**Методика применения здоровьесберегающих технологий на уроках химии**

ЦЕЛЬ:

* Обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе.
* Создать на уроках условия для сохранения здоровья,
* Сформировать у ученика необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни,
* Научить использовать здоровьесберегающие знания в повседневной жизни. научить учащихся самостоятельно преодолевать усталость; повышенную степень тревожности из-за боязни не быть успешным;
* Чередовать разнооднообразие видов деятельности.

ПРИМЕНЕНИЕ:

При подготовке и проведении каждого урока учитываю: строгую дозировку учебной нагрузки; построение урока с учетом динамичности учащихся, их работоспособности; соблюдение гигиенических требований (свежий воздух, хорошая освещенность, чистота); благоприятный эмоциональный настрой; профилактика стрессов ; оздоровительные моменты и смена видов деятельности на уроке, помогающие преодолеть усталость, уныние, неудовлетворительность; четкая организация учебного труда (подготовка доски, четкие записи на доске, применение ИКТ, соблюдаю требования САНПиНа;

1)на уроке создаю обстановку доброжелательности, положительного эмоционального настроя, ситуации успеха и эмоциональные разрядки, т.к. результат любого труда, а особенно умственного, зависит от настроения, от психологического климата – в недоброжелательной обстановке утомление наступает быстрее;

2) чёткая организация учебного труда для предупреждения утомляемости; при планировании урока предусматриваю смену деятельности, чередую различные виды активности: интеллектуальная – эмоциональная– двигательная;

3) использование динамических пауз, минут для здоровья (профилактические упражнения для глаз, упражнения на релаксацию, упражнения для формирования правильной осанки) для снятия напряжения, усиления работоспособности; предлагаемые упражнения для физминутки органически вплетаются в канву урока;

4) на уроках рассматриваем задачи, которые непосредственно связаны с понятиями “здоровый образ жизни”, “правильное питание”, “экология”; осуществляю индивидуальный подход к учащимся с учетом личностных возможностей;

5)провожу тренинговые мини-занятия для уменьшения степени тревожности учащихся, такие как “Учитесь поддерживать друг друга”, “Приветствия бывают разными”, “Работа в группах”, “Мы и успех”.

РЕЗУЛЬТАТ:

Систематическое включение в урок элементов здоровьесберегающей технологии, делает процесс обучения интересным и занимательным , создает у детей бодрое , рабочее настроение , облегчает преодоление трудностей в усвоении учебного материала , усиливает интерес детей к предмету облегчает его изучение, приучает к дисциплине и заботе о своем здоровье, снижает показатель заболеваемости, приводит к улучшению психологического климата в классе, способствует понятию взаимосвязей химии и быта.