**Формирование здоровьесберегающей среды на уроках биологии в рамках ФГОС**

**Долбнев В.В., учитель биологии высшей категории МАОУ СОШ № 34 имени Н.К. Божененко**

Формирование здоровьесберегающей среды на уроках биологии в рамках ФГОС – важная составляющая образовательного процесса. Здоровьесбережение включает в себя создание условий, способствующих физическому, психическому и эмоциональному благополучию учащихся, а также формирование у них осознанного отношения к своему здоровью.  
  
Основные принципы формирования здоровьесберегающей среды  
  
1. Создание комфортной образовательной среды:  
   - Оптимальная температура и влажность воздуха в классе.  
   - Хорошее освещение.  
   - Удобная мебель, соответствующая возрасту и росту детей.  
  
2. Физическая активность:  
   - Регулярные физические разминки между теоретическими блоками.  
   - Использование интерактивных методов обучения, стимулирующих движение (например, игры, квесты).  
  
3. Психоэмоциональное состояние:  
   - Создание атмосферы доверия и уважения.  
   - Поддержание позитивной мотивации к обучению.  
   - Индивидуальный подход к каждому ученику.  
  
4. Экологическое воспитание:  
   - Изучение влияния факторов окружающей среды на здоровье человека.  
   - Практическое участие в экологических акциях и проектах.  
  
Методы и приемы здоровьесохранения на уроке биологии  
  
1. Интерактивные методы:  
   - Групповая работа, обсуждения, мозговой штурм.  
   - Ролевые игры, симуляции биологических процессов.  
   - Викторины и конкурсы с элементами физической активности.  
  
2. Использование современных технологий:  
   - Применение мультимедийных презентаций, видео и анимаций.  
   - Работа с электронными ресурсами и образовательными платформами.  
  
3. Практические занятия:  
   - Лабораторные работы, опыты и эксперименты.  
   - Полевые исследования, экскурсии в природу.  
  
4. Элементы психологии и физиологии:  
   - Объяснение связи между психологическим состоянием и физическим здоровьем.  
   - Упражнения на релаксацию и управление стрессом.  
  
Примеры уроков с учетом здоровьесберегаещей среды  
  
Тема: "Организм человека и его системы"  
1. Начало урока: краткая разминка (физкультминутка), направленная на активизацию внимания и улучшение кровообращения.  
2. Основная часть: обсуждение функций различных систем организма, их взаимосвязи и влияния на общее самочувствие.  
3. Практическая работа: измерение пульса до и после выполнения физических упражнений, анализ результатов.  
4. Заключение: обсуждение важности регулярного движения и здорового образа жизни.  
  
Тема: "Влияние экологии на здоровье"  
1. Введение: просмотр видеоролика о влиянии загрязненной окружающей среды на организм человека.  
2. Обсуждение: групповые дискуссии о возможных мерах по улучшению экологической ситуации.  
3. Проектная работа: разработка плана действий по охране природы в своем районе.  
4. Подведение итогов: рефлексия о значимости участия каждого в сохранении здоровья планеты и своего собственного здоровья.  
  
Заключение  
  
Формирование здоровьесберегающей среды на уроках биологии в соответствии с требованиями ФГОС способствует развитию у школьников осознанного отношения к своему здоровью, укреплению физического и психоэмоционального состояния, а также воспитывает ответственное отношение к природе и обществу.