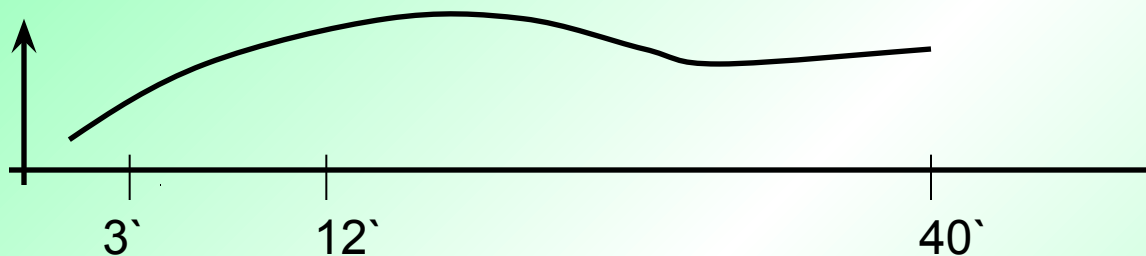


Валеологическое сопровождение урока

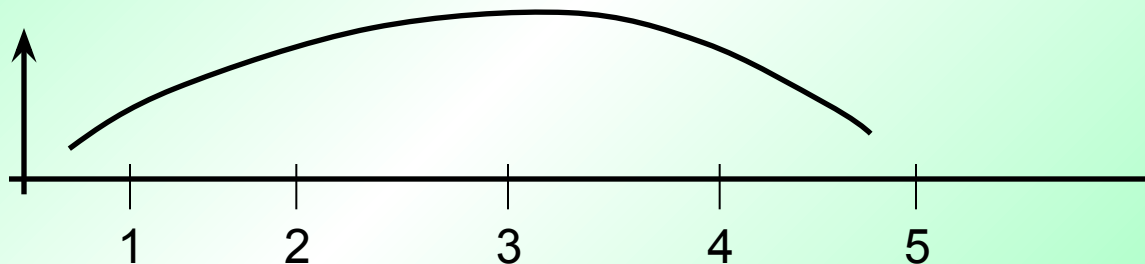
**Елисеенкова Н.Г.,
учитель начальных классов,
МОУ «Школа №3»**

Динамика работоспособности детей в течение:

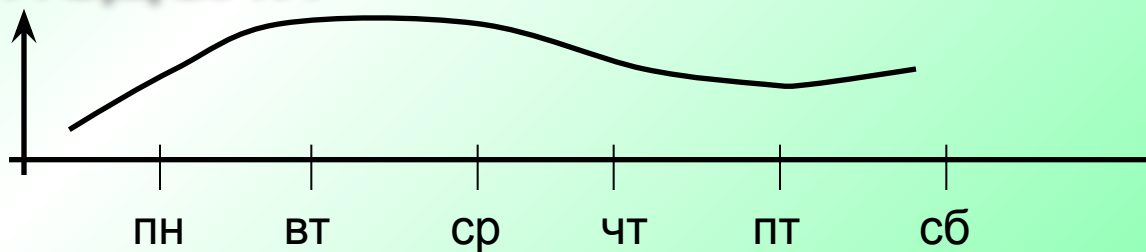
урока



учебного дня



недели



Приемы предупреждения нарушений зрения

- Гимнастика для глаз.
- Использование мела желтого цвета.
- Распределение наглядного материала в пространстве кабинета.



Приемы предупреждения нарушений опорно-двигательного аппарата

- Физминутки.
- «Растем» у доски.
- Учитель отмечает на уроке тех детей, которые правильно сидят за партой.



Приемы снятия умственной утомляемости:

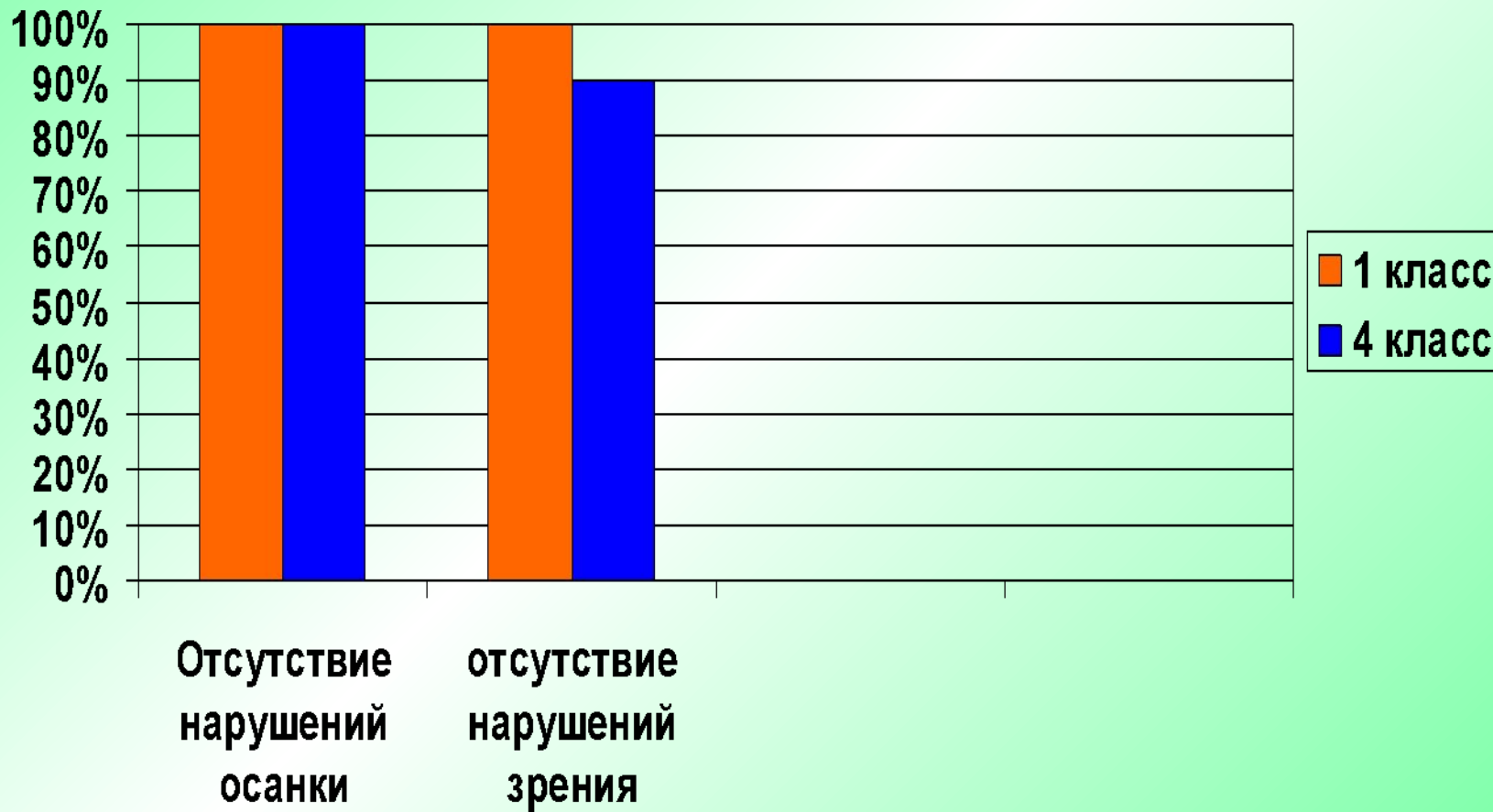
Релаксационные паузы (использование спокойной, приятной музыки, звуков природы; принятие на несколько секунд расслабленной, удобной позы и т.д.)



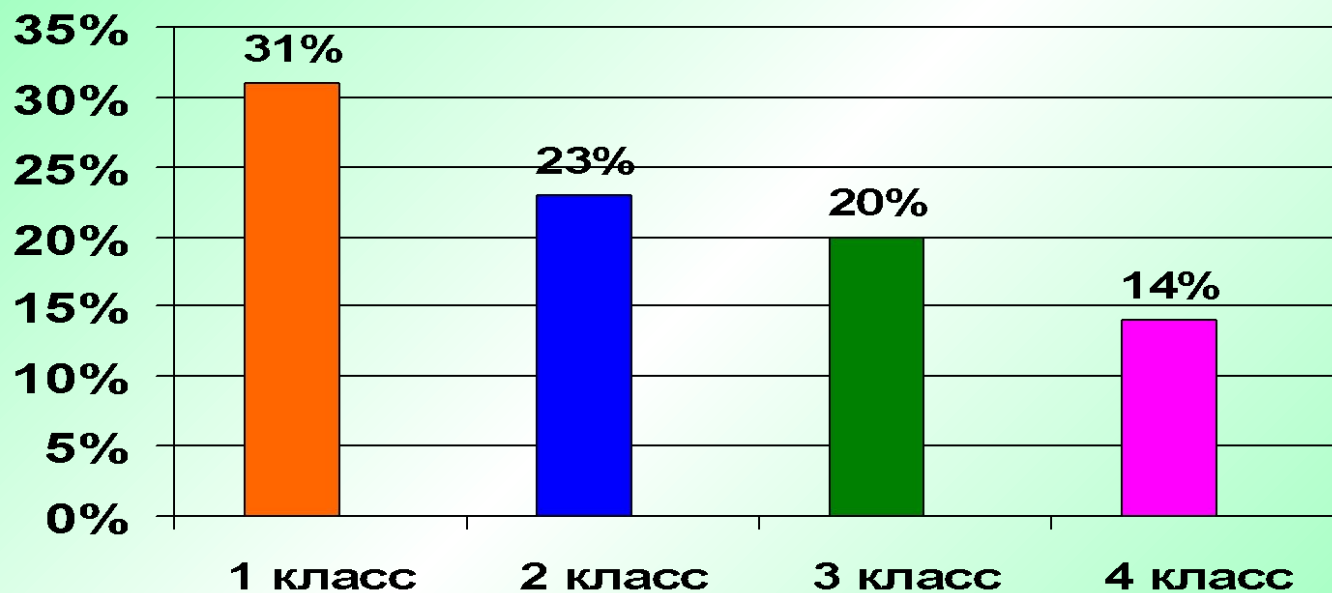
Обеспечение смены видов деятельности (распределение нагрузки на левое и правое полушария головного мозга)



Результаты медицинского обследования



Динамика снижения роста простудными заболеваниями



Спасибо за внимание!