Булатова А.Р.

Учитель русского языка и литературы

Муниципальное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа

г.о.Орехово-Зуево

**СОВРЕМЕННЫЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ НА УРОКАХ РУССКОГО ЯЗЫКА И ЛИТЕРАТУРЫ И ИХ ЭФФЕКТИВНОСТЬ**

**Вступление**

Проблемы сохранения здоровья учащихся стали особенно актуальными на современном этапе. Кризисные явления в обществе способствовали изменению мотивации образовательной деятельности у учащихся, снизили их творческую активность, замедлили их физическое и психическое развитие, вызвали отклонения в их социальном поведении.
В создавшейся обстановке естественным стало активное использование педагогических технологий, нацеленных на охрану здоровья школьников. По сло­вам профессора Н. К. Смирнова, «здоровьесберегающие образовательные технологии — это системный подход к обучению и воспитанию, построенный на стремлении педагога не нанести ущерб здоровью учащихся».

**Принципы здоровьесбережения**

На своих уроках использую следующие принципы здоровьесберегающих технологий

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

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.

 Эта технология приводит к улучшению психологического климата в коллективе, снижению показателей заболеваемости детей. 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.

1. ***Физминутки***

 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.

1. ***Здоровьесберегающие технологии на различных этапах урока***

 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.

 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 образом, стараюсь воздействовать на эмоциональную сферу. Опираясь *на методику В.Ф.Базарного*, развешиваю иллюстрации в разные углы кабинета, это повышает активность работы детей, оказывает благоприятное влияние на развитие зрительно-моторной реакции, скорости ориентации в пространстве, а так же реакцию на экстренные ситуации в жизни. У них развивается зрительно-двигательная поисковая активность, а так же зрительно-ручная и телесная координация. Дети становятся зоркими, внимательными, и про них уже не скажешь, что они не видят дальше своего носа.
 Использование здоровьесберегающих технологий обеспечивает сохранение психического и физического здоровья учащихся, способствует лучшему овладению ими системой знаний, умений и навыков.

**Вывод**

 В заключении хочется сказать: «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.

 В ходе всей деятельности в направлении здоровьесбережения на уроках русского языка и литературы я вижу определённые положительные результаты. Они выражаются в итогах опроса, проводимого мной и школьным психологом в классах, где работаю.

1. С каким настроение вы идете на урок?

2. Устаете ли вы к окончанию уроков русского языка?

 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.