



Образовательный Центр "Лучшее Решение"
www.лучшеерешение.рф www.lureshenie.ru www.высшийуровень.рф
www.лучшийпедагог.рф www.publ-online.ru www.t-obr.ru www.1-sept.ru

Использование на уроках здоровьесберегающих технологий

Авторы:

Овчинникова Марина Акбаржановна

Денисова Наталья Владимировна

МОУ "СШ № 102"

Волгоград

Тема «Использование на уроках здоровьесберегающие технологий» не нова, об этом свидетельствуют многочисленные разработки в СМИ, Интернете. Но эти же статьи свидетельствуют и об актуальности данной темы. Учитель на каждом уроке должен не только дать детям знания, он и применять здоровьесберегающие технологии. Целью использования новых технологий является проблема преодоления «больного детства».

Задачи, которые стоят перед современным учителем для достижения поставленной цели, можно сформулировать следующим образом:

1. выполнять образовательную функцию, содействовать оздоровлению учащихся;
2. вовлекать родителей в оздоровление детей;
3. передавать знания по предотвращению отдельных болезней;
4. пропагандировать здоровый образ жизни;
5. совместными усилиями воспитывать с детства бережное отношение к своему здоровью, здоровью окружающих и потребность к здоровому образу жизни.

Как же мы решаем поставленные задачи на уроках? Одним из направлений работы - это использование работы в режиме двигательной активности. На каждом уроке необходимо следить за осанкой детей. На каждой перемене обязательно проветривать кабинет. Ведь школьникам необходим свежий воздух для улучшения самочувствия и повышения их работоспособности.

Другими формами двигательной активности являются ролевые игры на уроках, «инсценирование» исторических сюжетов и поиск решений исторических и обществоведческих задач, работа в группах, когда учащиеся двигаются, пересекаются во время урока. При этом значительную роль играет эмоциональный фактор, ведь, как правило, школьники садятся с тем, кто им симпатичен и привлекателен. Заряд положительными эмоциями сказывается как на ход урока, так и на самочувствие учащихся.

Чтобы дети чувствовали себя комфортно и раскованно на уроках, надо позволять им шутить, смеяться, но естественно, не нарушая при этом дисциплины и порядка. Пожалуй, сложнее всего, в данной ситуации – это сохранение баланса между раскованностью и дисциплинированностью. Поэтому выход мы видим в том, чтобы учащимся было интересно и увлекательно, чтобы работали много, но плодотворно, так, чтобы работы на дом оставалось мало, и выполнять её было бы интересно.

Мы достигаем это следующим образом. Во-первых, дети по возможности сами читают новый материал, изложенный в учебнике. Во-вторых, систематизация прочитанного

происходит в совместной деятельности учащихся и учителя, когда наводящими вопросами проверяются первичное восприятие, делая при этом записи, выстраивая схемы на доске и в тетрадях для установления причинно-следственных связей.

Как правило, уже к концу первой четверти дети начинают говорить, спорить, доказывать свою точку зрения, поправлять других, когда он «допускает ошибку». Казалось бы, в классе должен стоять невероятный шум, но ведь одновременно воспитывается и культура поведения по принципу: «Хочешь быть выслушанным – умей слушать других».

Выстроенные в тетради логические цепи, позволяют детям не сидеть долго над домашней работой, а вспомнить, закрепить изученный на уроке материал и отдыхать. Таким образом, одновременно решается, пусть и частично, проблема ненормированной продолжительности учебного дня, недели и предельного напряжения организма в течение этого времени. Если ребёнок спокоен и уверен в себе, если он уходит с урока довольным, то можно с уверенностью сказать, что и здоровье его тоже в порядке, т.к. положительные эмоции снижают утомление школьника, вызванное учебными занятиями.

Со слабыми и больными детьми организована индивидуальная работа, которая предусматривает меньшую нагрузку, дополнительное разъяснение во время и после уроков, работу по карточкам, заполнение кроссвордов, выполненных другими учащимися.

Пропагандируется здоровый образ жизни на уроках. Например:

- на уроках обществознания в 9 классе обязательно рассматривается статья 23 УК РФ. «Уголовная ответственность лиц, совершивших преступление в состоянии опьянения»;
- на уроках обществознания в 7 классах, изучая психолого-возрастные особенности подросткового возраста, подчёркивается, что подражание «взрослому» образу жизни – всего лишь иллюзия, которая может привести к пагубным последствиям, единственный путь избежать эти последствия - осознанное понимание и контроль своего поведения;
- при изучении глобальных проблем человечества в 8 классе подростки понимают, что демографическая проблема сегодня - это результат не только экологических и экономических проблем, но и следствие небрежного отношения к себе и своему здоровью предшествующих поколений (табакокурение и употребление спиртных напитков беременными женщинами и кормящими матерями, бездумная абортация в юности).

Естественно, что вышеназванные темы рассматриваются согласно возрастным особенностям детей, но они не оставляют равнодушными ни детей, ни подростков.

Система работы в данном направлении позволила нам добиться достаточно высокого показателя качества знаний, что в свою очередь свидетельствует об интересе к изучаемым предметам. Предметам, к которым у детей и подростков формируется ценностное отношение к жизни и здоровью, которое позволит успешно адаптироваться во многих сферах жизни на пути к самореализации, социальной адаптации.

Список литературы:

1. Вайнер Э.Н. Формирование здоровьесберегающей среды в системе общего образования // Валеология - 2004 -№1.
2. Науменко Ю.В. Здоровьесберегающая деятельность школы // Педагогика -2005.-№ 6.
3. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе. М.: АРКТИ, 2005.