

## Применение здоровьесберегающих технологий на уроках информатики

Главное богатство человека - это здоровье. Внимание к вопросам здоровья в последние годы заметно возросло. Закономерно возросло и внимание к здоровью школьников. Официальная статистика пугает своей неотвратимостью. Только 10 % детей сохраняют к концу школьного обучения здоровье. Задача школы - сохранить и укрепить здоровье своих воспитанников. Появившееся в последние годы понятие *здоровьесберегающие технологии* предполагает консолидацию всех усилий школы, нацеленных на сохранение, формирование и укрепление здоровья учащихся.

Укреплению здоровья учащихся в лицее уделяется большое внимание. В лицее не первый год действует Программа "Здоровье". В условиях школы разработана модель здоровьесберегающего обучения и воспитания, критерии урока здоровьесберегающей направленности.

Изучение предмета информатика предусматривает использование компьютера, общаясь с которым, можно нанести гораздо больший вред здоровью растущему организму, чем на обычном уроке. С применением современных информационно-коммуникативных технологий, усиливается нагрузка на организм школьника и порождает остроту проблем здоровьесбережения.

Что должен сделать учитель информатики для обеспечения безопасного сотрудничества ребенка с компьютером?

- Отслеживание соответствия санитарно-гигиенических норм требованиям СанПиНов.
- Постоянное внимание к охране зрения: рассадка учеников, проведение упражнений по гигиене зрения.
- Проведение на каждом уроке физкультминуток.
- Обеспечение интереса к своему предмету и уроку.
- Учет естественных биоритмов, индивидуальных особенностей учащихся.
- Планирование обоснованных с точки зрения сохранения здоровья переходов от одного этапа урока к другому, чередование труда и отдыха, смены одних форм труда другими.
- Реализация на практике индивидуально-личностного подхода к оценке знаний: умение показать успешность ученика, выбор адекватной для детей сложности заданий.
- Максимально возможное использование активных методов обучения.
- Использование приемов мотивации как внешней (оценка, похвала, стремление опередить одноклассников), так и внутренней (стремление больше узнать).
- Обеспечение дифференцированного подхода к учащимся с особым вниманием к детям группы риска и больным.
- Включение в цели урока элементов оздоровительной направленности, как в организации, так и в содержании.

В качестве материала с оздоровительной направленностью используются в содержании урока пословицы, поговорки, крылатые выражения, задачи по теме "Здоровье", предлагается выполнить творческие работы по теме «Здоровье».

Все выше перечисленные факторы создают условия для сохранения здоровья школьников на уроках информатики, но не включают их в этот процесс. Необходимо чтобы сами школьники участвовали в процессе сохранения своего здоровья, вели и пропагандировали здоровый образ жизни. Поэтому ежегодно учащиеся 5 - 11 классов выполняют проекты на темы: "Быть здоровым это модно", "Влияние компьютера на здоровье школьников".

Всё это делает процесс обучения более интересным и занимательным, создает у детей бодрое настроение, облегчает преодоление трудностей в усвоении учебного материала, а самое главное, заставляет их задуматься о здоровом образе жизни.