

Использование здоровьесберегающих технологий и их элементов на уроке математики



Здоровьесберегающие образовательные технологии –

**это система мер по охране и
укреплению здоровья
учащихся, совокупность
принципов, приемов, методов
педагогической работы,
дополняющих традиционные
педагогические технологии.**



подходы, обеспечивающие реализацию здоровьесберегающих технологий:

- гуманно-личностный подход или педагогика сотрудничества ;**
 - активно-деятельностный способ обучения или технологии развивающего обучения;**
 - технологии проектирования ;**
 - игровые технологии ;**
 - технология групповых форм обучения ;**
 - технология уровневой дифференциации .**
-



работоспособность учащихся на уроке:

**Оформлени
е
доски**

**Выделение
важного
материала**

**Работа
в группах
и парах**

**Использовани
е наглядных
образов**

**Смена
видов
деятельности**

**Использование
здоровьесберегающи
х технологий**



Наглядный материал:



Приемы, связанные со здоровьесберегающей технологией:

- **Соответствие норме гигиенических условий в классе.**
- **4 -7 видов учебной деятельности.**
- **7-10 минут - продолжительность и частота чередования видов учебной деятельности .**
- **Не менее трех видов преподавания с чередованием через 10-15 минут.**
- **Выбор методов, способствующих активизации инициативы учащихся.**
- **Смена поз учащихся.**
- **Наличие мотивации учебной деятельности .**
- **Эмоциональные разрядки: шутка, улыбка.**
- **Оздоровительные моменты.**

Оздоровительные моменты

**физкульт-
минутки**

**минуты
релаксации**

**дыхательная
гимнастика**

**гимнастика
для глаз**



Основные требования при составлении комплекса физкультминуток:

- Упражнения должны охватывать большие группы мышц и снимать статическое напряжение.**
 - Упражнения просты, интересны, доступны детям.**
 - Комплекс должен состоять из одного - двух упражнений, повторяющихся 4-6 раз. Замена комплекса не реже 1 раза в две недели.**
 - Содержание упражнений зависит от характера и условий проведения урока.**
-

