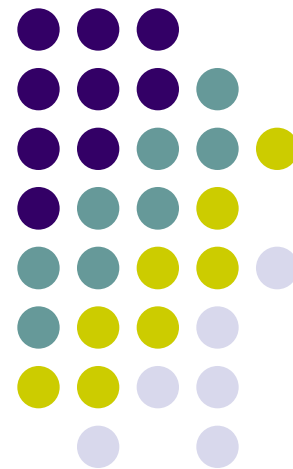


ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЕ ДЕТЕЙ ПЕТРОДВОРЦОВОГО РАЙОНАТ САНКТ-
ПЕТЕРБУГА ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА «ОРАНИЕНБАУМ»

Здоровьесберегающие технологии на занятиях декоративно - прикладного направления

Автор: педагог дополнительного образования,
заведующий культурно - досуговым отделом
Селизар Оксана Петровна



Здоровьесберегающие технологии



- **Здоровьесберегающие технологии** – это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.

Задачи внедрения здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс



- воспитание личностных качеств учащихся, способствующих сохранению и укреплению здоровья
- формирование представления о здоровье как ценности
- мотивация на ведение здорового образа

Основные виды здоровьесберегающих технологий в дополнительном образовании



Основные виды
здоровьесберегающих
технологий

Санитарно-
гигиенические

Психолого-
педагогические

Физкультурно-
оздоровительные

Средства здоровьесберегающих технологий



- **Средства двигательной направленности**
физические упражнения, физкультминутки, эмоциональные разрядки и «минутки покоя», гимнастика (пальчиковая, дыхательная , для профилактики простудных заболеваний, для бодрости), подвижные игры, тренинги и т.д.

- **Оздоровительные силы природы** - проведение занятий на свежем воздухе, способствует активизации биологических процессов, повышает общую работоспособность организма, замедляет утомление и т.д;
- **Гигиенические факторы** - выполнение санитарно - гигиенических требований, регламентированных СанПиНами, личная и общественная гигиена, проветривание и влажная уборка помещения



Методы здоровьесберегающих технологий



- Специфические(характерны только для процесса педагогики оздоровления)
- Общепедагогические (применяемые во всех случаях обучения и воспитания)

Приемы здоровьесберегающих технологий



- Стимулирующие (элементы закаливания, приемы психотерапии и др.)
- Информационно – обучающие(памятки, адресованные родителям, обучающимся, педагогам)
- Защитно-профилактические(личная гигиена, гигиена обучения)
- Компенсаторно – нейтрализующие (физкультминутки, гимнастики, тренинги помогающие частично нейтрализовать стрессовые ситуации)

Представление опыта работы в объединение «Конструирование из различных материалов» с использованием здоровьесберегающих технологий



Фрагмент занятия с использованием физкультурно –оздоровительной здоровьесберегающей технологии



- **Пальчиковая гимнастика** помогает снять напряжение с кончиков пальцев, мышечное и нервное напряжение
- эмоциональная разрядить обстановку занятия

Физкультминутки



- формируют простейшие представления о влиянии физических упражнений на самочувствие
- помогают добиться рекреативного эффекта от использования физических упражнений

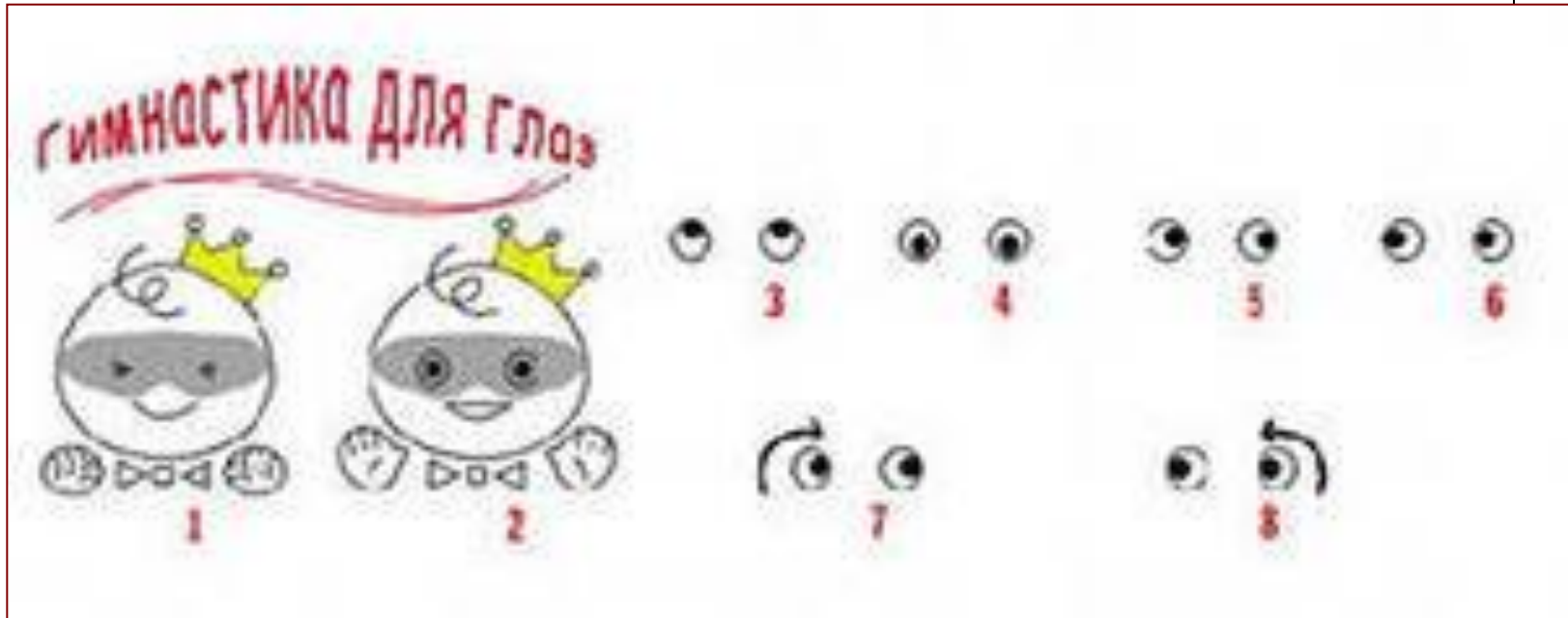
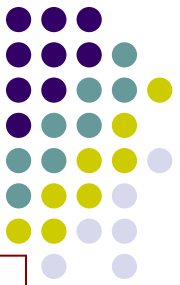
УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ НАРУЖЕНИЯ ОСАНКИ



- **ФОРМИРОВАНИЕ ОСАНКИ-** сложный и длительный процесс. Чтобы достичь положительных результатов, необходимо заботиться о правильном положении тела учащихся: стоя, сидя, при ходьбе. Шире использовать физические упражнения.

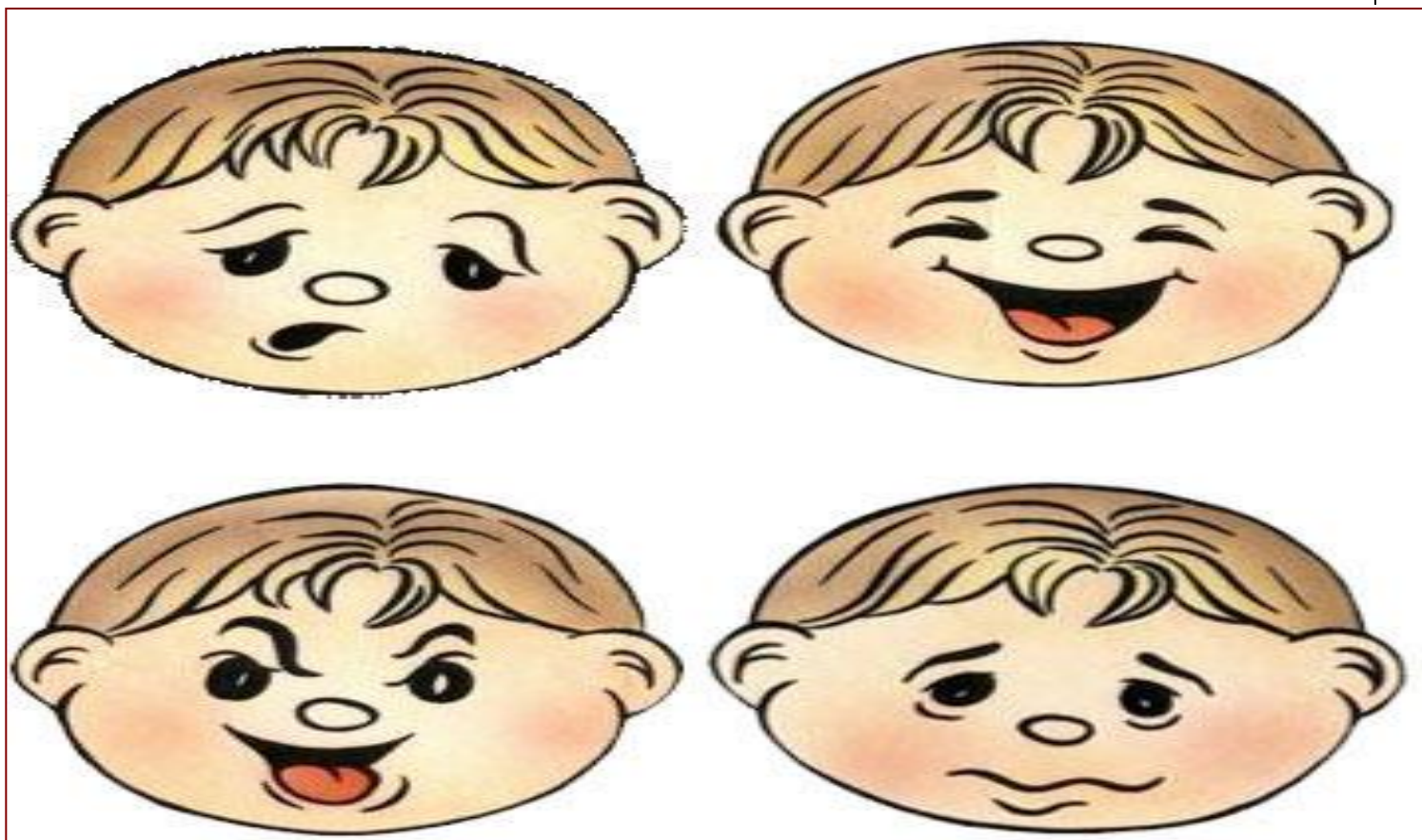


Гимнастика для глаз



- **результат применения: снимает напряжение и помогает сохранить хорошее зрение**

Мимические упражнения для расслабления мышц лица





Фрагмент занятия с использованием психолого-педагогической здоровьесберегающей технологии

- благоприятный психологический климат на занятии
- переключение учащихся на другой вид деятельности снимает психологическое напряжение
- игры тонизируют нервную систему, улучшают эмоциональное состояние и повышают работоспособность
- эмоциональные разрядки на занятии (шутка, улыбка, смешная история и т.д.)



Санитарно-гигиенических технологии



- личная гигиена
- гигиена обучения
(обстановка и
гигиенические условия в
кабинете- температура,
свежесть воздуха,
освещение)



Эффективность применения здоровьесберегающей технологии:



- поддержание умственной и физической работоспособности детей на протяжении всего занятия и предупреждение переутомления
- снятие напряжения с рук, глаз, связанного с особым видом деятельности, что способствует сохранению здоровья
- снятие напряжения и расслабление мышц спины и шеи профилактика нарушения осанки

