**Здоровьесберегающие технологии**

**на уроках информатики и ИКТ**

О.Б.Воронина, учитель информатики и ИКТ

первой квалификационной категории,

МБОУ «Кольцовская школа №5»

**«Здоровье - не все, но все без здоровья - ничто»**

**Сократ**

**Здоровьесберегающие технологии** - это система мер по охране и укреплению здоровья учащихся, учитывающая важнейшие характеристики образовательной среды и условия жизни ребенка, воздействующие на здоровье.

**Что должен сделать учитель информатики для обеспечения безопасного сотрудничества ребенка с компьютером?**

**Современный удобный**

**кабинет**

**СЛАГАЕМЫЕ**

**УСПЕХА**

**СЛАГАЕМОСТЬ УСПЕХА**

**Приемы и методы преподавания**

**Личность учителя (умения, желания…)**

**Психологический**

**настрой**

Лучший вид отдыха – смена деятельности

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Неотъемлемая часть**  **здоровьесберегающих технологий** | | |
| **Динамические паузы**  (задачки на размышления) | **Физкультминутки, зарядка для глаз** | **Минутки релаксации**  (стереограммы) |

**Немаловажную роль играют**

**для здоровьясбережения положительные эмоции**

**1 прием**– юмор, доброе слово, обращение к ученику по имени, строки из стихотворения или народная мудрость.

**2 прием –** возбуждение сомнения в справедливости излагаемых истин, как преподавателем, так и школьниками.

**3 прием** – “возбуждение умственного аппетита” к самостоятельной работе на уроке и дома.

**4 прием** – совместное эмоциональное переживание материала: восхищение ученым, сделавшим открытие; красивым решением задачи, переживание неудачи, радуемся успехам и достижениям.

Включая в урок хотя бы один элемент здоровьесберегающей технологии, стараюсь сделать процесс обучения интересным и занимательным, создать у детей бодрое, рабочее настроение, облегчить преодоление трудностей в усвоении учебного материала, усилить интерес детей к предмету.

В конце урока необходимо применять разнообразные элементы рефлексии, причем, если она была проведена в начале урока и в конце, то сразу видна оценка уроку, причем выставленная классом в целом… Это позволяет сделать выводы по уроку для себя каждому и, мне, как учителю, особенно необходимо!

 ВАШЕ НАСТРОЕНИЕ

smileface1SADFACE2

так себе, на троечку лучше, чем в начале отлично!

Таким образом, здоровьесберегающие технологии, которые я использую на уроках способствуют укреплению и сохранению здоровья детей. Развивают творческий потенциал детей, снимают стресс и повышают интерес к урокам.

**Здоровье нельзя улучшить, его можно только сберечь!   
Берегите себя и своих учеников!**