**Доклад по презентации**

**Тема:** ***«Применение здоровьесберегающих технологий на уроках и во внеурочной деятельности в начальной школе.»***

Иванова Наталья Анатольевна

учитель начальных классов СОШ №27

**2019г.**

**Доклад**

**Тема : «Применение здоровьесберегающих технологий на уроках и во внеурочной деятельности в начальной школе.»**

**Цели:**

-формировать у учащихся устойчивый интерес и осознанную потребность в сохранении и укреплении здоровья;

-привлечение к совместной деятельности родителей, других педагогов;

-обучать способам и приёмам сохранения и укрепления здоровья;

-применение здоровьесберегающих технологий на уроках и во внеурочной деятельности.

Школа-это не только учреждение, куда на протяжении многих лет ребёнок ходит учиться, это ещё и особый мир, в котором ребенок проживает значительную часть своей жизни. Здоровье во все времена считалось высшей ценностью, основой активной творческой жизни, счастья, радости и благополучия человека. Поэтому ценностное отношение к здоровью у ребенка не может формироваться без участия педагогов. Одной из важнейших задач, стоящих перед школой, является сохранение здоровья детей. Современная школа насыщена образовательными технологиями, которые помогают осуществлять обучение, воспитание и развитие личности в максимально быстром темпе. Одной из разновидностей педагогических технологий являются здоровьесберегающие.

Здоровьесберегающие образовательные технологии – это система, создающая максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья всех субъектов образования.

Все здоровье сберегающие технологии, применяемые в учебно-воспитательном процессе, можно разделить на 3 основные группы:

* Технологии оптимальной организации учебного процесса и физической активности школьников;
* Технологии, обеспечивающие гигиенически оптимальные условия образовательного процесса;
* Разнообразные психолого-педагогические технологии, используемые на уроках и во внеурочной деятельности педагогами и воспитателями.

Слайд 2. Рассмотрим различия и сходства в дошкольном образовании и в начальном образовании в физическом развитии детей, а также роль воспитателя и учителя.

Физическое развитие: дошкольное образование- ребенок:

-активно и с удовольствием выполняет различные доступные упражнения; проявляет интерес к подвижным играм.

-движения приобретают произвольный характер.

-имеет представление о гигиене, своем теле и о своих физических возможностях.

-не до конца развиты координация и произвольные движения.

Начальное образование- ребенок:

-выполняет различные двигательные упражнения.

-не всегда может поддерживать темп движения, дозировать мышечные движения.

-знает и выполняет правила гигиены, ухода за телом, охраны своей жизни и приемы закаливания.

-удерживает равновесие.

-может проводить утреннюю гимнастику, организовать двигательный режим во время приготовления уроков, прогулок.

Слайд3. Дошкольное образование(воспитатель):

-создает возможности для активного участия детей в оздоровительных мероприятиях.

- создает возможности для двигательной активности детей.

-способствует становлению у детей ценностей здорового образа жизни, помогает осознать пользу рационального питания.

-развивает интерес к различным видам спорта.

Начальное образование (учитель):

-формирует осознанное отношение к физической культуре.

-помогает осознать необходимость двигательной активности, систематических физических упражнений; предупреждает уменьшение двигательной активности, проявление гиподинамии.

Слайд4.

Основные рекомендации к разработке и проведению здоровье сберегающего урока. Здоровьесберегающий урок должен:

Воспитывать, стимулировать у детей желание жить, быть здоровыми, учить их ощущать радость от каждого прожитого дня, показывать им, что жизнь это прекрасно; вызывать у них позитивную самооценку.

Слайд 6.

   Современная школа насыщена образовательными технологиями, которые помогают осуществлять обучение, воспитание и развитие личности в максимально быстром темпе. Одной из разновидностей педагогических технологий являются здоровьесберегающие.

Здоровьесберегающие образовательные технологии  - это система, создающая максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья всех субъектов образования.

Отличительные особенности здоровье сберегающих образовательных технологий: отсутствие назидательности и авторитарности; элементы индивидуализации обучения; наличие мотивации на здоровый образ жизни учителя и учеников; интерес к учебе, желание идти в школу; наличие физкультурных минуток; наличие гигиенического контроля.

Слайд 7.

Основой здоровье сберегающей технологии является соблюдение следующих принципов. Принципы:

-учет возрастно-половых особенностей

-учет состояния здоровья ученика и его индивидуальных психофизических особенностей при выборе форм, методов и средств обучения

-структуирование урока на три части в зависимости от уровня умственной работоспособности учащихся

-использование здоровьесберегающих действий.

Слайд 9.

Здоровьесберегающие действия: оптимальная плотность урока; чередование видов учебной деятельности, а также создание положительного эмоционального настроя на работу всех учеников в ходе урока; использование проблемных творческих заданий; стимулирование учеников к выбору и самостоятельному использованию разных способов выполнения заданий; рефлексия(обсуждение того, что получилось, а что нет, в чем были ошибки, как они были исправлены).

Слайд 10. Оздоровительные моменты на уроке.

Слайд 11.

Преемственность образовательного пространства:

1)**целевая**:

Согласование целей и задач воспитания и обучения на отдельных ступенях развития ребенка.

2)**содержательная:**

Обеспечение «сквозных» линий в содержании повторений, пропедевтики, разработка единых курсов изучения отдельных программ.

3)**технологическая:**

Преемственность средств, форм, приемов и методов обучения и воспитания.

4)**психологичекая:**

Учет возрастных особенностей, снятие психологических трудностей, адаптация переходных периодов.

5)**управленческая:** наличие общего руководства, жесткая структура комплекса.

Слайд 12. Здоровьесохранная деятельность.

Цель: сохранение и укрепление здоровья детей; формирование потребности в здоровом образе жизни.

Слайд 13. Задачи:

-организация психолого-педагогических мероприятий, направленных на сохранение здоровья воспитанников, школьников, педагогов.

-смягчение адаптационных периодов.

-улучшение санитарно-гигиенического состояния школы.

-активизация жизнедеятельности детей средствами физической подготовки.

-профилактика заболеваний.

-сотрудничество со специалистами здравоохранения.

-просветительская и внеурочная работа.

Слайд 14.

Гимнастика для глаз, пальчиковая гимнастика, физкультурные минутки, дыхательная гимнастика, точечный массаж, релаксация, бассейн.

Слайд 15. Пальчиковая гимнастика.

«Рука является вышедшим наружу мозгом.» И. Кант.

Задачи:

-стимуляция развития речи;

-профилактика нарушений зрения;

-расширить пространственную активность глаз.

Слайд 16. Здоровье человека зависит:

\*На 50% - от образа жизни;

\*На 25% - от состояния окружающей среды;

\* На 15% - от наследственной программы;

\* На 10% - от возможностей медицины.

Слайд 17.

Пальчиковые игры могут помочь: подготовить руку к письму; развить внимание, терпение; стимулировать фантазию; активизировать работу мозга; научиться управлять своим телом.

Слайд 18. Зрительная гимнастика помогает:

Снять физическую и психоэмоциональную напряженность; тренировать вестибулярный аппарат; развить зрительную координацию; укреплять глазные мышцы; развить зоркость и внимательность; улучшить зрение.

Слайд 19. Зрительная гимнастика. Цели:

-профилактика возникновения и развития близорукости;

-расширение пространственной активности глаз в ходе занятий.

38-52% детей к окончанию начальной школы имеют снижение остроты зрения. Согласно разным теориям одним из факторов возникновения и развития близорукости признаются напряженные зрительные нагрузки, существующие противоречия между физиологическими возможностями зрительного анализатора детей и общепринятыми технологиями обучения, способствуют массовому возникновению зрительных расстройств.

Слайд 20. Точечный массаж помогает:

-проводить профилактику простудных заболеваний;

-закаливание детей;

-научить детей расслабляться, освобождаться от стрессов, перенапряжения;

-обучить навыкам точечного массажа.

Слайд 21. Физкультурные минутки помогают:

-снять усталость, напряжение;

-ослабить утомление на уроке;

-проводить профилактику нарушения осанки;

-поддержать работоспособность, активное внимание.

Слайд 22. Релаксация на уроках помогает стресс, расслабить мышцы, снять усталость, восстановить работоспособность.

Слайд 23. Дыхательная гимнастика:

-укрепляет дыхательную мускулатуру;

-уменьшает заболевания дыхательной системы;

-повышает общую сопротивляемость организма, его тонус;

-оздоравливает нервно-психическое состояние.

Слайд 24. Экологическое пространство: проветривание помещений, наличие живого уголка, озеленение кабинета, освещение кабинета.

Слайд 25.

«Гимнастика, физические упражнения, ходьба должны прочно войти в повседневный быт каждого, кто хочет сохранить работоспособность, здоровье, полноценную и радостную жизнь.» Гиппократ.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бабенкова Е.А. Как помочь детям стать здоровыми [Текст] – М.:»Астрель»,

2003

2. Дереклеева Н.И. Родительские собрания [Текст] – М.: «ВАКО», 2004.

3. Коваленко В.И. Здоровьесберегающие технологии [Текст] – М.: «ВАКО»,

2004

4. Научно – методическое пособие. Здоровьесберегающее сопровождение

воспитательно – образовательного процесса. Ч.1. Здоровьесберегающая

среда в образовательном учреждении [Текст] – Кемерово, 2003

5. Чупаха И.В. , Пужаева Е.З., Соколова И.Ю. здоровьесберегающие

технологии в образовательно – воспитательном процессе [Текст] –

М., 2003.