**Цель:** показать значимость здоровьесберегающей технологии в улучшении состояния здоровья и качества жизни детей в процессе учебной деятельности.

**Задачи:**

1. Пропаганда здорового образа жизни;

2. Создание здоровьесберегающей среды в классе;

3.Способствовать сохранению и укреплению здоровья ребенка, т.е. осуществлять личностно-ориентированный подход при обучении и воспитании.

Проблемы сохранения здоровья учащихся стали особенно актуальными на современном этапе. В создавшейся обстановке естественным стало активное использование педагогических технологий, нацеленных на охрану здоровья школьников. По словам профессора Н. К. Смирнова, «здоровьесберегающие образовательные технологии — это системный подход к обучению и воспитанию, построенный на стремлении педагога не нанести ущерб здоровью учащихся».

Здоровьесберегающая технология, по мнению В.Д. Сонькина, - это:

-условия обучения ребенка в школе (отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания);

-рациональная  организация учебного процесса (в соответствии с возрастными, индивидуальными особенностями  и гигиеническими требованиями);

-соответствие  учебной  и  физической  нагрузки  возрастным возможностям ребенка.

Данные технологии должны соответствовать принципам здоровьесбережения:  •   «Не навреди!» — все применяемые методы, приемы, используемые средства должны быть   обоснованными, проверенными на практике, не наносящими вреда здоровью ученика и учителя.

Работа ведется не от случая к случаю, а каждый день и на каждом уроке. Как пример: мытье рук перед каждым приемом пищи и после похода в туалет.

*Типы технологий*

\*Здоровьесберегающие (профилактические прививки, обеспечение двигательной активности, витаминизация, организация здорового питания)   
\*Оздоровительные (физическая подготовка, физиотерапия, аромотерапия, закаливание, гимнастика, массаж, фитотерапия, арттерапия)  
\*Технологии обучения здоровью (включение соответствующих тем в предметы образовательного цикла)   
\*Воспитание культуры здоровья (факультативные занятия по развитию личности учащихся, внеклассные и внешкольные мероприятия, фестивали, конкурсы и т.д.)

А теперь несколько слов о том. Какие методы и приёмы используем мы в нашей работе на классе 4 о.р.:

1.Уроки здоровья, которые мы проводим, помогают воспитать потребность в здоровом образе жизни.

3.Большое внимание уделяем рассаживанию учащихся. А также высоте мебели.

4.Условием всестороннего развития и сохранения работоспособности учащихся младшего школьного возраста является возможность движений .

Физкультминутка – главное ее достоинство в том, что она включает в себя все виды движений, свойственные человеку: ходьбу, бег, прыжки, пластику рук, туловища, тела. Физкультминутки мы проводим учитывая специфику предмета и специфику детей нашего класса. В состав упражнений для физкультминуток необходимо включать:

-Гимнастика для глаз

-Физкультурно – спортивные:

-Танцевальные:

-Дыхательные упражнения

5.Формируем здоровый образ жизни младшего школьника на всех уроках

6. Классные часы

Тема:«Научим Неумейку мыть руки»

7. Целевые экскурсии: «Признаки осени» «Весна», «Транспотр», в данный вид обучения также вкючаем здоровьесберегающие технологии и воспитательные задачи.

8.Беседа с родителями:

«Здоровое питание и влияние на его здоровье»

Комплексное использование оздоровительных мероприятий позволяет снижать утомляемость, повышать эмоциональный настрой и работоспособность, а это в свою очередь способствовует сохранению и укреплению здоровья учащихся.

Здоровье так же заразительно, как и болезнь. «Заразить здоровьем» - вот цель нашей работы. А постоянная озабоченность охраной здоровья школьников может и должна приобрести характер закона, определяющего действия педагога.

Правильная организация обучения даёт возможность предотвратить перегрузки и усталость у школьников, а также помогает детям осознать важность сохранения здоровья.

Литература:

1. Акименко В.М. Новые логопедические технологии – Ростов-на-Дону.: Феникс, 2008г.
2. Сократов Н.В. Современные технологии сохранения и укрепления здоровья детей. – М.: ТЦ Сфера, 2005 г.
3. Мальгавко Н.В. Здоровьесберегающие технологии в работе с детьми с ОНР – ж. Логопед, №1, 2012г.
4. Панфёрова И.В. Здоровьесберегающие технологии в логопедической практике. – ж. Логопед, №2, 2011г.
5. Кудинова М.А. здоровье сберегающие технологии в системе коррекции речи дошкольников. – ж. Логопед, №2, 2010г.