**Научно-практическая конференция педагогических работников - 2012**

*Сарычева Римма Геннадьевна,*

*учитель русского языка и литературы*

*МОУ Юшалинская СОШ № 25*

*Тугулымского ГО Свердловской области*

**«Развитие педагогического потенциала как фактора обновления качества образования»**

**Использование образовательного потенциала современных технологий обучения в практике работы педагога**

**Здоровьесберегающие технологии на уроках русского языка и литературы**

Поводом моего выступления послужили слова возмущённой мамы на форуме одного учительского Интернет- портала, посвященного обсуждению проблемы здоровьесберегающих технологий в школе. Она пишет:

*«Педагоги, вы о чем?  
Уже десятки лет в школу приходят дети более-менее здоровые, а выходят из школы поголовно больные. С первого сентября тысячи малышей будут стоять на дороге и ждать школьный автобус под дождем и снегом. В тысячах сельских школ туалеты на улице. В городах переполненные классы, уволены социальные педагоги, психологи, сокращены повара и технички. У учителей запредельная нагрузка, чтобы прокормить семью. Сколько учеников кончают жизнь самоубийством или предпринимают попытку суицида по результатам ЕГЭ? А вы про какие-то здоровьесберегающие технологии. Хоть бы слово "педагогическая технология" не упоминали всуе. Да не может быть в принципе никакой здоровьесберегающей технологии при классно- урочной системе. Просто есть учителя, старающиеся не умножать зло. А настоящее сбережение здоровья учеников будет только тогда, когда наше Министерство образования суд признает преступной организацией, разрушающей здоровье будущего нации, и пока классно-урочная система на будет заменена на другую систему, основанную не на идеологии, а на настоящей педагогической науке. А менять есть на что».*

Что здесь скажешь? Как мама, я понимаю обиды женщины, а как учитель, посмею возразить и своим выступлением доказать, что школа не менее родителей обеспокоена в сохранении здоровья подрастающего человека и что работа в этом направлении ведётся каждым педагогом.

Во-первых, мы все мамы и также обеспокоены сохранением и укреплением здоровья наших детей.

1

Во-вторых, современные реформы образования требуют от учителя не только высокой профессиональной компетенции, освоения нового содержания образования, но и овладения современными образовательными технологиями, инновационными программами.

Обновление и совершенствование технологий обучения в настоящее время невозможно без использования здоровьесберегающих технологий.

И наконец, как педагоги, мы осознаём тот факт, что качество обучения напрямую связано с состоянием здоровья ребёнка.

 Да, медицинские исследования  последних лет, да и наши наблюдения свидетельствуют о том, что здоровье детей под угрозой. За годы школьного обучения  и без того слабое здоровье ученика ухудшается. Каждый из нас знает, что сегодня  в листе здоровья  на предпоследней страничке журнала почти нет  детей, у  которых была бы запись «здоров». А в некоторых классных журналах вообще отсутствуют такие записи, кроме списка учащихся, поскольку школьный врач как таковой в ОУ отсутствует.

Хотя традиционно считается, что основная задача школы – дать необходимое образование, научить детей учиться, но не менее важная сегодня задача – сохранить в процессе обучения здоровье наших детей. С состоянием здоровья связана и успешность обучения, да и качество образования в целом. Поэтому одной из приоритетных задач современной реформы системы образования стало сбережение и укрепление нравственного, психического и физического здоровья учащихся, формирования у них ценности здоровья, здорового образа жизни, выбора образовательных технологий,  устраняющих перегрузки и сохраняющих здоровье школьников.

Согласно определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.

Большая роль в решении задач по сохранению и укреплению здоровья детей отводится, конечно, администрации школы, классным руководителям, ОВР, но и педагоги через включение элементов здоровьесберегающих технологий в процессе преподавания частных дисциплин могут способствовать формированию ЗОЖ ребёнка.

**Что может сделать, например, учитель на уроках русского языка и литературы?**

Можно выделить 4 группы здоровьесберегающих компонентов, которые важно использовать при планировании и организации уроков и внеклассных занятий: физиологические, педагогические, психологические компоненты и компоненты ортобиотики (ЗОЖ).

1. К группе физиологических здоровьесберегающих компонентов следует отнести физиологически грамотно построенное занятие

Обязательными структурными элементами уроков становятся: приветствие; опрос самочувствия; релаксация; оздоровительные упражнения; рефлексия; прощание.

2

Важно не **допускать перегрузки учеников**, определяя оптимальный объём учебной информации и способы её предъявления, минимизировать объём домашних заданий, учитывать интеллектуальные, физиологические особенности учащихся, индивидуальные способности каждого ученика. Стараться предусмотреть такие виды работы, которые снимали бы усталость.

При планировании урока желательно включать **зарядки-релаксации** (не более 3-5 минут). Цель проведения релаксации – снять напряжение, дать детям небольшой отдых, вызвать положительные эмоции, хорошее настроение, что ведёт к улучшению усвоения материала. Релаксация должна освобождать на какое-то время от умственного напряжения Видами релаксации могут быть не только физкультминутки, но и различного рода  движения, игры, заинтересованность чем-нибудь новым, необычным. Даже шутливые истории на уроке, притчи, загадки могут стать примером релаксации, освобождая сознание ребёнка на короткое время от умственного напряжения. Разнообразие впечатлений положительно влияет на эмоциональное состояние ребёнка. Яркие и эстетические впечатления способствуют благотворному протеканию в организме физиологических процессов.

2. Педагогические здоровьесберегающие компоненты.

Здоровьесберегающие технологии реализуются, прежде всего,  на основе **личностно-ориентированного подхода**. Осуществляемые на основе личностно-развивающих ситуаций, они относятся к тем жизненно важным факторам, благодаря которым дети учатся жить вместе и эффективно взаимодейст­вовать. То есть в центр образовательной системы ставится   личность ребёнка, обеспечиваются комфортные условия её развития и реализации природных возможностей. Для сохранения здоровьесбережения  можно использовать и **педагогику сотрудничества**, благодаря которой создаются все условия для реализации задач сохранения и укрепления здоровья учащихся и педагогов. Учитывать индивидуальные способности и возможности учащихся позволяет и использование на уроках  технологии  **уровневой дифференциации обучения**.

Один из способов работы по данной технологии - **групповая работа**, когда класс делим на условные группы с учетом типологических особенностей школьников. При формировании групп учитывается личностное отношение детей  к учебе, степень обученности, интерес к изучению предмета. Для каждой группы разрабатываются задания разной сложности, различающиеся по объему и  приемам выполнения. В составе группы школьники сами выбирают задания, оценивая свою подготовленность на данное время. У учителя появляется возможность помочь детям, которые справляются с предложенным заданием медленнее.

 Одна из ключевых проблем любого обучения - проблема **удержания внимания учащихся**. И здесь нам могут помочь **ИКТ,** например, использование  ЦОР или ТСО 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. Использование компьютера не только позволяет демонстрировать наглядность, но  дает возможность изменять темп урока, форму подачи материала, осуществлять

3

дифференцированный подход к ученику.

Например, учитывая возможности ребенка, можно дать ему выполнить  индивидуальное задание на тренажерах по русскому языку (нет возможности задействовать весь класс, можно во внеурочное время в качестве индивидуальной работы). 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.

 Одним из основополагающих принципов здоровьесберегающих технологий   является  **творческий характер образовательного процесса** и **обеспечение мотивации** образовательной деятельности. Обучение без творческого заряда неинтересно, а значит, в той или иной степени, является насилием над собой и другими. Возможность для реализации творческих задач достигается за счет использования на занятиях, уроках и во внеурочной работе **активных методов** и **форм обучения.**  Большой энтузиазм вызывают у учеников нестандартные уроки, на которых можно проявить себя творчески. Например, уроки-состязания, уроки- творческие отчёты, уроки-ярмарки, с использованием ролевых игр, инсценирования, рисования.

 3. Психологические здоровьесберегающие компоненты.

Спокойная, **доброжелательная, психологически комфортная обстановка** урока также положительно влияет на работоспособность учащихся.

Эффективна с точки зрения психологического комфорта на учебном занятии **диалоговая** **форма обучения**. Формирующейся эмоциональной системе подростка важны разнообразные впечатления, они являются основой наших эмоций и чувств. Например, яркие и эстетические впечатления способствуют благотворному протеканию в организме физиологических процессов.

О **ситуации успеха** сказано много. Создайте ребёнку ситуацию, при которой он хоть на минутку, но порадуется своим незначительным успехам. Умение радоваться – яркий показатель состояния здоровья. Все психологи и врачи, когда их спрашивают, что нужно делать для сохранения своего здоровья в наше психогенно-напряженное время, дают единодушный ответ – «радоваться»! Радость – одно из самых эффективных лекарств. И доступное для всех. Веселые люди стойко переносят тяготы жизни и болезни. Они, как правило, не падают духом при каких-либо поражениях, а потому у них не формируется «гормон страха», наличие которого разрушающе действует на здоровье.

4. Элементы ортобиоза.

Одним из важных направлений в работе каждого педагога должно стать формирование у школьников мотивации на здоровье, осознание социальных норм ЗОЖ. С этой целью целесообразно включать в уроки специальные приёмы, направленные на сохранение и укрепление здоровья учащихся, компоненты ортобиотики.

4

Ортобиотика — сравнительно новая наука о самосбережении здоровья, разумном образе жизни. Ортобиотика рассматривает рекомендации по практическому овладению принципами личного ортобиоза, помогающего на протяжении жизни сохранять физическое и душевное здоровье, активную деятельность и радость мироощущения. Принципы ортобиоза: философия оптимизма, жизненного путеводителя (что такое здоровье), гигиенических правил, формула выживаемости, универсальные средства самосбережения, технология сдерживания угасания жизни и семья как цитадель ортобиоза.

Ортобиоз - рациональный образ жизни; системообразующее условие долголетней работоспособности человека.

**Какие компоненты ортобиоза можно использовать в работе учителя русского языка и литературы?**

На уроках русского языка широко использую для лингвистического анализа, в качестве контрольных, самостоятельных работ тексты, пропагандирующие здоровый образ жизни, спорт, разные его виды, туризм.

5 класс. *Спорт вообще бывает разный. В одних видах спорта важна ловкость, в других – сила, в третьих – смелость, а в четвёртых – логика. Каждый выбирает такой спорт, который больше ему подходит. Есть командные игры: хоккей, футбол, волейбол. Есть игры, в которые играют два или четыре игрока: боулинг и теннис. А есть и такие виды спорта, где участники соревнуются друг с другом: плавание, лёгкая атлетика, гимнастика. В одиночных видах спорта надо рассчитывать только на себя и на свои возможности, а в командных – уметь взаимодействовать с другими игроками. Это важное качество!*

Официально-деловой стиль в 6 классе (программа М.Разумовской) изучаем на примере составления памяток и инструкций по сохранению здоровья и личной безопасности.

6 класс. **Примерные рекомендации по здоровому образу жизни**.

1. Содержи своё тело в чистоте.

2. Хорошо ешь.

3. Играй с осторожностью.

4. Выбирай друзей правильно.

5. Содержи свой мир в чистоте.

6. Лекарство не игрушка.

7. Участвуй в вакцинации.

Тема «Описание состояния человека» в 7 классе даёт возможность ребёнку оценить своё эмоциональное состояние в данную минуту, проанализировать причины душевного дискомфорта или чувства радости.

Изучение синтаксиса и пунктуации в 8 классе даёт возможность использовать тексты для анализа, рассказывающие детям об истории Олимпийских игр, завоёванных медалях нашими спортсменами в разные периоды.

5

При подготовке к ГИА и ЕГЭ (часть С) возможно использование в качестве тренировочных работ анализ публицистических текстов по пропаганде ЗОЖ.

Во внеурочное время традиционно работаем над сочинениями в рамках областного конкурса «Лучший урок письма», где ежегодно одна из номинации посвящена спортивной теме.

На уроках литературы полезны *мини-диспуты по анализу афоризмов, пословиц и поговорок на тему «Здоровье»: «В здоровом теле здоровый дух», «Отдых – это перемена занятий», «Здоровье женщины – здоровье нации» и т.д.*

С точки зрения популяризации ЗОЖ и общего развития учащихся эффективны рубрики урока «Информация к размышлению» или «Знаете ли вы?»

*Знаете ли вы, что русские писатели А.П.Чехов и В.Гиляровский основали в 1882 году «Русское гимнастическое общество»; Л.Н.Толстой увлекался верховой ездой, коньками, гимнастикой и велоспортом; английский поэт Д.-Г. Байрон, несмотря на хромоту, был великолепным пловцом и т.д.*

**И в заключении** хочется отметить, что, к сожалению, ЗОЖ пока не занимает первое место в главных ценностях человека в нашем обществе. Здоровье подрастающего человека – это одна из главных проблем современной школы и не только социальная, но и нравственная, и свой  посильный вклад  в сохранение здоровья молодого поколения  может внести каждый учитель. И внедрение в учебный процесс здоровьесберегающих компонентов позволяет добиться положительных изменения: формируются мотивы, потребности и ценности ЗОЖ, а возможно, даже нравственные чувства, качества, поступки, создаётся благоприятная здоровая социокультурная среда, в которой растёт и развивается ребёнок.

***Литература:***

1. Безух К.Е. Культура здоровья школьников. – Волгоград: «Учитель», 2011

2. Брагина С.А. Энциклопедия здоровья. - Волгоград: «Учитель», 2009

3.Тареева Л.И. Активные формы обучения. – Волгоград: «Учитель», 2008

4. Верескун Н.В. Русский язык. Нестандартные уроки и внеклассные мероприятия с применением современных технологий. – Москва: «Планета», 2011

6

**Приложение**

**Дидактический материал к урокам русского языка в 6 классе.**

**Тема «Официально-деловой стиль» (программа М.М.Разумовской).**

**Анализ текста памятки.** Чтение, определение стиля текста раздаточного материала собоснованием ответа по плану:

- Определите задачу автора.

- Отметьте языковые особенности.

- Сделайте вывод о стиле данного текста.

- Прокомментируйте указанные орфограммы.

***Памятка № I. Примерные рекомендации по здоровому образу жизни***.

1. Содержи своё тело в чистоте.

2. Хорошо ешь.

3. Играй с осторожностью.

4. Выбирай друзей правильно.

5. Содержи свой мир в чистоте.

6. Лекарство не игрушка.

7. Участвуй в вакцинации.

***Памятка № II. Комплекс упражнений для глаз при работе с компьютером***

1**.** Закрыть глаза на две секунды, открыть. Повторить несколько раз.

2. Сделать несколько вращений глазами по часовой стрелке. Затем - против часовой стрелки. Повторить.

3. Сфокусировать зрение на кончике указательного пальца. Сохраняя фокусировку, переместить палец на расстояние вытянутой руки. Поднести палец к кончику носа. Повторить.

4. Посмотреть на ладонь. Перевести взгляд на удалённый предмет. Повторить.

***Памятка №III. «Будь осторожнее с лекарствами».***

1. Драже и таблетки не должны рассыпаться или иметь трещины, царапины, пятна.

2. Мази должны легко выдавливаться из тюбика единой, не расслаивающейся густой массой.

3. Жидкие лекарства нельзя применять, если они частично испарились или содержат осадок в виде хлопьев.

4. Любые лекарственные препараты нельзя употреблять без консультации со взрослыми, лучше с врачом.

7

***Памятка №IV. Памятка для грибника.***

1. Собирайте только известные вам грибы.

2. Старые, червивые и подозрительные грибы не трогайте.

3. Пластинчатые грибы старайтесь срезать с ножкой, чтобы убедиться, что на ней нет плёнчатого кольца.

4. Никогда не пробуйте сырых грибов.

5. Лучше всего собирать грибы ранним утром.

6. Будьте в лесу заботливыми хозяевами. Не вырывайте грибы с корнем, используйте нож, чтобы не повредить грибницу.

***Памятка №V. Правила эвакуации из здания школы при пожаре.***

1. Во время звукового сигнала “Тревога” организованно выйдите из кабинета.

2. Вместе с учителем без паники спуститесь на первый этаж по указанному направлению.

3. Через запасной выход покиньте здание школы.

4. Отойдите на безопасное расстояние, пересчитайте одноклассников и ждите помощи.

8