

МАСТЕР-КЛАСС

«Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе»

**Выполнил Леванович Владимир
Валентинович
преподаватель-организатор ОБЖ
МКОУ Хандальская СОШ**

Здоровье и безопасность учащихся

- Образовательный компонент:
 - уроки, используя системно деятельностный подход;
 - валеологические уроки;
 - элективные курсы здоровьесберегающего содержания.
- Воспитательный компонент:
 - кружки;
 - секции;
 - традиционные массовые мероприятия по пропаганде ЗОЖ и профилактике вредных привычек.

Цель здоровьесберегающих образовательных технологий обучения

- обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения, навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Организация учебной деятельности

- - дозировка учебной нагрузки;
- - построение урока с учетом работоспособности учащихся;
- - соблюдение гигиенических требований к учебному кабинету;
- - благоприятный эмоциональный настрой;
- - проведение физкультминуток и динамических пауз на уроках.

Здоровьесберегающие технологии

- технология личностно-ориентированного обучения;
- технология проектной деятельности;
- технология дифференцированного обучения;
- технологию критического мышления;
- игровые технологии;
- технология проблемного обучения

Приём "Верные и неверные утверждения" или «Верите ли вы»

- «Здоровье – дороже золота»
- «Чтоб больными лежать, надо спорт уважать»
- «Со спортом дружить – сильным не быть»
- «Здоровыми быть – горе забыть»
- «Чистота- залог здоровья»
- «Здоровье разум дарит»
- «Кто долго жуёт, тот без зубов живёт»

Приём "Кубик"

- Опиши это... (Опиши цвет, форму, размеры или другие характеристики)
- Сравни это... (На что это похоже? Чем отличается?)
- Проассоциируй это... (Что это напоминает?)
- Проанализируй это... (Как это сделано? Из чего состоит?)
- Примени это... (Что с этим можно делать? Как это применяется?)
- Приведи "за" и "против" (Поддержи или опровергни это)

Софизмы.

- Софизм – (от греческого *sophisma* , «мастерство, умение, хитрая выдумка, уловка») - умозаключение или рассуждение, обосновывающее какую-нибудь заведомую нелепость, абсурд или парадоксальное утверждение, противоречащее общепринятым представлениям.

«Рогатый»

«Что ты не терял, то имеешь.

Рога ты не терял.

Значит, у тебя рога».



«Синквейн»

Название	СУЩЕСТВИТЕЛЬНО Е -1
Описание	ПРИЛАГАТЕЛЬНОЕ - 2
Действия	ГЛАГОЛ - 3
Чувство	ФРАЗА ИЗ 4 СЛОВ
Повторение сути	(СИНОНИМ) 1 СЛОВО

Физкультминутки

- **Раз** - мы песенку запели.
- **Два** – уселись на качели.
- **Три** – на лошади скакали.
- **На четыре** – поболтали.
- **Пять** - по зубкам постучали
- **Шесть** – мы в «часики» играли.
- **Семь** – лакали словно кошка.
- **Восемь** – спела нам гармошка.
- **Девять** – сделали «грибок».
- **Десять** – ротик на замок.

10 правил здоровьесбережения!

- Соблюдайте режим дня!
- Обращайте больше внимание на питание!
- Больше двигайтесь!
- Спите в прохладной комнате!
- Не гасите в себе гнев, дайте ему вырваться наружу!
- Постоянно занимайтесь интеллектуальной деятельностью!
- Гоните прочь уныние и хандру!
- Адекватно реагируйте на всё проявления своего организма!
- Старайтесь получать как можно больше положительных эмоций!
- Желайте себе и окружающим только добра!

Оцени себя сам

- Я никогда не курю.
- Я всегда завтракаю.
- Я ем не спеша.
- Я не переедаю.
- Я никогда не злоупотребляю алкоголем.
- Я сплю не менее 8 часов в сутки.
- Я поддерживаю нормальную массу тела.
- Я знаю показатели своего здоровья.
- Я ежедневно хожу пешком.
- Я никогда не раздражаюсь и не выхожу из себя

Задание на ассоциации

З-	
Д-	
О-	
Р-	
О-	
В-	
Ь	
Е-	

Всем доброго здоровья!

Спасибо за работу!