



# Кузьминова Елена Владимировна

учитель начальных классов  
МОУ лицей № 104  
г. Минеральные Воды

«Использование здоровьесберегающих технологий в педагогическом процессе».



## Цель работы:

- Создание здоровьесберегающего пространства, в котором труд, учеба и общение приносят удовлетворение и радость;
- Формирование у всех учащихся позитивной устойчивой индивидуальной картины здоровья как необходимое условие их жизнеспособности и возможности достижения личного и социального успеха;
- Формирование у детей основ культуры питания как составляющей здорового образа жизни;
- Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей

**Здоровьесберегающие технологии** в образовании – организация учебно – воспитательного процесса, позволяющего достичь положительного результата без излишнего напряжения и переутомления учащихся.



**Здоровые дети - здоровая нация!**

# Технологии, наиболее позитивно влияющие на здоровье школьников:



- Игровые технологии;
- Технология создания ситуации успеха;
- Технология уровневой дифференциации;
- Технология проектного обучения;
- Технология группового обучения.



## Урок – главная составляющая часть учебного процесса.



Поэтому на занятиях проводятся динамические паузы: упражнения для глаз, кистей рук и опорно – двигательного аппарата с целью снятия напряжения на уроке, переключения на новый вид деятельности .

**С помощью разнообразных по содержанию подвижных игр, физических упражнений, оптимально дозированных физических нагрузок можно успешно воздействовать на биологическую природу ребенка, укреплять его здоровье.**



Специально организованная двигательная активность оказывает положительное влияние на умственную работоспособность, на развитие зрительного восприятия, внимания и в конечном итоге на успеваемость в школе.



# Использование игр

позволяет решить такую важную задачу, как необходимость компенсации информационной перезагрузки с организацией психологического и физиологического отдыха.

Их **основная цель** – смена деятельности, полноценный и эффективный психологический отдых.





**Одним из первых признаков нежелательного влияния школы на здоровье учащихся – утрата интереса к учебе. Ученик, для которого посещение школы – тяжелое испытание, каждодневно оставляет в стенах школы частичку своего здоровья. Поэтому для поддержания интереса я провожу **нестандартные уроки.****

# Нестандартные уроки

Урок чтения в детской библиотеке



# Урок – экскурсия.



# ПОХОДЫ ВЫХОДНОГО ДНЯ.



## Создание зон релаксации



Озеленение кабинета,  
подбор комнатных растений,  
способствующих очистке  
воздуха от микробов.



# Формирование у детей основ культуры питания как составляющей здорового образа жизни в рамках реализации программы «Разговор о правильном питании».

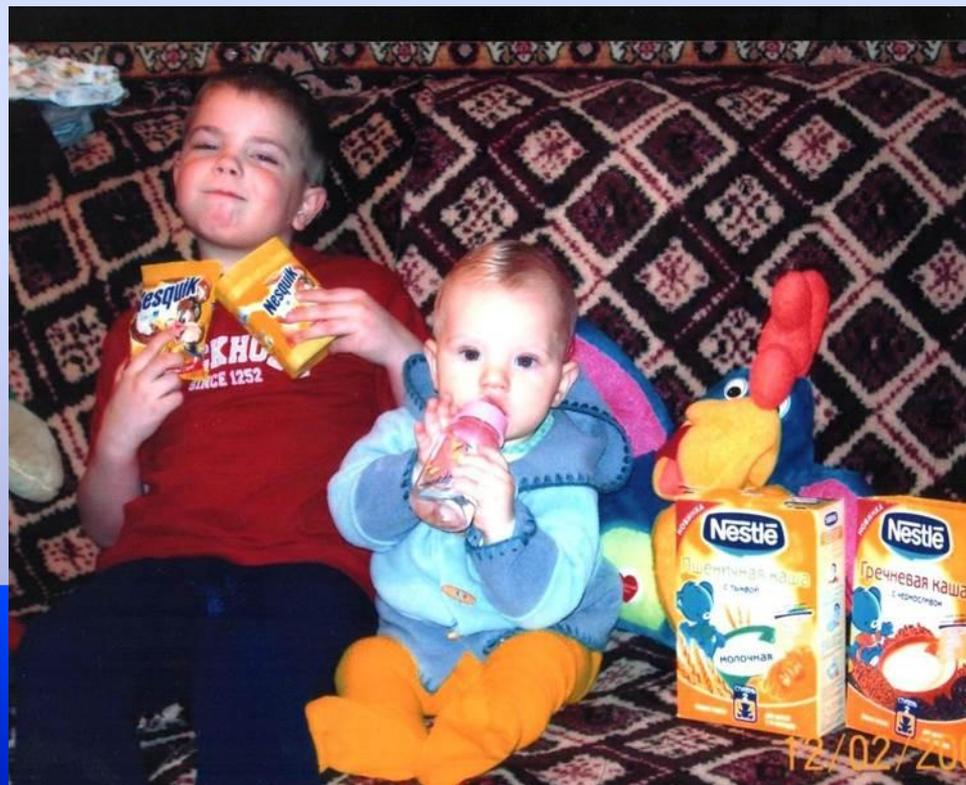
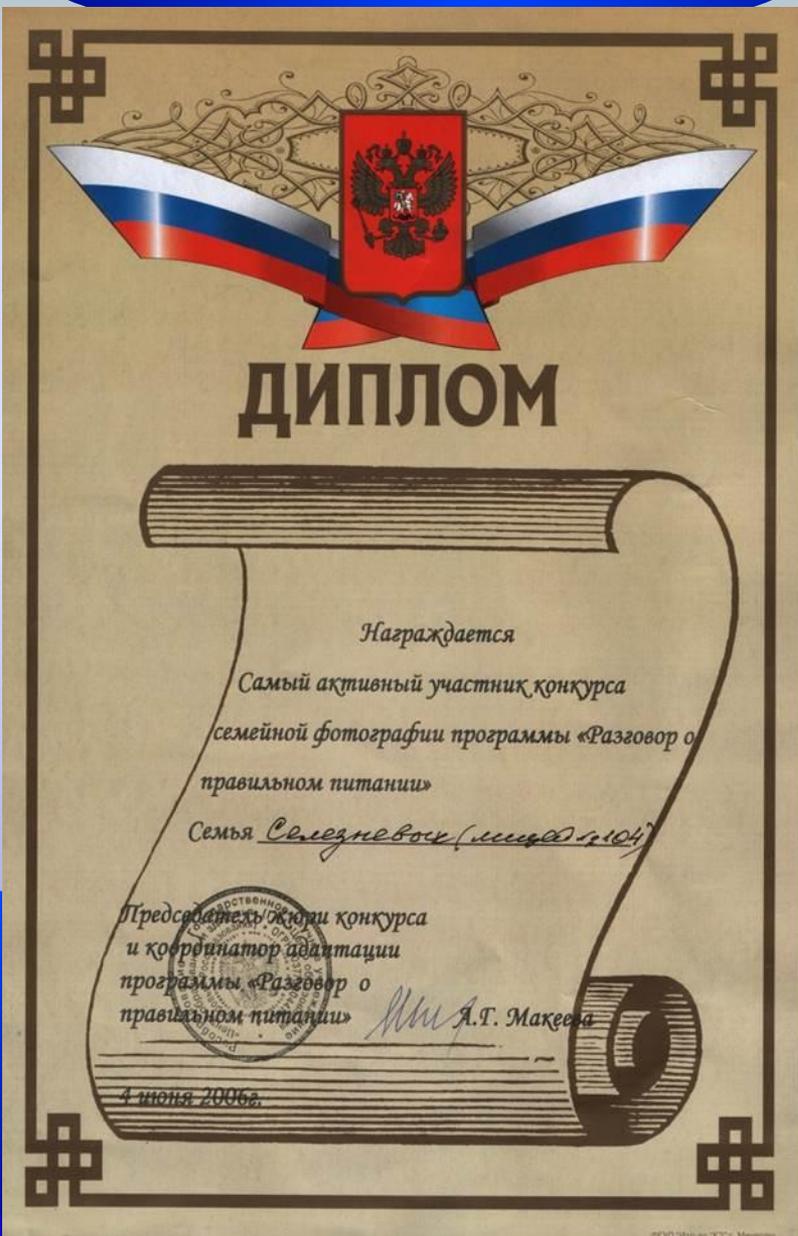


# КОНКУРС КУЛИНАРОВ



- Научились составлять меню жаркого летнего дня и меню холодного зимнего дня.

Принимали активное участие в конкурсе семейной фотографии программы «Разговор о правильном питании»



- Семья Селезневых

# УЧАСТВОВАЛИ В КОНКУРСЕ СЕМЕЙНОЙ ФОТОГРАФИИ "КАК ПИТАЕШЬСЯ, ТАК И УЛЫБАЕШЬСЯ".



# Результаты работы :

- Мои учащиеся стали крепче, энергичнее, более внимательны, улучшилась память, стали меньше болеть и пропускать занятия в школе. А это отражается и на качестве знаний, получаемых детьми на уроках.

