующие сохранению и укреплению здоровья учащихся

- *профилактика стрессов*



Методы, приёмы и формы обучения, способствующие сохранению и укреплению здоровья учащихся

- **объяснение материала**

Например, **«запоминалки»** для учащихся:

"Массу мы легко найдем,
умножим плотность на объем».

Пример - запоминание числа Пи:

«Это я знаю и помню прекрасно.

Пи многие знаки мне лишни, напрасны».

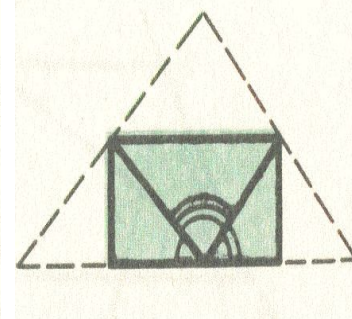
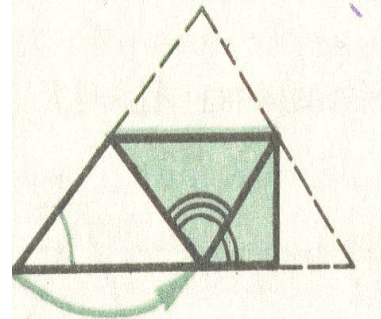
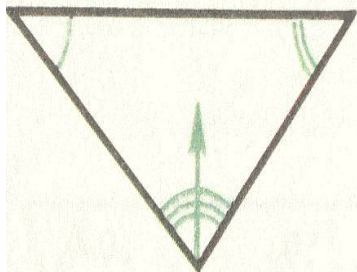
Загадка при изучении темы
«Атмосферное давление»:

На стене висит тарелка,
По тарелке ходит стрелка.
Эта стрелка наперед
Нам погоду узнает.



Чему равна сумма углов треугольника?

Попробуй ответить на этот вопрос с помощью практической работы



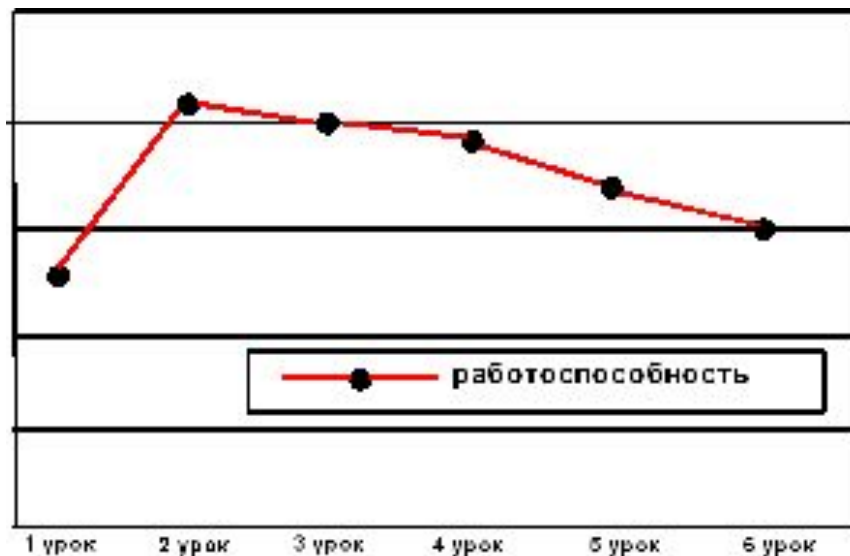
Вырежь из бумаги произвольный треугольник и, выполняя перегибания его, как показано на рисунке, убедись, что сумма углов треугольника равна...

Распределение интенсивности умственной деятельности

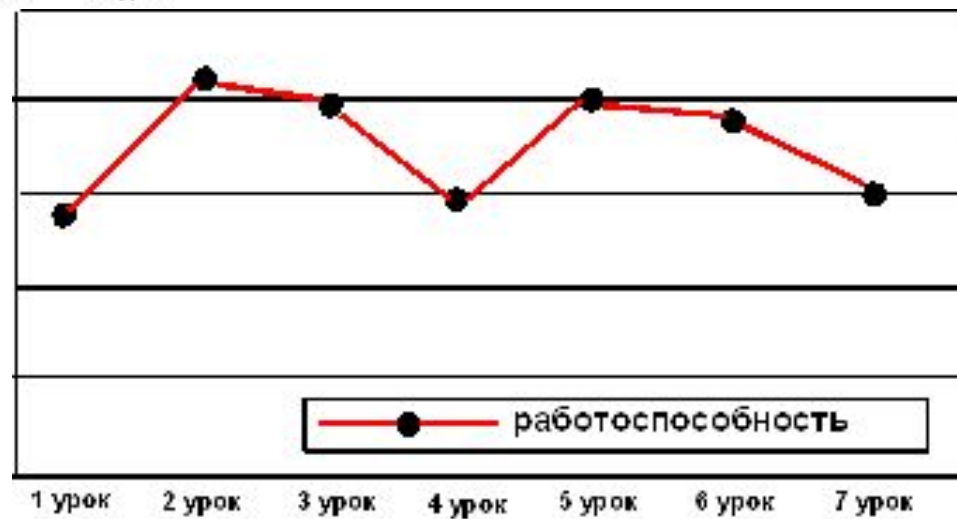
Часть урока	Время	Нагрузка	Деятельность
<u>1 этап</u> Врабатывание	5 мин	Относительно невелика	Репродуктивная, переходящая в продуктивную. Повторение.
<u>2 этап</u> Максимальная работоспособность	20 – 25 мин	Максимальное снижение на 15 мин	Продуктивная, творческая, знакомство с новым материалом.
3 этап Конечный порыв	10 – 15 мин	Небольшое повышение работоспо- собности	Репродуктивная, отработка узловых моментов пройденного.

Работоспособность в течение учебного дня

1-6 классы



7-11 классы



Методы, приёмы и формы обучения, способствующие сохранению и укреплению здоровья учащихся

- *смена видов деятельности*



Методы, приёмы и формы обучения, способствующие сохранению и укреплению здоровья учащихся

- **наглядность**



Чему равна сила тяжести, действующая на ЭТИХ ЖИВОТНЫХ ?

Для выбора задачи щелкните по рисунку



$m=6$
кг



$m=40$ кг



$m=400$ кг



$m=2$ т



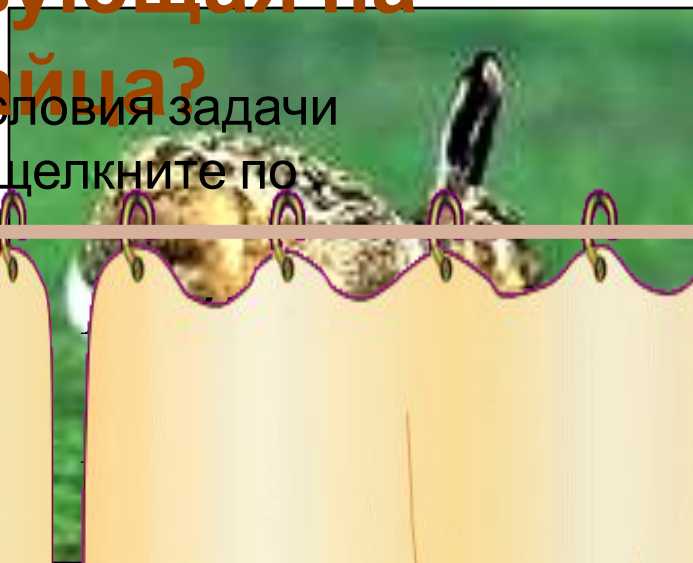
$m=4$
т

Чему равна сила тяжести,

$m = 5$ действующая на

зайца?
Для просмотра условия задачи или ее решения щелкните по

шторке



$F_{тя}$

Ж

НАЗАД

Психофизиологическое действие цвета



Бодрит, веселит, оживляет



Радует ободряет активизирует



Лишает воли, наводит легкую грусть



Стимулирует воображение, создает иллюзии,



Успокаивает, уравнивает

Методы, приёмы и формы обучения, способствующие сохранению и укреплению здоровья учащихся

- *динамические паузы*

Физкультминутка при изучении темы «Инерция» в 7 классе: «Представьте, что вы пассажиры автобуса, давайте выберем водителя. Я говорю, как едет автобус, а вы наклонами туловища покажите, что с вами будет происходить в следующих случаях.

1. Автобус резко начинает движение вперед.
2. Автобус поворачивает вправо.
3. Автобус резко тормозит.
4. Автобус снова разгоняется.
5. Автобус поворачивает влево.
6. Автобус тормозит.

Приехали!»



Зарядка для глаз

Посчитаем уток



Зарядка для глаз

Ответ: 9 уток



Методы, приёмы и формы обучения, способствующие сохранению и укреплению здоровья учащихся

• задачи, связанные с изучением здоровья

ф тема «Инерция»

из Почему нельзя переходить дорогу перед близко идущим транспортом?

ик Мальчик играл на тротуаре с мячом. Неожиданно мяч выкатился на дорогу. Чтобы поймать мяч и вернуться назад, необходимо 7 секунд. Какой путь пройдет за это время машина, движущаяся со скоростью 60 км/ч?

а тема «Глаз. Зрение. Очки»

дать рекомендации по сохранению нормального зрения.

тема «Волны»

показать последствия громких звуков, шумов на человека.

**ма
те
ма
т
ик
а**

Решение задач на проценты



Задача от витамина С

Одна сигарета разрушает 25 мг витамина С. Дневная норма приема витамина С 500 мг. Сколько витамина ворует у себя тот, кто выкуривает 14 сигарет в день?

Сколько витамина С у него остается?

Решение. 1) $25 \cdot 14 = 350$ мг.

2) $500 - 350 = 150$ мг.

Ответ: 350 мг; 150 мг.



Отделение сердечно- сосудистых

заболеваний
30 больных перенесли инфаркт (нарушение питания участка сердечной мышцы и его омертвение). Известно, что среди них 80% курящих. Сколько человек могли бы быть здоровыми?

*Решение. $30 : 100 \cdot 80 = 24$
здоровых человека.*

Ответ: 24.



Методы, приёмы и формы обучения, способствующие сохранению и укреплению здоровья учащихся

- эмоциональные разрядки*



Нам радостно, нам весело!
Смеёмся мы с утра.
Но вот пришло мгновение,
Серьёзным стать пора.
Глазки прикрыли, ручки сложили,
Головки опустили, ротики закрыли.
И затихли на минутку,
Чтоб не слышать даже шутку,
Чтоб не видеть никого,
А себя лишь одного!

Методы, приёмы и формы обучения, способствующие сохранению и укреплению здоровья учащихся

• личный пример учителя

*Благодаря позитивному примеру
учителя дети овладевают*

- способами делового и личностного общения,*
- сотрудничества,*
- принятия иной точки зрения,*
- умением слышать и слушать,*
- умением понять и принять другого человека, что помогает развитию коммуникативных навыков, толерантности,*
- овладевают способами формирования правильной осанки.*



Методы, приёмы и формы обучения, способствующие сохранению и укреплению здоровья учащихся

- *рефлексия*

Желательно, чтобы завершение урока было спокойным: учащиеся имели возможность задать учителю вопросы, учитель мог прокомментировать задание на дом.



*Методы, приёмы и формы обучения,
способствующие сохранению и укреплению
здоровья учащихся*

- *домашнее задание*



Уважаемые коллеги!

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ СРЕДА – ЭТО СРЕДА ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

- Не спешите ставить отметку, особенно плохую.
- Делайте ребенку замечания так, чтобы не уронить его авторитет в классе, лучше конфиденциально, выражая не свое раздражение, а желание помочь.
- Не делайте бесконечные замечания.
- Проследите, сколько слов с частицей «НЕ» у Вас в речи. Это - тоже форма психологического насилия.
- Помощь не должна быть навязчивой, предлагайте ее, если ребенок мотивирован на нее.
- Не сравнивайте одного ребенка с другим, более успешным в настоящее время.
- Оптимистически прогнозируйте учебную деятельность ребенка.
- Создавайте ситуации успеха для каждого ребенка.
- Пытайтесь разобраться в причинах неудач ребенка.

Уважаемые коллеги!

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ СРЕДА – ЭТО СРЕДА ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

- **Помните, что знания и умения ребенка, приобретаемые в школе – еще не вся его жизнь; самое главное - каким он вырастет человеком, гражданином, семьянином, не потеряет ли любовь к познанию, саморазвитию.**
- **Ребенок имеет право быть не таким, каким хотите его видеть Вы.**
- **Помните, что проблемы ребенка с учебой и поведением всегда носят комплексный характер.**
- **Если вы не можете научить ребенка, это еще не значит, что он не обучаем или Вы – плохой специалист. Там, где есть общение людей, бывают случаи плохой психофизиологической совместимости. Может быть, у другого педагога этот ребенок будет успешнее.**
- **Никогда не рассказывайте родителю одного ребенка о проблемах чужого ребенка (или его родителей).**

Уважаемые коллеги!
**ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ СРЕДА – ЭТО
СРЕДА ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

Заботьтесь о здоровье детей, включайте физкультминутки и динамические паузы, следите за чистотой в классе, температурным режимом, освещенностью, что прямо влияет на здоровье учеников. Приучайте своих учащихся к здоровому образу жизни. Будьте для них ярким примером.



Спасибо за внимание!

