**К выступлению Пономаренко А.А. (с. Покровское)**

**1 слайд**. Согласно определению ВОЗ «здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия…». Все компоненты здоровья взаимодействуют друг с другом. Физическое здоровье воздействует на духовную жизнь, а духовный контроль дает необходимую дисциплину для поддержания здоровья.

А поэтому здоровьесберегающие технологии – одно из приоритетных направлений современной педагогики**,** направленные наохрану и укрепление здоровья детей, учитывающие важнейшие характеристики образовательной среды, условия жизни ребенка. Они предполагают совокупность педагогических, психологических и медицинских воздействий, направленных на защиту и обеспечение здоровья, формирование ценного отношения к себе.

**2 слайд.** Переход учащихся из начальной школы в среднее звено имеет определённый период адаптации. Именно поэтому учителя – предметники, в первую очередь, должны обращать внимание на индивидуальные особенности здоровья каждого ученика, пришедшего в среднее звено. Главная задача - создать условия для включения ребёнка в учебный процесс и найти методы, адекватные именно его психофизиологическим особенностям, помогающие формированию позитивного мышления и способности к “конструированию” собственного здоровья. На уроках должна преобладать благоприятная микросреда и морально-психологический климат, целенаправленная пропаганда здорового образа жизни, соблюдаться нормы СанПиНа

Всем известно, что русский язык и литература – серьёзные и сложные предметы. На уроках русского языка учащимся приходится много писать, а потому учитель-словесник должен уделять особое внимание здоровьесберегающим технологиям.

**3 слайд.** И возникает вопрос: **возможно ли такое использование языкового материала, которое бы позволило не эпизодически (как, например, при изучении наклонений глаголов составляем режим дня школьника с последующим его обсуждением; при знакомстве с числительными используем тексты, рассказывающие детям об истории Олимпийских игр, завоёванных медалях нашими спортсменами в разные периоды, или использовать тексты, пропагандирующие спорт, разные его виды, туризм), а на каждом уроке в ненавязчивой форме воспитывать грамотных и здоровых детей?**

В качестве примера возьмем урок по теме «Написание н, нн в суффиксах имен прилагательных, образованных от имен существительных» в 6 классе. Как видим, тема урока и языковой материал, на первый взгляд, не имеют прямой связи со здоровьесбережением

Как учитель, ставлю перед собой следующие задачи: организовать эффективную работу на уроке для сохранения и укрепления здоровья; повысить мотивацию учения; создать у детей ощущение радости в процессе обучения (психологический климат урока); развить творческие способности; воспитать культуру здоровья; научить детей жить в гармонии с собой и окружающим миром.

**4 слайд Тип урока**: урок «открытия» новых знаний

Методы и приемы урока:

- метод мотивации учебной деятельности (создание проблемной ситуации)

- метод организации и осуществления учебно-познавательной деятельности (исследование)

- метод формирования новых умений (изучение текста, упражнения)

- методы обобщения и систематизации изученного (кодирование и декодирование информации: создание и чтение опорных схем)

- методы контроля результатов обучения

**Прокомментируем** теперь содержание урока с точки зрения применения на нем здоровьесберегающих технологий:

**5 слайд с фото с листочками**) Приветствие и улыбка учителя и детей создают позитивный психо-эмоциональный настрой на урок – при входе в кабинет каждый из детей получает бумажный осенний листочек, с обратной стороны которого написаны суффиксы имен прилагательных – это поможет сформировать группы учащихся по 5 человек и создаст учебную проблемную ситуацию. На данном уроке рассадка по группам «случайная»: чтобы не было привыкания к постоянному составу групп и вырабатывалось умение развивать коммуникативные навыки с «новым» коллективом.

Домашнее задание, которое выполняли дети, носит творческий характер (придумать лингвистическую сказку или приготовить презентацию (1-3 слайда) об имени прилагательном

**6 слайд на фоне презентации и лингвосказки**) В ходе проверки домашнего задания происходит ***мотивация настроя на предмет и тему урока :***

***-***  **прослушивание** познавательного текста и **установление связи** между различными по содержанию источниками;

- мотивация словесного оценивания: похвала за правильные **рассуждения, высказывание** **собственных мыслей**.

***При этом были применены методы стимулирования и мотивации учебно-познавательной деятельности****:*

- создание ситуации успеха;

- увлеченность обменом интересной информацией, положительные подкрепления,

- словесные поощрения;

- получение баллов в оценочный лист либо путем взаимооценивания, либо самооценивания, а кроме того – словесное оценивание учителем

**7 слайд)** Следует сказать несколько слов об изменении отношения к оценке и развитии навыков самооценки у учащихся:

- ориентация на индивидуальную относительную норму в оценке с учетом развития ребенка, особенностей учебной деятельности и др.;

- оценка используется как обратная связь, позволяющая учителю увидеть свои и ученические проблемы и возможные шаги для успешной коррекции;

- учитель включает учащихся в оценочную деятельность, обучает их умению оценивать как свою работу, так и работу одноклассников (очень удобны с этой точки зрения оценочные листы, форма которых может варьироваться).При этом стараюсь оценивать работу учащихся таким образом, чтобы моей оценке предшествовала оценка учащегося.

- для оценивания использовать не только отметку, но и слово, которое, как известно, «может убить, слово может спасти, слово может полки за собой повести».

**8 слайд** – фото с листами самоконтроля

**9 Слайд**) Чтобы не допустить зрительного утомления, предлагается провести зрительную гимнастику, которая поможет снять физическую и психоэмоциональную напряжённость; тренировать вестибулярный аппарат; развить зрительную координацию; укреплять глазные мышцы; развить зоркость и внимательность; улучшить зрение.

Сначала у нас в кабинетах школы использовались бумажные тренажеры для глаз по методике В.Ф. Базарного. На листе ватмана были изображены цветные фигуры, толщина линий 1 см. Плакат, показывающий траекторию движения глаз, укреплялся над доской или на стене в кабинете. Стрелками на схеме указывались направления, вдоль которых нужно перемещать взгляд при выполнении упражнения: вверх – вниз, влево – вправо, по часовой стрелке, против часовой стрелки, по восьмерке. Для упрощения восприятия каждая зрительная траектория имеет свой цвет. Благодаря тренажерам у детей повышается работоспособность, снимается переутомляемость, активизируется чувство зрительной координации, развивается зрительно – моторная реакция и различительно – цветовая функция. Рекомендуются цвета: красный, голубой, желтый, зеленый.

**Важное замечание:** упражнения с тренажером Базарного выполняются только стоя.

**10 слайд**  фото детей во время гимнастики) Эффект снятия зрительного напряжения при занятиях на описанном зрительном тренажере объясняется тем, что хаотичная напряженная высокочастотная моторика глаз переводится в успокаивающий режим при плавном перемещении взгляда вдоль зрительных траекторий.

«Обход» взглядом фигур на тренажере можно производить в двух режимах:

1) только глазами при неподвижной голове и туловище;

2) с помощью движений головы и туловища в нужном направлении, когда глаза неподвижно зафиксированы в глазницах.

Рекомендуется делать до 10-12 движений по каждой траектории. Частота таких глазных тренингов зависит от интенсивности зрительной работы и психо-эмоционального состояния человека. Например, в случае необходимости длительное время концентрировать взгляд в близкой точке (рисование, чтение и пр.) и при ощущении высокого психического напряжения следует выполнять упражнения каждые 15-20 минут.

Сейчас этот тренажер появился в формате видеоролика, что является очень удобным подспорьем особенно в начале его применения

**11 слайд** перекодировка текста) На основании материала учебника учащиеся составляют опорную схему сначала по микрогруппам, а потом на доске.

**12 слайд** Творческие работы) Закрепляем языковой материал, составляя сказку, используя предложенное начало и рисунки в качестве подсказки. Проверку осуществляем путем использования сигнальных карточек – листочков, которые дети получили в начале урока. Поднимая руки вверх, дети получают дополнительную возможность подвигаться.

**13 слайд** творческие работы) Чтобы превратить информацию в знания, которыми можно будет пользоваться на практике, нужно дать возможность всем без исключения учащимся проявить свои таланты и свой потенциал. Для этого необходимо использовать различные виды самообразования с учетом возрастных, индивидуальных, личностных предпочтений учащихся, стараясь обеспечить творческую самореализацию каждого ученика на уроке и во внеурочной деятельности. В папку творческих работ (портфолио) ученикам предлагаются задания: продолжи незаконченные предложения, кроссворды, схемы, творческие задачи, тематические сказки, сообщения, материал рубрики « А знаете ли Вы, что…» и т.д.

Где брать темы? Их подскажет языковой материал урока и индивидуальные особенности учащихся того или класса. Тематика может быть самой разнообразной – от гимна фруктам и овощам, до глубокого рассуждения в старших классах на тему: «Техносфера в современной школе: зло или благо?»

- рассуждения над пословицами, поговорками, загадками. Алгоритм работы может быть таким: найди; объясни смысл; поясни, в каких случаях в жизни может применяться, сделай вывод) Например, «В здоровом теле, здоровый дух»; «Больному и мёд не вкусен, а здоровый и камень ест»; «*По яблоку в день – и доктор не нужен»,*  «Пешком ходить — долго жить»; «Поешь рыбки — будут ноги прытки»; «Гречневая каша — матушка наша, хлебец — кормилец»; «Здоров на еду, да хил на работу»,

- изречениями писателей, например, *« Доброта для души то же, что здоровье для тела: она незаметна, когда владеешь ею, и она дает успех во всяком деле» (Л.Н. Толстой)*

**14 слайд**) - творческие словарные диктанты, которые уместны как в 5-7 классах, так и для страшеклассников:   
1    Расслабление и снятие психического напряжения (релаксация).        
2.   Система физических упражнений, способствующая общему развитию организма и укреплению здоровья *(*гимнастика)   
3 Вид спортивной гимнастики (аэробика)   
4.      Правила времяпровождения (распорядок дня)

В качестве примера: на этапе закрепления изученного материала дети получают задание выяснить этимологию (происхождение) слова ВЕТРЕНЫЙ. Учитель задает проблемный вопрос: что или кто может быть ВЕТРЕНЫМ (ветреный день – ветреный человек) . А в кабинете может быть ветрено? (да, если открыты окна и двери, например). Как это называется? (сквозняк). А сквозняк приносит пользу или вред?

Такой вид работы может служить основой для домашнего или классного мини-сочинения «Сквозняк: друг или враг?» (при этом в тексте детских работ должны употребляться слова на изученную орфограмму или пунктограмму или другое языковое явление).

**15 слайд** – пример оформления творческих работ

**16 слайд)** рефлексия Рефлексию на уроке можно совместить с пальчиковой гимнастикой. Совершая массажные движения вдоль пальцев рук, ребенок отвечает на вопросы: МИЗИНЕЦ. Какие знания, опыт я сегодня получил? БЕЗЫМЯННЫЙ. Что я делал и чего достиг? СРЕДНИЙ. Какое у меня настроение? УКАЗАТЕЛЬНЫЙ. Кому я сегодня помог, чем порадовал, чему поспособствовал? БОЛЬШОЙ. Что я сделал для своего здоровья?

**17 слайд – итог)**  **применяются следующие элементы здоровьесберегающих технологий:**

1. положительный эмоциональный настрой на уроке;
2. оптимальный темп ведения урока;
3. подача материала доступным рациональным способом;
4. наглядность;
5. смена видов деятельности (читаю, слушаю, говорю, думаю, рассуждаю, пишу и т. д.);
6. дифференцированный подход в обучении;
7. групповая работа, работа в парах;
8. игра, игровые моменты;
9. зрительная гимнастика

В заключение хочу сказать, что внедрение в обучение здоровьесберегающей технологии ведет к снижению показателей заболеваемости детей, улучшению психологического климата в коллективе, предотвращает утомляемость. При освоении этой технологии  мне легче и интереснее работать, поскольку происходит реализации мотивации и самоопределения учащихся, их раскрепощение и открывается простор для  педагогического творчества.