

Здоровьесберегающая педагогика: формы и методы.

Фаизова Альфия Фягимовна
МКОУ СОШ п.Мирный Дергачевского
района Саратовской области

Задачи здоровьесбережения

составить представление о потребностях в гигиене и определить способности каждого ребенка в привитии гигиенических навыков;

сформировать у детей и их родителей понимание необходимости заботы о здоровье;

воспитать у младших школьников сознательное отношение к здоровому образу жизни;

формировать понимание значения занятий спортом, уделять внимание развитию двигательной активности детей.

Параметры здоровьесберегающего образования

1. учёт особенностей класса
2. создание благоприятного психологического фона на уроке
3. использование приёмов, способствующих появлению и сохранению интереса к учебному материалу
4. создание условий для самовыражения учащихся
5. обращение к разнообразным видам деятельности

Рациональная организация уроков

- творческий характер образовательного процесса
- психоэмоциональный комфорт на уроке
- применение нестандартных форм урока
- оздоровительные минутки (гимнастика для глаз, массаж ушей, пальцев рук и др.);
- физкультминутки, музыкальные паузы;
- игровые моменты урока и занимательность;

Рациональная организация уроков

- соответствие учебной нагрузки возрасту и индивидуальным возможностям детей;
- смена умственной и физической деятельности;
- чередование занятий с низкой и высокой двигательной активностью;
- проветривание кабинета перед началом занятий, гигиенические навыки;
- дыхательные упражнения;

Виды оздоровительных минуток

Гимнастика для глаз.

Держи осанку.

Этюд души.

**Самомассаж ушей и
пальцев рук.**

Сотвори себе солнце.

Деревце.

Организация отдыха детей

- подвижные игры малой и средней подвижности;
- музыкальные переменны;
- динамические паузы;
- проветривание и влажная уборка класса

Уроки здоровья

- классный час по профилактике вредных привычек
- классный час по здоровому образу жизни «Уроки Мойдодыра»,
- классный час по правилам безопасности жизнедеятельности
- классный час по ПДД: «Школа пешехода»