

ЭФФЕКТИВНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЗОЖ

ШМО КЛАССНЫХ РУКОВОДИТЕЛЕЙ

Декабрь 2021г.

Самые распространенные заболевания детей:

Нарушение осанки

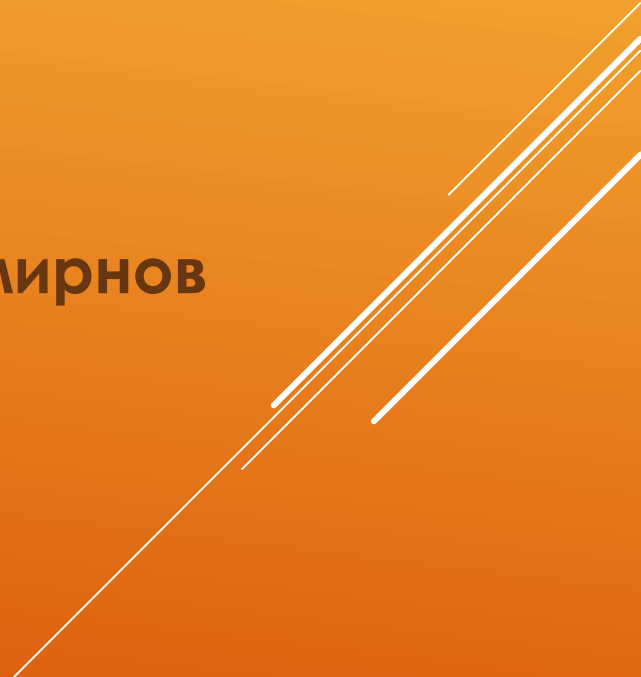
Нарушение зрения

Простудные заболевания

“Здоровьесберегающие образовательные технологии

**– это системный подход к обучению и воспитанию,
построенный на стремлении педагога не нанести ущерб
здоровью учащихся”.**

Профессор. Н.К.Смирнов



Здоровьесберегающие технологии

```
graph TD; A[Здоровьесберегающие технологии] --> B[Технологии, обеспечивающие гигиенически оптимальные условия образовательного процесса]; A --> C[Технологии оптимальной организации учебного процесса и физической активности школьников]; A --> D[Разнообразные психолого-педагогические технологии, используемые на уроках и во внеурочной деятельности педагогами];
```

Технологии,
обеспечивающие
гигиенически
оптимальные условия
образовательного
процесса

Технологии
оптимальной
организации учебного
процесса и физической
активности
школьников

Разнообразные
психолого-
педагогические
технологии,
используемые на уроках и
во внеурочной
деятельности педагогами

**Технологии,
обеспечивающие гигиенически оптимальные условия
образовательного процесса**



СОБЛЮДЕНИЕ ТРЕБОВАНИЙ САНПИНОВ:

1. Высота парт регулируется
2. Питьевой режим
3. Освещение
4. Рациональное питание и личная гигиена
5. Аптечка первой медицинской помощи.

Технологии оптимальной организации учебного процесса и физической активности школьников



соблюдение гигиенических требований к:
расписанию
общему объёму учебной нагрузки
домашних заданий

физкультминутки



естественный элемент урока в начальных классах, который обусловлен физиологическими потребностями в двигательной активности детей. Они помогают снять утомление различных мышц, ослабить умственное напряжение, снять зрительное утомление

► *Различные виды гимнастик:*

Дыхательная

Пальчиковая

Гимнастика для глаз

Разминка для губ и языка

Гимнастика для

правильной осанки

Разнообразные психолого-педагогические технологии, используемые на уроках и во внеурочной деятельности педагогами



классные часы по темам,
тренинги,
беседы с родителями учащихся,
родительские собрания, на которых учитель знакомит
ребят и их родителей с основными принципами
организации здорового образа жизни,
досуг ребят (посещение занятий в спортивных
секциях),
правильное питание и т.п.

Виды современных технологий обучения

- ▶ **технологии проектной деятельности,**
- ▶ **технологии проблемного обучения** снижают тревожность и психологическое напряжение учащихся.
- ▶ **игровые технологии,** особенно в начальной школе, игровых обучающих программ, оригинальных заданий и задач позволяют снять эмоциональное напряжение
- ▶ **интерактивные технологии** обучения: в них проявляется 3 вида активности: познавательная, социальная и физическая

- ▶ **Здоровьесберегающие технологии не могут быть вырваны из общей системы образования, они способствуют грамотному и рациональному использованию других приемов и средств обучения, развития и воспитания.**