

Отчёт
об использовании современных здоровьесберегающих технологий
в образовательном процессе

Магомедовой Забиды Алиасхабовны.

учителя начальных классов МКОУ «Кишинская СОШ им.Г.Сулейманова»

Медицинские исследования последних лет свидетельствуют, что здоровье наших детей под угрозой. За годы школьного обучения и без того слабое здоровье ученика ухудшается. Каждый из нас знает, что сегодня в листе здоровья на предпоследней страничке журнала все меньше становится детей, у которых была бы запись «здоров». Поэтому одной из приоритетных задач нового этапа модернизации системы образования становится сбережение и укрепление нравственного, психического и физического здоровья учащихся, формирования у них ценности здоровья, здорового образа жизни. А для учителя на первый план выдвигается задача выбора образовательных технологий, устраняющих перегрузки и сохраняющих здоровье обучающихся.

Под здоровьесберегающими технологиями я понимаю систему мер по охране и укреплению здоровья учащихся, учитывающую важнейшие характеристики образовательной среды и условия жизни ребенка, воздействующую на их здоровье. Уже 4 года работаю над проблемой «Здоровьесберегающие технологии на уроках и во внеурочной деятельности». Изучала научную литературу по этой проблеме. Посещала уроки своих коллег, знакомилась с методами и приемами здоровьесберегающей технологии через сеть Интернет. В настоящее время накопила достаточно опыта по использованию здоровьесберегающих технологий на уроках, во внеклассной деятельности и как классный руководитель. В своей работе использую упражнения из «Гимнастики мозга» на утренней зарядке и физминутках, смена деятельности учеников в течение урока, дифференцированные задания, занимательные зрительные диктанты с историями о здоровье.

Важная составная часть здоровьесберегающей работы педагога – это **рациональная организация урока**. От соблюдения гигиенических и психолого-педагогических условий проведения урока в основном и зависит функциональное состояние школьников в процессе учебной деятельности. Показателем рациональной организации учебного процесса являются:

- объем учебной нагрузки – количество уроков и их продолжительность, включая затраты времени на выполнение домашних заданий;
- нагрузка от дополнительных занятий в школе;
- занятия активно-двигательного характера: динамические паузы, уроки физической культуры, спортивные мероприятия и т.п.

