

# **ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ**

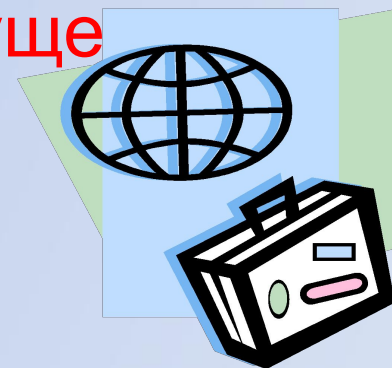
**на уроках русского  
языка и литературы**



Русский язык в умелых  
руках и в опытных  
устах— красив, певуч,  
выразителен, гибок,  
послушен, ловок и  
вместителен.

*А. И. Куприн*

Здоровье школьников  
– это политика, в  
которой воплотится  
наше будущее



**Здоровьесберегающие технологии – это система мер по охране и укреплению здоровья учащихся, учитывающая важнейшие характеристики образовательной среды и условия жизни ребенка, воздействующие на здоровье.**

# Важная составная часть здоровьесберегающей работы педагога – это рациональная организация урока.

Показателем рациональной организации учебного процесса являются:

**1. Объем учебной нагрузки** – количество уроков и их продолжительность, включая затраты времени на выполнение домашних заданий;

**2. Нагрузка от дополнительных занятий в школе;**

**3. Занятия активно-двигательного характера:**  
динамические паузы, уроки физической культуры, спортивные мероприятия.

Для повышения умственной работоспособности детей, предупреждения преждевременного наступления утомления и снятия у них мышечного напряжения проводятся:

1. физкультминутки;
2. определение психологического климата на уроке;
3. эмоциональная разрядка;
4. наблюдение за правильностью позы и осанки учащихся;
5. чередование видов работ на уроке

# **Здоровьесберегающее обучение направлено на:**

- обеспечение психического  
здоровья учащихся.**

# Достигается через:

- **учет особенностей класса** (изучение и понимание человека);
- **создание благоприятного психологического фона** на уроке;
- **использование приемов**, способствующих появлению и сохранению интереса к учебному материалу;
- **создание условий для самовыражения** учащихся;
- **инициацию разнообразных видов деятельности**;
- **предупреждение гиподинамии.**

# Приводит к :

- предотвращению усталости и утомляемости;
- повышению мотивации к учебной деятельности;
- приросту учебных достижений.

**Применение некоторых  
образовательных  
технологии по их  
здоровьесберегающей  
направленности.**



**Личностно-ориентированные**, где в центр образовательной системы ставится личность ребёнка, старается обеспечить комфортные условия её развития и реализацию природных возможностей.

# ***Педагогика***

***сотрудничества*** – её можно  
рассматривать как создающую  
все условия для реализации  
задач сохранения и  
укрепления здоровья  
учащихся и педагогов.

**дифференциации обучения.** Уроки строятся с учетом индивидуальных возможностей и способностей учащегося. Появляется возможность дифференцированно помогать слабому ученику и уделять внимание сильному, более эффективно работать с трудными детьми. Сильные учащиеся активно реализуют своё стремление быстрее продвигаться вперёд и вглубь, слабые – меньше.

на уроках русского языка широко используются для лингвистического анализа, в качестве контрольных, самостоятельных работ тексты, пропагандирующие спорт, разные его виды, туризм.

**При изучении наклонений глаголов** (6 класс) рассматривается режим дня школьника с последующим его обсуждением.

**Изучение числительных** даёт возможность использовать тексты, рассказывающие детям об истории Олимпийских игр, завоёванных медалях нашими спортсменами в разные периоды.

**На уроках литературы** читаем произведения о животных, родном крае и говорим об их сохранении.

**Внедрение в обучение  
здоровьесберегающей  
технологии ведет к снижению  
показателей заболеваемости  
детей, улучшение  
психологического климата в  
коллективах.**