**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.