

## Мастер - класс на тему: «Использование здоровьесберегающих технологий на уроках в начальной школе»



# Здравствуйте

### Основные вопросы, которые изучает учитель, по здоровьесберегающим направлениям

- Организация урока в условиях здоровьесберегающей технологии;
- Физминутки на уроках;
- Работа по предупреждению утомляемости глаз на уроках;
- Роль семьи в формировании у младших школьников здорового образа жизни;
- Организация учебно-воспитательного процесса в режиме профилактики и охраны психологического здоровья детей.

### Формула жизни:

```
Жизнь = здоровье + семья + работа, учеба + друзья
```

### Упражнение «Воздушный шар»



### 3ДОРОВЬЕ



### Данные Всемирной организации здравоохранения

Ученые утверждают, что здоровье народа определяется: на 17 - 20 % - экологическими, на 8 - 10 % - биологическими (наследственными) факторами, на 8 - 10 % - состоянием медицины и на 45 - 55% образом жизни.

### Здоровьесберегающие технологии

это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития

## Что оказывает положительное воздействие на здоровье ребенка во время урока?

- двигательная активность;
- психологическое здоровье школьника;
- творческий характер процесса обучения;
- использование оздоровительной силы природы;
- использование технологий, имеющих здоровьесберегающий ресурс



### Двигательная активность



### <u>Психологическое здоровье</u> <u>школьника</u>

Видеоразминки



### Творческий характер процесса обучения



### <u>Использование оздоровительной</u> <u>силы природы</u>



### Использование технологий, имеющих здоровьесберегающий ресурс



#### ЛЕГЕНДА

Послушайте старую легенду: «Давным-давно, на горе Олимп жили-были боги. Стало им скучно, и решили они создать человека и заселить планету Земля. Стали решать.... Каким должен быть человек.

Один из богов сказал: «Человек должен быть сильным», другой сказал: «Человек должен быть здоровым», третий сказал: «Человек должен быть умным». Но один из богов сказал так: «Если всё это будет у человека, он будет подобен нам». И, решили они спрятать главное, что есть у человека - его здоровье. Стали думать, решать - куда бы его спрятать? Одни предлагали спрятать здоровье глубоко в синее море, другие - за высокие горы. А один из богов сказал: «Здоровье надо спрятать в самого человека» Так и живёт с давних времён человек, пытаясь найти своё здоровье. Да вот не каждый может найти и сберечь бесценный дар богов!»

#### ПОЖЕЛАНИЕ

Я желаю вам беречь то, что нам дано свыше, и помогать сохранять и укреплять здоровье своих учеников



