**Здоровье сберегающая среда на уроках технологии как приоритетное направление в современном образовании»**

 Здоровье – величайшая ценность. Хорошее здоровье – основное условие для выполнения человеком его биологических и социальных функций, основа для успешной самореализации личности. Именно в школьном возрасте закладываются основы здоровье сберегающего мышления и поведения личности. С другой стороны, школьная среда чаще всего не создает условий для укрепления здоровья. В последнее время обоснованную тревогу специалистов вызывает состояние здоровья детей России.

 По данным специалистов, около 90% детей имеют отклонение в физическом и психическом здоровье; 30-35% детей, поступающих в школу, уже имеют хронические заболевания; за годы обучения в пять раз возросло число нарушений зрения и осанки, в четыре раза увеличивается количество нарушений психического здоровья, в три раза увеличивается число детей с заболеванием органов пищеварения: Доля здоровых детей неуклонно уменьшается, особенно эта неблагоприятная тенденция характерна для детей школьного возраста. "Школьный фактор" - это самый значимый по силе воздействия и по продолжительности фактор, влияющий на здоровье учащихся.

 В настоящее время можно с уверенностью утверждать, что именно учитель, в состоянии сделать для здоровья современного ученика больше, чем врач. Это не значит, что педагог должен выполнять обязанности медицинского работника. Просто учитель должен работать так, чтобы обучение детей в школе не наносило ущерба здоровью школьников.

 Дети значительную часть времени проводят в школе, которая призвана растить здоровое поколение. Необходимо делать все от нее зависящее, чтобы обеспечить физическое развитие и психическое здоровье обучающихся. Известно, что состояние здоровья ребенка – важное условие успешного усвоения школьных программ по общеобразовательной и профессиональной подготовке, а также решающий показатель качества трудовых ресурсов и воспроизводства населения нашей страны в ближайшие годы.

 Человека можно назвать здоровым, если он:
• в физическом плане – умеет преодолевать усталость и его здоровье позволяет ему действовать в оптимальном режиме;
• в интеллектуальном плане – проявляет хорошие умственные способности, любознательность, воображение, самообучаемость;
• в нравственном плане – честен, самокритичен, эмпатичен (т.е. способен переживать, сочувствовать, сопереживать);
• в социальном плане – уравновешен, способен удивляться и восхищаться.

 В юности мы мало думаем о том, как сохранить свое здоровье. Все вредности нам кажутся безвредными, поэтому наша задача состоит в том, чтобы развеять некоторые детские убеждения, связанные с питанием, его режимом, стрессами, сном, убедить в необходимости следить за осанкой своего тела, воспитать привычку к чистоте, сознательному выполнению санитарно – гигиенических правил.

 Здоровье сберегающие технологии на уроках технологии - задача особой важности для преподавателей этого предмета.

 Уроки технологии играют особую роль в профилактике здоровья школьников. Само их содержание, когда большая часть времени отводится практической работе, способствует снятию напряжения, предотвращению стрессов, создаются условия для здорового развития детей:
1. **Соблюдаются физиологические основы учебно-воспитательного режима:**
- время трудоспособности, утомляемости учащихся;
- учебная нагрузка, дозирование домашних заданий,
- физкультминутки.
2**. Производится гигиеническая оценка условий и технологий обучения:**- воздушно-тепловой и световой режим; кабинет регулярно проветривается.
- режим и организация учебно-воспитательного процесса.
3**. Формируется здоровый образ жизни.**В течение всего урока обращаю внимание на посадку учащихся за столом, за швейной машиной и при различных видах рукоделия.

**4.** **Использование технологии обучения и воспитания в условиях активной сенсорно-развивающей среды:** чередование на уроках разных видов деятельности (устная, письменная, практическая (ручная работа, машинная, утюжильная), работа в парах, изучение наглядных пособий), упражнения для развития мелкой моторики, упражнения на снижение утомляемости.

 Большое значение на уроках технологии имеет соблюдение правил техники безопасности и санитарно-гигиенических требований, которые направлены на предупреждение травматизма и сохранение здоровья учащихся. Разработаны специальные инструкции, которые обязательно соблюдаются. Данные технологии должны удовлетворять принципам

Здоровье сбережения, которые сформулировал Н. К. Смирнов:

• «Не навреди!» — все применяемые методы, приемы, используемые средства должны быть обоснованными, проверенными на практике, не наносящими вреда здоровью ученика и учителя.
• Приоритет заботы о здоровье учителя и учащегося — все используемое, должно быть оценено с позиции влияния на психофизиологическое состояние участников образовательного процесса.
 У каждого ребенка надо стараться сформировать ответственность за свое здоровье, только тогда он реализует свои знания, умения и навыки по сохранности здоровья.

 Но одним из самых важных здоровье сберегающих действий, я считаю создание у детей положительной эмоциональной настроенности на уроке.

Доброжелательная обстановка на уроке, возможна тихая музыка, спокойная беседа, внимание к каждому высказыванию, позитивная реакция учителя на желание ученика выразить свою точку зрения, тактичное исправление допущенных ошибок, поощрение к самостоятельной мыслительной деятельности, уместный юмор или небольшое историческое отступление — вот далеко не весь арсенал, которым может располагать педагог, стремящийся к раскрытию способностей каждого ребенка.

Всё это способствует нормальному психическому здоровью детей.

 Желательно, чтобы завершение урока было спокойным:

- учащиеся имели возможность задать учителю вопросы,

- учитель мог прокомментировать задание на дом,

- попрощаться со школьниками.