

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «АНДРЕЕВСКАЯ ШКОЛА ТЕЛЬМАНОВСКОГО
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА»**

ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ

**Сообщение на школьное методическое объединение учителей начальных
классов по теме:**

**"Здоровьесберегающие технологии в начальной школе по
ФГОС"**

Подготовила учитель начальных классов

Калиниченко Наталья Владимировна

ПГТ АНДРЕЕВКА 2024 Г.

Первым, кто использовал понятие «здоровьесберегающие образовательные технологии» считается Никита Константинович Смирнов. Он утверждает, что «учитель может сделать для здоровья школьников гораздо больше, чем врач», он рассматривает здоровьесберегающие образовательные технологии как «технологическую основу здоровьесберегающей педагогики, как совокупность форм и методов организации обучения детей без ущерба для их здоровья, как качественную характеристику любой педагогической технологии по критерию ее воздействия на здоровье ребенка и педагога».

Основная цель здоровьесберегающих технологий — сохранение и укрепление здоровья учащихся. Основные задачи:

- -обеспечение школьнику возможности сохранения здоровья на период обучения в школе;
- -снижение уровня заболеваемости учащихся;
- -сохранение работоспособности на уроках;
- -формирование у учащихся знаний, умений и навыков по здоровому образу жизни;
- -формирование системы спортивно-оздоровительной работы.

Здоровьесберегающие технологии можно разделить на три группы:

Технологии, обеспечивающие *гигиенически оптимальные условия образовательного процесса*. Например, комфортная температура, достаточный уровень освещения, режим проветривания, правильная осанка у детей.

Технологии оптимальной *организации учебного процесса и физической активности* школьников. Например, соблюдение гигиенических требований к расписанию, общему объёму учебной нагрузки, домашних заданий.

Психолого-педагогические технологии. Например, личностно-ориентированное обучение, проектная деятельность, проблемное обучение, игровые технологии, интерактивные формы обучения.

Некоторые примеры реализации здоровьесберегающих технологий в школе:

- грамотно подобранная цветовая гамма кабинетов, которая способствует нормализации эмоционального состояния;
- регулировка высоты парт в соответствии с ростом учащихся;
- соблюдение воздушно-теплого режима в классах;
- организация рационального питания и личной гигиены: перед столовой учащиеся обязательно моют руки, в каждом классе собрана аптечка первой медицинской помощи;

-организация урока в соответствии с динамикой внимания учащихся: учитель строит урок в соответствии с временем для каждого задания, чередуя виды работ.

Использование данных мониторинга состояния здоровья учащихся и собственных наблюдений педагога, даёт возможность корректировать образовательную технологию.

Учёт особенностей возрастного развития школьников обязателен. Нужно разработать образовательную стратегию, соответствующую особенностям памяти, мышления, работоспособности, активности и другим характеристикам учащихся данной возрастной группы.

Создание благоприятного психологического климата на уроке: доброжелательная обстановка, спокойная беседа, внимание к каждому высказыванию, позитивная реакция учителя на желание ученика выразить свою точку зрения.

Использование разнообразных видов здоровьесберегающей деятельности учащихся: упражнения для опорно-двигательного аппарата, рук и пальцев, для формирования правильного дыхания, укрепления мышц глаз и улучшения зрения.

Применение ароматерапии: запах апельсина тонизирует нервную систему, снимает напряжение.

Использование игровых технологий. Игровые обучающие программы, оригинальные задания и задачи позволяют снять эмоциональное напряжение, обеспечить психологическую разгрузку учащихся, показать практическую значимость изучаемой темы, побудить к активизации самостоятельной познавательной деятельности.

Сотрудничество с родителями школьников. Они принимают активное участие в подготовке и проведении утренников, спортивных мероприятий, культпоходов.

Внедрение личностно-ориентированного обучения. Это снижает тревожность и психологическое напряжение учащихся, улучшает адаптацию и повышает сопротивляемость организма к воздействию внешних и внутренних негативных факторов.

Использование интерактивных форм обучения. Во время таких занятий проявляется три вида активности: познавательная, социальная и физическая.

Проведение физкультминуток и динамических пауз. Они помогают сохранить работоспособность и расширить функциональные возможности организма учащихся.

Организация внеурочной деятельности. Например, после уроков перед занятиями в режим дня первоклассника введена обязательная прогулка на свежем воздухе.

Использование экологических здоровьесберегающих технологий. Дети участвуют в облагораживании территории, озеленении помещений, создании живого уголка и в мероприятиях на природе.

Для активизации познавательной деятельности обучающихся на уроках применяются информационно-коммуникационные технологии, поэтому о здоровье ребенка

необходимо подумать ещё задолго до того, как школьник приступил к занятиям с использованием компьютера. Детский развивающийся организм имеет свои особенности. Все эти особенности очень важно учитывать при посадке ученика за компьютером, за партой, а также при проведении уроков с использованием интерактивной доской.

Комплексное использование здоровьесберегающих технологий в учебном и воспитательном процессе в начальных классах позволяет снизить утомляемость, улучшить эмоциональный настрой и повысить работоспособность младших школьников, а это способствует сохранению и укреплению их здоровья.

Список использованных ресурсов:

<https://infourok.ru/doklad-zdorovesberegayushie-tehnologii-na-urokah-v-nachalnoj-shkole-v-usloviyah-realizacii-fgos-6511113.html>

<https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/zdorovy-obraz-zhizni/2014/03/09/doklad-na-pedagogicheskom-sovete-po-teme>

<https://intolimp.org/publication/doklad-primieneniie-zdorov-iesbierieghaiushchikh-tiekhnologhii-na-zaniatiiakh-v.html>

<https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/487503-metodicheskoe-posobiezdorovesberegajuschie-te>

<https://school.kontur.ru/publications/2463>

Литература:

1. Петров К. Здоровьесберегающая деятельность в школе. Воспитание школьников.2005.
2. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе. М.АРКТИ,2003.