



*«Чтобы сделать ребенка умным и рассудительным сделайте его крепким и здоровым.»*

*Жан Жак Руссо.*

Педагогический стаж работы – 35 лет. В своей педагогической деятельности использую элементы различных технологий: здоровьесберегающие технологии, игровые технологии, ИКТ, и другие.

Учитель начальных классов МБОУ-СОШ №12 ст. Новониколаевской. В 1988 году закончила Ейское педагогическое училище. В 2001 году закончила Армавирский педагогический институт.



## МОЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ПРАВИЛО:

- *любить детей и верить в их безграничные возможности*
- *быть в постоянном поиске наиболее эффективных способов работы*
- *постоянно взаимодействовать с детьми и их родителями, с коллегами*
- *планировать свою работу с учетом приоритетов сохранения и укрепления здоровья участников образовательного процесса*



## **ПРОБЛЕМА**

*В настоящее время ухудшается здоровье детей. Это стало не только медицинской, но и педагогической проблемой, т.к. осложняется процесс обучения, снижается качество знаний, замедляет психическое и физическое развитие детей, вызывает отклонение в их социальном поведении.*

*Сохранение и укрепление здоровья на сегодняшний день является одним из приоритетных направлений. ФГОС направлен на охрану и укрепление физического и психологического здоровья детей и их эмоциональное благополучие.*

**Учитель должен работать так, чтобы обучение детей не наносило вреда здоровью школьников. Он может сделать для здоровья современного ученика многое . Сохранение и укрепление здоровья – это важнейшие составляющие работы учителя начальных классов.**



## Здоровьесберегающие образовательные технологии

это системный подход к обучению, воспитанию, построенный на стремлении учителя не нанести ущерб здоровью обучающимся.



# **Забота о здоровье обучающихся обязанность каждой школы, каждого преподавателя!**



**Здоровье детей – это общая проблема медиков, педагогов и родителей.**

**И решение этой проблемы зависит от внедрения в школу здоровьесберегающих технологий.**



## Здоровьесберегающие технологии дают возможность:

- сохранить и укрепить физическое здоровье обучающихся;
- сохранить и укрепить физическое здоровье обучающихся;
- создать благоприятную социально- психологическую атмосферу в детском коллективе.



**РАБОТУ ПО ФОРМИРОВАНИЮ  
ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ  
РЕАЛИЗУЮ ЧЕРЕЗ:**

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ  
ПРОЦЕСС**

**ВОСПИТАТЕЛЬНУЮ  
РАБОТУ**

**РАБОТУ С  
РОДИТЕЛЯМИ**



# ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС

*Важная составная часть здоровьесберегающей работы – это рациональная организация урока. Хорошо дидактически проработанный урок – самый здоровьесориентированный для всех участников образовательного процесса.*

*При разработке плана-конспекта необходимо обращать внимание на:*

- 1. Правильный объём учебной нагрузки.*
- 2. Использование различных видов деятельности.*
- 3. Использование различных методов работы.*
- 4. Использование различных форм уроков.*
- 5. Создание доброжелательной обстановки на уроке.*
- 6. Использование динамических пауз.*
- 7. Использование физкультминуток.*





В целях предупреждения утомления и усталости  
использую в своей работе нетрадиционные уроки:

- урок-сказка;
- урок-КВН;
- урок-викторина;
- урок- путешествие;
- урок-соревнование.



Использую:

- дидактические игры;
- групповые и парные формы работы;
- ИКТ;



## Физкультминутки



Здоровье  
Гимнастика для глаз  
Сам себе я помощник!

Динамические паузы



# ФИЗКУЛЬТМИНУТКИ

*Немаловажную роль играют на уроке физкультминутки, так как возраст от 6 до 14 лет составляет период активного совершенствования мышечной и костной системы. Кости детей при длительных напряжениях и неправильных положениях тела легко подвергаются искривлениям.*



# ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА

Одним из направлений воспитательной работы является активизация обучающихся в работе классного коллектива, школы и района. Участие в различных конкурсах, проектах, соревнованиях



## *Внеурочную деятельность организуя через:*

- ✓ классные часы по формированию здорового образа жизни;*
- ✓ спортивные соревнования и праздники;*
- ✓ динамические паузы;*
- ✓ конкурсы физкультминуток;*
- ✓ прогулки, походы и экскурсии;*
- ✓ кружок «Я здоров – поэтому успешен!»;*
- ✓ организацию досуговой деятельности на перемене;*
- ✓ организацию посещения учащимися спортивных секций.*

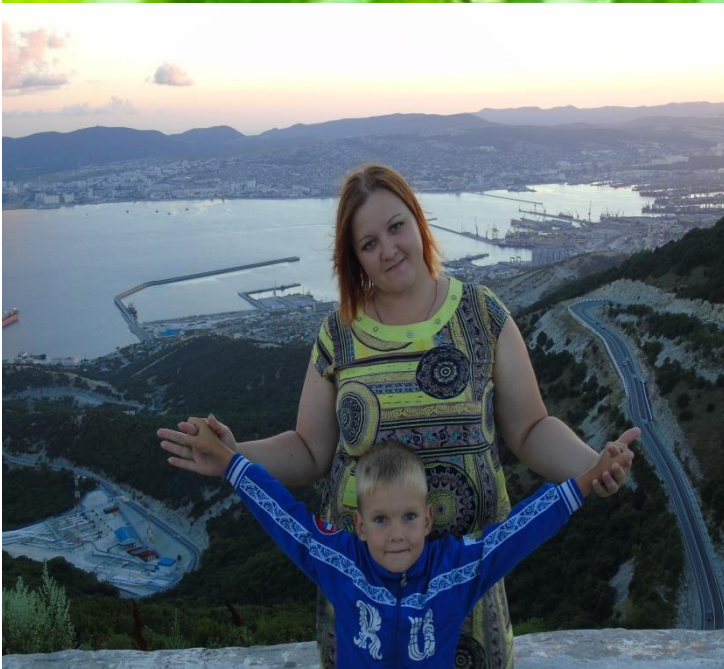


# Работа с родителями

➤ Провожу родительские собрания, содержащие вопросы о здоровом образе жизни.

➤ Провожу внеклассные мероприятия «Папа, мама, я – спортивная семья», совершаем прогулки в парк, однодневные походы в лес.

➤ Встреча с медицинскими работниками, сотрудниками ГИБДД и пожарной безопасности.





*Полноценное и сбалансированное питание –  
главный залог здоровья.*



*Если хочешь быть здоров, закаляйся!*





## **“Я – УЧИТЕЛЬ ЗДОРОВЬЯ!”**

**И если обобщить мой опыт по данному критерию, то для сохранения и укрепления здоровья учащихся в системе и комплексно я соблюдаю следующее:**

- проведение занятий на свежем воздухе (способствует активизации биологических процессов, вызываемых процессом обучения, повышают общую работоспособность организма, замедляют процесс утомления);**
- проведение уроков и занятий по теме здоровьесбережения; постоянное внимание к профилактике скалиоза: посадка учеников, проведение упражнений;**
- гигиеническое нормирование учебной нагрузки, объема домашнего задания;**
- освоение активных форм и методов школьников, использование моментов урока сберегающих здоровье учащихся;**
- обеспечение интереса к своему предмету и уроку;**
- обязательное проведение на каждом уроке физкультминуток;**
- системное чередование нагрузок и отдыха;**
- оздоровительные тренинги для учащихся.**



# “Я – УЧИТЕЛЬ ЗДОРОВЬЯ!”

Выполнение санитарно - гигиенических требований, регламентированных СанПиНами;

- соблюдение личной и общественной гигиены (чистота тела, чистота мест занятий, воздуха и т.д.);

- проветривание и влажная уборка помещений;

- соблюдение общего режима дня;

- обучение детей элементарным приёмам здорового образа жизни (ЗОЖ), простейшим навыкам оказания первой медицинской помощи при порезах, ссадинах, ожогах, укусах;

- учёт возрастных и индивидуальных особенностей учащихся; формирование ответственности у учащихся за своё здоровье окружающих людей;

- настойчивое приучение учащихся к применению своих знаний по формированию, сохранению и укреплению здоровья на практике;

- ограничение предельного уровня учебной нагрузки во избежание переутомления.

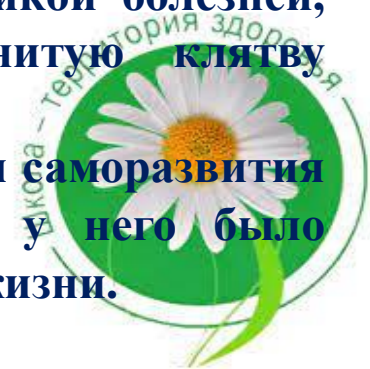


## «Я – УЧИТЕЛЬ ЗДОРОВЬЯ!»

Я -учитель 21 века, а значит, что я должна быть гармонично развитая, внутренне богатая личность, стремящаяся к духовному, профессиональному, общекультурному и физическому совершенству. Умеющая отбирать наиболее эффективные приемы, средства и технологии обучения и воспитания для реализации поставленных задач, умеющая организовать рефлексивную деятельность и обладающая высокой степенью профессиональной компетентности. Должна проявлять большую любовь к детям.

Я – учитель здоровья, а значит, не забываю и о здоровье своих учеников. Я должна сама вести и пропагандировать здоровый образ жизни, учить детей внимательно относиться к своему здоровью, заниматься профилактикой болезней, стрессов, не забывая при этом знаменитую клятву Гиппократата: «Не навреди!».

Поэтому моя задача– создать условия для саморазвития ребенка, чтобы после окончания школы у него было желание, силы и здоровье для полноценной жизни.



# Здоровые дети – будущее России!



*Здоровые дети- в здоровой семье.  
Здоровые семьи- в здоровой стране.  
Здоровые страны –планета здорова.  
Здоровье! Какое прекрасное слово!  
Так пусть на здоровой планете  
Растут здоровые дети!*



**ЖЕЛАЮ РАДОСТНОЙ ВЕСНЫ!  
БЕЗ БОЛЕЗНЕЙ! БЕЗ ВОЙНЫ...**

