

**1 слайд. Мой опыт применения ЗОТ.**

*«Чтобы сделать ребёнка умным и рассудительным,  
сделайте его крепким и здоровым»*

*Ж.-Ж. Руссо*

**2 слайд**

Коллеги, я говорю ВАМ, здравствуйте, и желаю:

**ЗДОРОВЬЯ**

**ВОСТОРГА**

**УДАЧИ**

**ДРУЖБЫ**

**СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ**

**ИДЕЙ**

**РАДОСТИ**

**ТЕРПЕНИЯ**

**ТВОРЧЕСТВА**

**АРТИСТИЗМА**

**ВДОХНОВЕНИЯ**

**ЕДИНСТВА**

**Я- учитель здоровья, а это значит, что я сохраняю и укрепляю здоровье всех участников образовательного процесса.**

**«Здоровье (по определению Всемирной организации здравоохранения) — это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов».**

Задача школы состоит не только в том, чтобы сохранить здоровье обучающихся на период учения, и чтобы подготовить их к дальнейшей успешной и счастливой жизни.

И решение этой задачи, прежде всего, связано с применением здоровьесберегающих технологий в учебном процессе. Здоровый ученик с удовольствием включается в любую деятельность, он оптимистичен, жизнерадостен.

Здоровьесберегающие образовательные технологии (ЗОТ) можно рассматривать как

- одно из самых перспективных образовательных систем XXI века,

- и как совокупность приёмов, форм и методов организации обучения школьников,
- и как качественная педагогическая технология по воздействию на здоровье обучающихся.

Разрешите представить свой опыт работы, рассказать, как я использую ЗОТ в процессе обучения и воспитания детей.

Для того, чтобы была некая особенность презентации моей работы, я решила использовать, в качестве ассоциаций, символы здоровья по Фен Шуй. Сегодня они будут обозначать основные составляющие здоровьесберегающих технологий в начальной школе.

### 3 слайд

Первый символ – Журавли – они обозначают физическое здоровье. Важно правильно построить работу, выбрать верное направление и дети справится с любыми нагрузками. Физическое здоровье – это основа основ.

- Уроки физкультуры
- Физкультминутки
- Динамические паузы
- Спортивные секции
- Утренняя гимнастика перед уроками
- Организованные перемены
- Обучение в режиме смены динамических поз
- Походы
- Внеурочная деятельность

### 4 слайд

- Весёлые старты
- Малые олимпийские игры

#### 5 слайд

- Прогулки на свежем воздухе
- День здоровья
- Экскурсии
- Летний оздоровительный лагерь – начальником, которого я являюсь. Моя программа летнего отдыха заняла 3 место в 2017 г в областном конкурсе.

#### 6 слайд

Второй символ – Бамбук – для роста и долголетия.

это духовно-нравственное здоровье.

Это процесс, направленным на формирование личности ребенка и предполагает становление его отношений к Родине, обществу, людям, к труду, своим обязанностям и к самому себе. Задача учителя начальных классов состоит в том, чтобы социально необходимые требования общества, такие, как долг, честь, совесть, достоинство превратить во внутренние стимулы личности каждого учащегося.

- Часы общения
- Обсуждение прочитанных книг
- Притчи
- Классные часы
- Посещение музеев, театров, выставок
- Встречи с интересными людьми
- Экскурсии в природу

#### 7 слайд

- Слушание классической музыки
- Концерты для жителей дома инвалидов и престарелых людей.
- Научно-исследовательская деятельность.

#### 8 слайд

- Внеурочная деятельность
- Уроки мужества

- Участие в акции «Бессмертный полк»
- «Георгиевская ленточка»

## 9 слайд

Третий символ – Сосна – символ силы и бессмертия.

Это психическое здоровье.

**Доброжелательная обстановка на уроке, спокойная беседа, внимание к каждому ответу, позитивная реакция учителя на желание ученика выразить свою точку зрения, тактичное исправление допущенных ошибок, поощрение к самостоятельности, уместный юмор или небольшое историческое отступление — вот далеко не весь арсенал, которым может располагать учитель, который поддерживает психическое здоровье каждого ребенка. Учащиеся входят в класс не со страхом получить плохую оценку или замечание, а с желанием продолжить беседу, продемонстрировать свои знания, получить новую информацию. В процессе такого урока не возникает эмоционального дискомфорта даже в том случае, когда ученик с чем-то не справился, что-то не смог выполнить. Более того, отсутствие страха и напряжения помогает каждому освободиться внутренне от нежелательных психологических барьеров, смелее высказываться, выражать свою точку зрения.**

## 10 слайд

Четвёртый символ - Цапля – символ верности и долголетия.

Это творческий характер образовательного процесса.

В.А.Сухомлинский сказал: “Через сказку, фантазию, игру, через неповторимое детское творчество – верная дорога к сердцу ребёнка”.

Я применяю ЗОТ затем, чтобы у каждого ребёнка была ситуация успеха. Ведь ситуация успеха ведёт к положительной мотивации обучения.

## 11 слайд

Следует заметить, что в обстановке психологического комфорта и эмоциональной приподнятости работоспособность класса заметно повышается, что в конечном итоге приводит и к более качественному усвоению знаний, и, как следствие, к более высоким результатам. По окончании урока ученики проводят перемену с хорошим настроением, поскольку в течение этого времени отрицательные факторы практически отсутствовали.

## 12 слайд

**Пятый символ – Персики – для укрепления здоровья.**

Это работа с родителями.

Если мы хотим вырастить физически и нравственно здоровое поколение, то должны решать эту задачу совместно с родителями.

Исследования свидетельствуют о том, что современные дети в большинстве своем испытывают «двигательный дефицит». Не секрет, что дома, дети большую часть времени проводят за столом, у телевизора или за гаджетом.

Родители наши верные помощники в вопросе здоровья детей. Мы создали клуб Счастливые родители.

## 13 слайд

Я провожу, как тематические родительские собрания, так и специальные занятия с нашими клубовцами.

«День здоровой семьи»

Родительское собрание: «О здоровье – всерьез»

Посещение утренней гимнастики

Создание копилки «Нет пагубным привычкам!»

информация в родительский уголок «Здоровый образ жизни».

«Крепким стать нельзя мгновенно – закаляйся постепенно».

-Конкурс «Спортивный фотоальбом моей семьи»

фото репортаж (хроника одного дня) : «День здоровья в своей семье».

(самоизоляция)

Мастер-класс «Здоровое питание» - проводили дистанционно.

14 слайд

Шестой символ - Сосна – символ силы и бессмертия.

Это Результат работы.

Это - счастье учителя – это когда его ученики становятся хорошими людьми, это наш результат.

15 слайд

У детей снижение показателей заболеваемости детей, улучшение психологического климата в коллективе, повышение мотивации к учебной деятельности, прирост учебных достижений.

Учителям, освоившим эту технологию, становится легче и интереснее работать, поскольку исчезает проблема учебной дисциплины и открывается простор для педагогического творчества.

16 слайд

В заключение, вслед за великим гуманистом и педагогом Ж.-Ж. Руссо, хочется сказать: «Чтобы сделать ребёнка умным и рассудительным, сделайте его крепким и здоровым».

От здоровья детей зависит многое в успешном освоении школьной программы. «Здоровые дети – здоровая нация». Будем следовать этому, уделяя огромное внимание здоровью учащихся.

17 слайд

Спасибо за внимание.

## **Литература:**

1. *Ковалько В.И.* Здоровьесберегающие технологии в начальной школе 1-4 классы.– М.: «Вако», 2004.
2. *Лецких А.А.* «Подвижный» способ обучения и его влияние на развитие учащихся // Завуч начальной школы. 2004. №1.
3. *Семенова Т.Н.* Реструктуризация сельской школы: опыт, проблемы, перспективы. Кемерово: КРИПК и ПРО. 2005.
4. *Смирнов Н.К.* Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. М.: АПК ПРО. 2002.
5. *Тукачёва С.И.* Физкультминутки. Волгоград: Учитель. 2005.
6. «Энциклопедический словарь русской цивилизации», М., 2000.
7. *Мильман И.И.* Охрана здоровья. – М., 1995
8. *Здоровье: Учебно-методическое пособие для учителей 1-11 классов. /Под редакцией В.Н. Касаткина, Л. А Щеплягиной. - М., 2001.*
9. *Замышляева, Н.В.* Проблема здоровьесбережения: пути её решения на уроке / *Н.В. Замышляева* // Начальная школа. – 2010. – № 6.