

### 3.1.3 Создание здоровьесберегающих условий для обучающихся.

#### СПРАВКА

#### о применении здоровьесберегающих технологий, используемых учителем в образовательном процессе

Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни — одна из главнейших задач, обозначенных в нормах ФГОС. Азизова И.А. придерживается здоровьесберегающей организации учебного процесса, использует в своей работе:

- Медико — профилактические — они обеспечивают сохранение здоровье детей под руководством медработников;

- Физкультурно — оздоровительные — они направлены на физическое развитие и укрепление здоровья: развитие физических качеств, двигательной активности. Для того, чтобы дети не уставали на уроке, проводит упражнения для опорнодвигательного аппарата, упражнения для рук и палец. упражнения для формирования правильного дыхания, точечный массаж для профилактики простудных заболеваний, упражнения для укрепления мышц глаз и улучшения зрения, комплекс физических упражнений для профилактики заболеваний органов дыхания.

На переменах проводятся специальные оздоровительные игры. В состав упражнений для физкультминуток включает:

- упражнения по формированию осанки,
- укреплению зрения,
- укреплению мышц рук,
- отдых позвоночника,
- упражнения для ног,
- потягивание,

- упражнения, направленные на выработку рационального дыхания. Применяет сказкотерапию, где дети учатся вместе со сказочными героями преодолевать трудности, быть добрыми и справедливыми. Огромные возможности для душевного здоровья имеет музыкотерапия, которая применяет Иманият Абдуразаковна. Использует веселую ритмичную музыку в физкультминутках, а спокойную лирическую при самостоятельной работе на уроках изобразительного искусства, литературного чтения, технологии и др.

В своей работе применяю несколько групп здоровьесберегающих технологий, наиболее значимыми из которых являются здоровьесберегающие образовательные технологии обучения, основанные на:

- возрастных особенностях познавательной деятельности учеников;
- обучении на оптимальном уровне трудности;
- вариативности методов и форм обучения;
- оптимальном сочетании двигательных и статических нагрузок;
- использовании наглядности;

- сочетании различных форм представления информации;
- создании эмоционально благоприятной атмосферы;
- формировании положительной мотивации к учебе;
- культивировании у учащихся знаний по вопросам здоровья.

Работая по этим технологиям учитываю:

- организацию обучения через разные каналы восприятия информации (зрение, слух, ощущение) в зависимости от возрастных особенностей учащихся, а также целей и задач урока;
- создание здоровьесберегающего пространства кабинета № 32;
- знание недельных зон работоспособности и планирование уроков разной степени сложности;
- знание об уровнях работоспособности учащихся в течение рабочего дня;
- планирование контрольных работ, уроков нового материала, уроков обобщения в зависимости от места урока в сетке расписания;
- распределение интенсивности умственной нагрузки в течение урока и рабочего дня.

Традиционным стало проведение Дней здоровья, спортивных праздников, посещение уроков физической культуры и спортивных игр, что способствует укреплению здоровья учащихся, сокращению числа заболевших детей в классе. По вопросам гигиены и охраны здоровья и формирования ЗОЖ в классе оформлен уголок «Наше здоровье» — материалы постоянно обновляются.

Замдиректора  
по учебной части  
МБОУ «Каякентская СОШ №1»



Сейдалиева Р.А