*Выступление на МО учителей*

*русского языка и литературы*

*Осовской Т.В.*

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

Здоровье детей – это общая проблема медиков, педагогов и родителей. Решение этой проблемы зависит от внедрения в школе здоровьесберегающих технологий.

Здоровьесберегающие технологии – это система мер по охране и укреплению здоровья учащихся, учитывающая важнейшие характеристики образовательной среды, и условия жизни ребенка, воздействующие на здоровье.

Цель здоровьесберегающих образовательных технологий обучения – обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни. Важная составная часть здоровьесберегающей работы – это рациональная организация урока. Показателем рациональной организации учебного процесса являются:

 -Объем учебной нагрузки – количество уроков и их продолжительность, включая затраты времени на выполнение домашних заданий;

 -Нагрузка от дополнительных занятий в школе;

 -Занятия активно-двигательного характера: динамические паузы, уроки физической культуры, спортивные мероприятия и т.п

 Однако не только важно знать и понимать, что должен делать учитель на уроке чтобы сохранить психическое здоровье учащихся. Из опыта работы я поняла, что здоровьесберегающая направленность работы требует к себе более глубокого и сложного исследования, а так же требует разработки концепции, теории, технологии и диагностических процедур оценки качества урока. И я выстроилаконцепцию здоровьесберегающего обучения следующей логической цепочкой. Здоровьесберегающее обучение направлено на -обеспечение психического здоровья учащихся.

Достигается через

-учет особенностей класса (изучение и понимание человека);

-создание благоприятного психологического фона на уроке;

-использование приемов, способствующих появлению и сохранению интереса к учебному материалу;

-создание условий для самовыражения учащихся;

-инициацию разнообразных видов деятельности;

-предупреждение гиподинамии.

Приводит к

-предотвращению усталости и утомляемости;

-повышению мотивации к учебной деятельности;

-прирост учебных достижений.

И чтобы результативно реализовать здоровьесберегающую технологию в педагогической деятельности, я применяю некоторые образовательные технологии по их здоровьесберегающей направленности.

 Хочу привести оценку этих направлений:

Личностно-ориентированные, где в центр образовательной системы ставлю личность ребёнка, стараюсь обеспечить комфортные условия её развития и реализации природных возможностей.Педагогика сотрудничества – её можно рассматривать как создающую все условия для реализации задач сохранения и укрепления здоровья учащихся и педагогов.

Проявления гуманного отношения к детям, перечисленные в качестве факторов учебно-воспитательного процесса, такие как любовь к детям, и оптимистичная вера в них, отсутствие прямого принуждения, приоритет положительного стимулирования, терпимости к детским недостаткам, в сочетании с проявлениями демократизации отношений – правом ребёнка на свободный выбор, на ошибку, на собственную точку зрения – оказывают благоприятное воздействие на психику учащихся и способствуют формированию здоровой психики и, как следствие, высокого уровня психологического здоровья.

Технология уровневой дифференциации обучения. Свои уроки я строю с учетом индивидуальных возможностей и способностей учащегося. И у меня появляется возможность дифференцированно помогать слабому ученику и уделять внимание сильному, более эффективно работать с трудными детьми. Сильные учащиеся активно реализуют своё стремление быстрее продвигаться вперёд и вглубь, слабые – меньше.

Основной формой организации учебной работы был и остаётся урок, на котором стараюсь использовать всё своё умение по решению данной проблемы.

Каждый новый урок – это ступенька в знаниях и развитии ученика, новый вклад в формирование его умственной и моральной культуры, поэтому важно конструирование и осуществление каждого урока.

Структурными элементами моих уроков выступают:

-приветствие;

-опрос самочувствия;

-релаксация;

-оздоровительные упражнения;

-рефлексия;

-прощание.

Последовательность этапов урока определяется его целью и содержанием, однако комфортное благополучие возможно при условии, что каждый урок содержит все элементы от приветствия до прощания.

Изложенная выше разработка показывает, что внедрение в обучение здоровьесберегающей технологии ведет к снижению показателей заболеваемости детей, улучшению психологического климата в коллективе. Освоив эту технологию, мне легче и интереснее работать, поскольку исчезает проблема учебной дисциплины и происходит раскрепощение, открывается простор для педагогического творчества.

Здоровьесберегающие технологии важны для любого учителя, поэтому необходимо уделять внимание данной проблеме . Необходимо строить урок в соответствии с динамикой внимания учащихся, учитывать время для каждого задания. Во избежание усталости учащихся нужно чередовать виды работ: самостоятельная работа, работа с учебником (устно и письменно), творческие задания – необходимый элемент на каждом уроке. Они способствуют развитию мыслительных операций памяти и одновременно отдыху ребят.

От соблюдения гигиенических и психолого-педагогических условий проведения урока в основном и зависит функциональное состояние школьников в процессе учебной деятельности. Для повышения умственной работоспособности детей, предупреждения преждевременного наступления утомления и снятия у них мышечного статического напряжения, я провожу физкультминутки; проведение физкультминуток, игровых пауз, зрительной гимнастики – еще один способ сбережения здоровья учащихся, кроме того, определяю и фиксирую психологический климат на уроке, провожу эмоциональную разрядку, строго слежу за соблюдением учащихся правильной осанки, позы, за ее соответствием виду работы и чередованием в течение урока.

В 5 классе для проведения физкультминутки подбираю стихотворные тексты, выполняя движения, ребята еще и запоминают стихотворения, тренируют память.

Обязательное условие эффективного проведения физкультминуток – положительный эмоциональный фон. Выполнение упражнений со скучающим видом, нехотя, как бы делая одолжение учителю, желаемого результата не даст, скорее, наоборот.

Не всем учащимся легко дается русский язык, поэтому провожу работу по профилактике стрессов. Хорошие результаты дает работа в парах, в группах, где ведомый более слабый ученик чувствует поддержку товарища.

Чтобы не было перегрузки учащихся, стараюсь соблюдать объём всех видов диктантов, текстов для изложений, а контрольные и зачётные работы проводить строго по календарно-тематическому планированию

Различные тестовые задания с выбором ответа, с открытым ответом; задания на перегруппировку; на распознавание ошибок, на поиск ошибок позволяет избежать монотонности на уроке.

Для лингвистического анализа использую, в качестве контрольных, самостоятельных работ,тексты, пропагандирующие спорт, разные его виды, туризм.

Так, в заданиях по составлению предложений по схемам, предлагаю тему «Я веду здоровый образ жизни». При изучении наклонений глаголов (6 класс) рассматриваю режим дня школьника с последующим его обсуждением.

 Изучение числительных даёт возможность использовать тексты, рассказывающие детям об истории Олимпийских игр, завоёванных медалях нашими спортсменами в разные периоды.

Задача учителя заботиться не только о физическом, но и духовном здоровье учащихся. Уроки литературы представляют широкие возможности для достижения этой цели. Изучение «искусства слова» невозможно без живописи и музыки. Чтение стараюсь сопровождать иллюстрациями великих художников,музыкальными произведениями композиторов – классиков, таким образомстараюсь воздействовать на эмоциональную сферу. При анализе художественного произведения, акцентирую внимание на проблемах гуманизма, добра и зла, стараюсь оказывать влияние на формирование нравственного здоровья. Использование в 10-11 классах блочно-модульной системы снижает нагрузку учащихся в объёме домашнего задания; разноуровневые задания также способствуют сохранению здоровья учащихся.

В младших классах читаем произведения о животных, родном крае и говорим об их сохранении.

 Использование здоровьесберегающих технологий обеспечивает сохранение психического и физического здоровья учащихся, способствует лучшему овладению ими системой знаний, умений и навыков .

Русский язык в умелых руках и в опытных устах— красив, певуч, выразителен, гибок, послушен, ловок и вместителен.

Учитель должен стремиться вызывать положительное отношение к предмету. Доброжелательный и эмоциональный тон педагога – важный момент здоровьесберегающих технологий.

 Учителями русского языка и литературы разработаны и широко используются в практике методы по воспитанию на уроках, во внеклассной деятельности этических норм поведения и эстетического восприятия окружающего мира учащимися. Совершив «виртуальную» экскурсию в ту или иную ситуацию, подросток может уже заранее видеть итог своего поступка, научиться рефлексировать , адекватно оценивать свои возможности и перспективы.

Убеждена, что учащимся 5-11 классов надо раскрыть и показать возможности правильной организации их досуга, помочь сформировать устойчивый интерес к самостоятельному поиску разносторонних знаний, а не просто бороться с вредными привычками, пагубно влияющими на их здоровье.

Если подросток или старшеклассник будет занят и увлечён интересным делом, какой-либо творческой работой, у него не будет лишнего времени на вредные привычки, а значит, подростковый кризис пройдет незаметно и безболезненно для личности и её окружения.

Здоровье школьников – это политика, в которой воплотится наше будущее, сегодняшние дети - поколение 21 века,которое впитывает в себя множество культур, языков, традиций. Задача нашей школы состоит в том, чтобы помочь каждому ученику развить свои способности, помочь правильно выразить свои мысли и чувства , очень чётко координировать себя в мультикультурном обществе.