

МОУ ИРМО «Ширьевская СОШ»

Тема доклад: Реализация здоровьесберегающих технологий на уроках русского языка и литературы

Учитель: Н.В. Сизова

Общеизвестно, что здоровьесбережение – одно из приоритетных направлений современной педагогики. Этим объясняется интенсивный поиск форм и методов воспитания ценностного отношения к здоровью в сознании подростка. Системный подход позволяет естественно, органично подготовить ребёнка к жизни.

Педагогические технологии в области здоровьесбережения, как правило, ориентированы на **внеурочные модули**: элективные курсы, спецкурсы, факультативы, классные часы, многоуровневые воспитательные проекты и т.д. Однако перегруженность сегодняшнего школьника, активно вовлечённого в дополнительное образование, нередко оборачивается проблемами, на решение которых, собственно, и направлены здоровьесберегающие технологии: усилением интеллектуальной нагрузки, психоэмоциональной усталостью, повышенной утомляемостью ребёнка и, как следствие, снижением его учебной и социальной мотивации. Это обращает учителя-предметника к поиску возможностей использования здоровьесберегающих технологий именно **в процессе урока**.

Психолого-педагогические технологии здоровьесбережения

Снятие эмоционального напряжения. Использование игровых технологий, игровых обучающих программ, оригинальных творческих заданий, введение исторических экскурсов (н-р при изучении «Песни о вещем Олеге» дается историч. справка о герое). Использование интеграции различных видов искусства на занятиях помогает восприятию и осмыслению материала, положительно влияет на эмоциональное состояние учащихся. (Например, сопоставление произведений литературы и живописи или музыки). Этот прием также позволяет решить одновременно несколько различных задач: обеспечить психологическую разгрузку учащихся, дать им сведения развивающего и воспитательного плана, показать практическую значимость изучаемой темы, побудить к активизации самостоятельной познавательной деятельности и т.п.

Создание благоприятного психологического климата на уроке.

Пожалуй, одним из важнейших аспектов является именно психологический комфорт школьников во время урока. Доброжелательная обстановка на уроке, 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. С одной стороны, таким образом решается задача предупреждения утомления учащихся, с другой — появляется дополнительный стимул для раскрытия творческих возможностей каждого ребенка.

Комплексное использование личностно-ориентированных технологий. Среди здоровьесберегающих технологий можно особо выделить технологии личностно-ориентированного обучения, учитывающие особенности каждого ученика и направленные на возможно более полное раскрытие его потенциала. Сюда можно отнести технологии проектной деятельности, дифференцированного обучения, развивающего обучения, разнообразные игровые технологии, ТРКМ.

Одна из ключевых проблем любого обучения - проблема удержания внимания учащихся. И здесь нам могут помочь **ИКТ**, прежде всего использование компьютера на уроке. Благодаря смене ярких впечатлений от увиденного на экране, внимание учащихся можно удерживать в течение всего урока, при этом то, что происходит на экране, требует ответной реакции ученика, т.е. внимание носит не созерцательный, а мобилизующий характер. В своей практической деятельности я использую, например, грамматические сказки, разного рода презентации, работу с ЦОР. Использование компьютера не только позволяет демонстрировать наглядность, но дает возможность изменять темп урока, форму подачи материала, осуществлять дифференцированный подход к ученику. Например, учитывая возможности ребенка, можно дать ему выполнить индивидуальное задание на тренажерах по русскому языку. Использование компьютера для тестирования учащихся дает возможность отдохнуть от шариковой ручки и размять пальцы рук, а разнообразие форм работы учащихся на уроке в сочетании с демонстрацией видеоряда и мультимедиа материалов создает у учащихся эмоциональный подъем, повышенный интерес к предмету за счет новизны его подачи, снижает утомляемость учащихся.

В рамках технологии развивающего творческого обучения я предлагаю следующий метод, способствующий развитию воссоздающего воображения и снятию напряжения на уроках, психологической разгрузки.

Создание ассоциаций: «Когда я произношу слово .. , то представляю». Лучше, конечно, если данная работа будет проводиться письменно, но можно и устно. Тогда ассоциации записываются на доске в виде солнца, цветка и т.п. Результаты не обсуждаются, а просто заслушиваются. Естественно, необходима словесная оценка. Ребятам очень важно услышать об уникальности их ответа, многим достаточно просто услышать: «Хорошо, интересно, необычно». Большим плюсом является именно зачитывание полученного текста. Таким образом можно избавиться от отрицательных эмоций, с которыми ребенок пришел на урок. Но если у ребенка нет желания делиться публично, то настаивать не надо.

Система творческих заданий включает в себя сочинения-миниатюры, дифференцированные задания, составление схем, раскрытие смысла эпиграфа, цитаты, составление характеристик героев, составление вопросов автору (герою), создание своих, оригинальных текстов. Например, составьте анкету литературного героя, изучите две части речи и выпишите общие и особенные признаки, составьте страницу энциклопедии о творчестве писателя, поэта, внедрите героя из одного произведения в другое, поместите героя в необычное место действия, измените финал рассказа.

Главным условием ТРКМ является свободное самовыражение, внутренняя независимость личности, способность по-своему реагировать на то, что происходит в ней и вне ее. А не это ли является залогом создания психологического комфорта на уроке. Когда ученик может высказать свою точку зрения, прийти к решению только известным ему способом, поделиться с другими. Ценность новой технологии состоит в наличии разных точек зрения, создании творческой работы, формировании культуры мыслей и действий.

Приемы работы по ТРКМ

Прием «Знаю – хочу узнать – узнал» - это работа с таблицей. При изучении темы, на стадии вызова, учащимся можно предложить разбиться на пары, посоветоваться и заполнить 1 графу таблицы (что я знаю по теме: это могут быть какие-то ассоциации, конкретные исторические сведения, предположения). После изучения темы соотносят полученную информацию с той, что была у них в начале урока, учатся рефлексировать.

Использование приемов «Верные – неверные утверждения» и приемов прогнозирования поможет развить эту способность у детей и повысить мотивацию к изучению материала.

Для осмысления содержания текста, обнаружения личностного смысла в материале используются приемы **«Чтение с остановками»**, **«Чтение с пометками»**, **«Составление кластера»**.

При **чтении с остановками** чтение текста осуществляется по частям, каждая часть анализируется и делаются прогнозы о дальнейшем содержании. Отвечая на вопросы дети делают предположения о содержании, рассказывают о своих ассоциациях, чувствах, ожиданиях, о том, что подтвердилось из предположений, а что – нет и объясняют свои ответы. Использование этого приема открывает возможности для прогнозирования, эмпатии, целостного видения произведения.

Приемы устной и письменной рефлексии (**Синквейн**- самая легкая форма стихотворений по алгоритму)

Каким же тогда критериям должен отвечать урок с точки зрения здоровьесбережения?

Критерии здоровьесбережения на уроке, их краткая характеристика и уровни гигиенической рациональности урока представлены в таблице.

Критерии здоровьесбережения	Характеристика
Обстановка и гигиенические условия в классе	Температура и свежесть воздуха, освещение класса и доски, монотонные неприятные звуковые раздражители
Количество видов учебной деятельности	Виды учебной деятельности: опрос, письмо, чтение, слушание, рассказ, ответы на вопросы, решение примеров, рассматривание, списывание и т.д.
Средняя продолжительность и частота чередования видов деятельности	Продолжительность деятельности – 3-10 минут. Потом рекомендуется сменить деятельность.
Количество видов преподавания	Виды преподавания: словесный, наглядный, самостоятельная работа, аудиовизуальный, практическая работа, самостоятельная работа.
Чередование видов преподавания	На усмотрение учителя.
Наличие и место методов, способствующих активизации	Метод свободного выбора (свободная беседа, выбор способа действия, свобода творчества). Активные методы (ученик в роли: учителя, исследователя, деловая

	игра, дискуссия). Методы, направленные на самопознание и развитие интеллекта, эмоций, общения, самооценки, взаимооценки.
Место и длительность применения ТСО	Умение учителя использовать ТСО как средство для дискуссии, беседы, обсуждения.
Поза учащегося, чередование позы	Правильная посадка ученика, смена видов деятельности требует смены позы.
Наличие, место, содержание и продолжительность на уроке моментов оздоровления	Физкультминутки, динамические паузы, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз, массаж активных точек.
Наличие мотивации деятельности учащихся на уроке	Внешняя мотивация: оценка, похвала, поддержка, соревновательный момент. Стимуляция внутренней мотивации: стремление больше узнать, радость от активности, интерес к изучаемому материалу.
Психологический климат на уроке	Взаимоотношения на уроке: учитель – ученик (комфорт – напряжение, сотрудничество – авторитарность, учет возрастных особенностей); ученик – ученик (сотрудничество – соперничество, дружелюбие – враждебность, активность – пассивность, заинтересованность – безразличие).
Эмоциональные разрядки на уроке	Шутка, улыбка, юмористическая или поучительная картинка, поговорка, афоризм, музыкальная минутка, четверостишие.
Момент наступления утомления и снижения учебной активности	Определяется в ходе наблюдения по возрастанию двигательных или пассивных отвлечений в процессе учебной деятельности.
Темп окончания урока	Не скомкан. Позитивный настрой на следующие уроки.

Важными условиями, способствующими реализации здоровьесберегающей технологии обучения, являются два обстоятельства:

во-первых, внимательное отношение педагога к своему собственному здоровью и соблюдение тех правил поведения, которые называются здоровым образом жизни;

во-вторых, общий настрой школы на создание рационального режима и благоприятных условий для воспитания и обучения детей, т. е. на содействие здоровью.

На сегодняшний день состояние педагогов оставляет желать лучшего:

1. Они не могут позволить себе такого отдыха, которого бы хотели;

2. Учитель часто испытывает стресс, он постоянно думает, переживает, прежде всего, за детей, может быть, испытывает психологическую несовместимость в коллективе, в результате кровеносная система расшатывается, сосуды головного мозга сужаются – это ведет в конечном итоге к деградации головного мозга, поэтому учителя должны научиться правильно реагировать на сложившуюся ситуацию.

ПРАВИЛА для учителя:

1. научиться правильно, реагировать на сложившуюся ситуацию;
2. не требовать от ребенка чего-то сверхъестественного;
3. позитивный настрой, хорошее настроение;
4. уверенность учителя, спокойствие;
5. научиться быть наблюдателем ситуации.

Учитель русского языка и литературы _____ /Н.В. Сизова/