Слайд 1 Добрый день! Я, учитель начальных классов, Ляшенко Дарья Сергеевна. Работаю в школе 11 год. Проблема выбора профессии для меня никогда не стояла. С раннего детства перед глазами была работа моей мамы. И я решила, что стану учителем младших школьников, как она. Отучившись в педагогическом колледже и поступив на заочный курс в университет, я сразу пошла работать в школу.

Слайд 2. В моем первом классе было много детей из неблагополучных семей. Они были недисциплинированными, непоседливыми, не умели управлять своими эмоциями, часто конфликтовали друг с другом. На уроках быстро утомлялись. Мне хотелось, чтобы мои уроки были более эффективными, чтобы ученики с низкими познавательными способностями тоже смогли достигнуть определённых успехов и сохранить свое здоровье.

Использование здоровье-сберегающих технологий очень актуально в настоящее время.

Слайд 3 Важнейшей задачей для себя ставлю создание комфортной учебной среды в классе, сохранение психического здоровья учеников, учитываю возрастные и индивидуальные особенности. Сравниваю нынешний результат ученика с его прошлым результатом. Стараюсь создавать благоприятный микроклимат в классе.

Слайд 4. В начальной школе, особенно в 1-2 классах использование здоровье сберегающих технологий жизненно необходимо. Одной из основных здоровье-сберегающих технологий, которую я использую на уроках и внеурочной деятельности являются подвижные игры. Например, *игры-эстафеты*, когда дети, разделившись на команды, по очереди выходят к доске и выполняют определенные задания. Мини- игры по станциям, игры в магазин, передай мяч, примеры по цепочке, построй дом из геометрических фигур. Кто стоит первым, вторым, соседи.

Слайд 5 На русском языке игры-соревнования со звуками, живые слоги, когда ребята, отвечающие за согласные звуки, находят себе пару из ребят-гласных, Заглавная или строчная, когда ребята приседают, если буква строчная или поднимают руки вверх – если заглавная. На окружающем мире кроссворды, игра с физической картой, игра чьи детеныши, дикие или домашние, обучающие игры с предметами по правилам личной гигиены, режиму дня. На уроках литературного чтения использую инсценировку стихотворений, сказок.

А также на уроках обязательно провожу динамические паузы, пальчиковые гимнастики, гимнастики для глаз.

Слайд 6 Очень важно обучать детей и родителей здоровому образу жизни. Ведем беседы о здоровье и значимости сбалансированного горячего питания, выполняем проекты, посвященные здоровому образу жизни, работаем с текстами по ЗОЖ, встречаемся с фельдшером школы, участвуем в олимпиадах и интернет-олимпиадах по окружающему миру. Для родителей провожу лектории, посвященные организации режима дня, выполнению домашних заданий, внеурочной деятельности детей.

Слайд 7 Создаю комфортные условия в учебном кабинете. Приобщаю к физическому труду- уборка кабинета, уход за комнатными растениями.

Слайд 8 Насколько часто вы организуете отдых детей на переменах?

Как показывают наблюдения, если для учащихся были организованы различные подвижные игры с четкими правилами, снижается до минимума травматизм, на уроках после они более собраны и дисциплинированы, активность и познавательный интерес увеличивается, несмотря на то, что это 4,5 уроки, когда работоспособность обычно понижается.

Слайд 9 Участвуем в спортивных соревнованиях, клубе семейного выходного дня,

Слайд 10 совершаем экскурсии,

Слайд 11 туристические походы, которые способствуют не только умственному, но и физическому развитию ребят. Детский оздоровительный лагерь при школе дает возможность отдохнуть ребятам, не выезжая за пределы станицы.

Слайд 12 Ребята получают духовное,

Слайд 13 патриотическое воспитание.

Слайд 14-15 На внеурочных, внеклассных мероприятиях обязательно включаю подвижные конкурсы.

Главный принцип- непрерывность. Работа по сохранению и защите здоровья должна вестись постоянно и комплексно.

Слайд В этом учебном году обучение в 4 четверти проходило в дистанционном формате. В этой ситуации очень важно сохранить здоровье детей, т.к. длительная работа с экраном компьютера и другими гаджетами может губительно сказаться на их здоровье. Поэтому я старалась правильно подбирать материал урока, оптимальный объем домашних заданий, напоминать ребятам о правильной посадке и физминутках, оказывала психологическую поддержу детям и их родителям.

Слайд 17 Учитель – это тот человек, который постоянно учится, осваивает новое, совершенствуется. Как сказал Джеймс Болдуин «Дети никогда не слушались взрослых, но зато исправно им подражали». А Надежда Константиновна Крупская подчеркивала важность личности учителя, его гражданской позиции. Поэтому начинать нужно с себя. Видя успешного учителя, ребята тоже будут стремиться к успеху.

Слайд 18. По итогам такой работы были достигнуты следующие результаты: снизился процент простудных заболеваний, ребята стабильно успевают в учебе, активно участвуют во всех мероприятиях класса. Горячим питанием охвачены 85% учеников.

Слайд 19. Как сказал Махатма Ганди «Будущее зависит от того, что вы делаете сегодня». А дети — будущее нашего общества. И, следовательно, от нас зависит его благополучие.