**Использование здоровьесберегающих технологий на уроках и во внеурочное время**

**Цель творческой работы** :определить наиболее эффективные методы формирования здорового образа жизни у младших школьников.

**Задачи творческой работы:**

1) проанализировать психолого – педагогическую литературу по данной теме;

2) определить условия развития здорового образа жизни млад- ших школьников;

3) определить эффективные пути, методы по формированию здорового образа жизни у младших школьников

Актуальность работы над темой творческой работы.

Современное состояние общества, высокие темпы его развития предъявляют все новые и более высокие требования к человеку и его здоровью. Проблема сохранения и целенаправленного формирования здоровья детей, молодежи в современных условиях развития России исключительно значима и актуальна, поскольку связана напрямую с проблемой безопасности и независимости. Серьезную озабоченность вызывает рост числа детей с ослабленным соматическим и психоневрологическим здоровьем. За последние годы в нашей стране произошло значительное качественное ухудшение здоровья школьников. Статистические данные ежегодных государственных докладов «О положении детей в Российской Федерации», материалы о выполнении Федеральной программы развития образования, отчет межведомственной комиссии Совета Безопасности РФ по охране здоровья населения, а также результаты научных исследований [Е.М.Рыбинский, Д.И.Зелинская, Г.Г.Онищенко, А.А.Баранов, Н.Б.Мирская, Н.А.Целищева, и др.] свидетельствуют о крайне низком уровне состояния здоровья детей и подростков.

По данным Минздрава, только 5% выпускников школ являются здоровыми, 80% школьников хронически больны, 50% имеют морфофизиологические отклонения, 70% страдают нервно-психическими расстройствами. Из 1000 новорожденных 800-900 имеют врожденные пороки развития.

Объективную причину роста количества заболеваний, ухудшения состояния здоровья школьников усматривают в условиях организации учебно-воспитательного процесса[С.М.Громбах, О.А.Мильштейн, Н.А.Ананьева, Ю.А.Ямпольская, В.Ф.Базарный, Н.А.Целищева]. Современные образовательные учреждения характеризуются повышенным объемом учебной нагрузки и интенсификацией учебного процесса в условиях дефицита учебного времени. В результате детский организм, наиболее чувствительный в этот период к воздействию неблагоприятных факторов окружающей среды, приобретает целый ряд нарушений состояния здоровья, который получил название «школьные болезни». Кроме этого, в процессе обучения в школе у детей отмечается рост хронических заболеваний, приводящих к снижению функциональных возможностей детского организма.

В настоящее время политика государства направлена на то, чтобы сохранить и укрепить здоровье школьников. Закон РФ «Об образовании» в качестве одной из приоритетных целей ставит сохранение и укрепление здоровья обучаемых. В то же время в современных российских школах с жесткой унификацией и стандартизацией образовательного процесса состояние здоровья учащихся учитывается статочно. В большинстве из них работа по сохранению и укреплению здоровья носит стихийный, эпизодический характер. Учителя недостаточно применяют здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе. У учащихся не сформировано ценностное отношение к собственному здоровью, большинство из них имеют низкий уровень знаний по проблеме здоровьесбережения, не владеет элементарными умениями и навыками по сохранению собственного здоровья.

Школа на современном этапе должна и может стать важнейшим звеном социализации подрастающего населения. Через школу проходит все население, и на данном этапе социализации личности формируется как индивидуальное здоровье, так и здоровье всего общества. Здоровье подрастающего человека это проблема не только социальная, но и нравственная. Ребенок должен не только уметь сохранять свое здоровье, но и воспитывать в будущем здоровых детей. Приобщение школьников к проблеме сохранения своего здоровья это, прежде всего, процесс воспитания. Это создание высокого уровня душевного комфорта, который закладывается с детства на всю жизнь.

Здоровье, здоровый образ жизни – основные понятия здоровьесбережения.

Прежде всего уточним, что входит в само понятие «здоровье». Существует более 300 определений здоровья. Согласно Уставу Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ) это не только отсутствие болезни и повреждений, но и полное физическое, душевное и социальное благополучие. Такое определение имеет явные преимущества перед бытующим мнением, что здоровье – это отсутствие болезни. Педагоги предпочитают придерживаться определения, приведенного в Уставе ВОЗ, которое является одним из самых популярных, в ней здоровье понимается наиболее обще, емко, виден некий идеал. Руководствуясь определением здоровья как многогранного понятия, включающего физический, социально – психологический и духовно – нравственный аспект, рассматривается «здоровый образ жизни» как целостная система, включающая формы и способы жизнедеятельности, поведения человека, которые укрепляют и совершенствуют резервные возможности организма, способствуют сохранению и укреплению его здоровья для обеспечения полного физического, духовного и социального благополучия.

Основными элементами здорового образа жизни являются:

1) отсутствие вредных привычек;

2) высокая культура общения и поведения;

3) рациональное питание;

4) соблюдение режима труда и отдыха;

5) оптимальный двигательный режим, основу которого составляют регулярные занятия физической культурой и спортом; 6) санитарно – гигиеническая культура.

Сущность, цель, задачи здоровьесбережения.

Сущностью здоровьесбережения является сохранение здоровья учащихся с помощью педагогических средств, способов, приемов. Ведущим в здоровьесбережении является мотив «Через педагогику – к здоровью, через образование – к здоровому образу жизни». Цель здоровьесбережения – создание условий и проведение мероприятий, направленных на сохранение здоровья учащихся.

Основными задачами здоровьесбережения являются: 1) формирование потребностей учащихся в сохранении и укреплении своего здоровья; 2) создание в общеобразовательной школе здоровьесберегающей среды; 3) информационное обеспечение процесса здоровьесбережения; 4) применение в учебно – воспитательном процессе здоровьесберегающих технологий.

Основные направления работы по укреплению здоровья учащихся в практике общеобразовательной школы.

В последнее время особое внимание уделяется работе по укреплению здоровья обучающихся в общеобразовательных школах. Формы и методы сохранения и укрепления здоровья учащихся, используемые педагогами, позволили вычленить основные направления в практике общеобразовательных школ.

Первое направление – концептуальное обеспечение здоровьесбережения. В общеобразовательных школах разрабатываются различные концепции здоровье сберегающего обучения и воспитания. Суть концепции состоит в том, что без особых экономических затрат можно наполнить здоровьесбережением учебно – воспитательное пространство, осуществлять оздоровление детей посредством педагогических средств и методов работы. Основным направлением разработанной концепции являются различные виды деятельности, которые обладают психотерапевтическим и оздоравливающим потенциалом (музыка, танцы, аэробика и др.)

Второе направление в практике школ – программное обеспечение здоровьесбережения учащихся. Реализуются программы по здоровьесбережению обучаемых, основная цель которых – обучение здоровью как учащихся, так и учителей.

Третье направление, реализующееся в практике общеобразовательных школ, связано с мониторинговыми исследованиями здоровьесберегающего обучения и воспитания. Мониторинг включает проведение скрининг – диагностики, углубленной диагностики, отслеживания динамики результатов. В этом случае активно привлекаются работники медицинских служб образовательных учреждений, медицинских учреждений.

Роль традиционных учебных предметов в начальных классах общеобразовательной школы в здоровьесбережении.

Основным педагогическим условием формирования готовности детей школьного возраста к здоровьесбережению является программно-информационное обеспечение процесса здоровьесбережения учащихся. Целью программно-информационного здоровьесберегающего обеспечения является доведение до учащихся актуальных сведений по сохранению, укреплению и формированию своего здоровья. Содержание здоровьесберегающего обеспечения включает: информационный фонд, учебно-методическую литературу, справочную и научную литературу, информационные модели здоровьесберегающих объектов: таблицы, схемы, компьютерные программы, фрагменты художественных кинофильмов, научно-популярные учебные видеофильмы, анкеты, тесты, структуру и описание мероприятий по сохранению здоровья, примерный режим дня школьников, сведения о здоровье сберегающих технологиях и др. Главным педагогическим требованием к осуществлению информированности учащихся начальных классов является интеграция содержания образовательных школьных предметов и главным образом курса «Окружающий мир, «Физической культуры». В ходе работы над темой данной творческой работы были выделены компоненты здоровье сбережения по этим учебным предметам.

Окружающий мир

1.Обязательный минимум содержания основных образовательных программ: овладение умениями оценивать последствия своей деятельности по отношению к своему здоровью; обосновывать и соблюдать меры профилактики заболеваний; воспитание гуманного, ценностного отношения к собственному здоровью; приобретение компетентности сохранения собственного здоровья.

2.Требования к уровню подготовки школьников: знать и понимать причину заболеваний; уметь оценивать последствия собственной деятельности в окружающей среде, последствия влияния вредных факторов на собственный организм; использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни; использовать меры профилактики.

Физическая культура

1.Обязательный минимум содержания основных образовательных программ: воспитание бережного отношения к собственному здоровью; предупреждение заболеваний; овладение современными оздоровительными технологиями, умениями в укреплении и сохранении здоровья; усвоение комплекса знаний о влиянии физической культуры на здоровье и развитие человека.

2.Требования к уровню подготовки школьников: знать особенности работоспособности человека, факторы положительного влияния здорового образа жизни на предупреждение развития заболеваний и старения организма, особенности индивидуального здоровья; уметь владеть способами деятельности: выполнять комплексы общеразвивающей гимнастики. Выполнять упражнения для снятия утомления и повышения работоспособности; выполнять индивидуальные комплексы упражнений корригирующей направленности и лечебной физической культуры. Использовать приобретенные знания и умения в повседневной жизни: осуществлять регулирование физической нагрузки по показателям индивидуального самочувствия.

Вопросы здоровьесбережения рассматриваются и в содержании учебных занятий по другим учебным предметам. Но это содержание не зафиксировано в учебных программах.

Основное содержание внеклассной воспитательной работы с учащимися начальных классов общеобразовательной школы.

При внеклассных формах работы учитель, воспитатель начальных классов осуществляет преемственность между учебным и воспитательным процессом и тем самым учит детей беречь свое здоровье. В практику работы общеобразовательных школ вошли:

1)составление, оформление, разъяснение правил для дежурного по классу, столовой, спальной комнате, школе и т.д., а также контроль за их выполнением;

2)подготовка и проведение экскурсий, туристических походов, целевых прогулок;

3)обучение гигиеническим правилам и контроль за их выполнением;

4)организация работы учащихся по благоустройству школьных помещений, на пришкольном участке и контроль за их выполнением;

5)физкультурно-спортивная работа с учащимися;

6)подготовка и проведение праздников здоровья, Дня здоровья, Недели здоровья

При этом основным условием проведения этих мероприятий является соблюдение принципов здоровьесбережения, использование здоровьесберегающих образовательных технологий.

Здоровьесберегающие образовательные технологии как основные методические приемы в работе по здоровье сбережению.

Педагоги и методисты определяют «здоровьесберегающие образовательные технологии» как совокупности всех используемых в образовательном процессе приемов, технологий, не только оберегающих здоровье учащихся от неблагоприятного воздействия факторов образовательной среды, но и способствующих воспитанию у учащихся культуры здоровья. И, следовательно, задача здоровьесберегающей педагогики – обеспечить школьнику высокий уровень здоровья, сформировать культуру здоровья для будущей счастливой самостоятельной жизни, умения заботиться о своем здоровье и бережно относиться к здоровью других людей.

Из определения здоровьесберегающих образовательных технологий видно, что важнейшей целью их внедрения в образовательный процесс является формирование культуры здоровья. Культура здоровья должна не изучаться, а воспитываться. При этом творческий характер образовательного процесса – крайне необходимое условие здоровье сбережения. Включение ребенка в творческий процесс не только служит реализации той поисковой активности, от которой зависит развитие человека, способствует достижению цели работы школы – развитие личности учащегося, но и снижает вероятность наступления утомления.

Реализация творческих задач достигается использованием на уроках и во внеурочной работе активных методов и форм обучения (дискуссия, работа в группах, проектная работа, психолого-педагогический тренинг и др.) Важный принцип здоровьесбережения состоит в оценке учителем того, какой ценой для здоровья конкретный учащийся, с учетом всех его индивидуальных особенностей и состояния здоровья, должен расплатиться за полученные на уроке знания, умения и навыки. «Цена обучения для здоровья» - вот тот критерий, который при использовании здоровьесберегающих технологий служит учителю мерилом допустимости тех или иных педагогических воздействий.

При изучении теоретического материала по данной теме я выделяю основные методические рекомендации:

1)При реализации программ обучения здоровью, здоровому образу жизни необходимо ориентироваться не на передачу собственно знаний, а именно на формирование соответствующих представлений. При этом надо иметь в виду, что на формирование системы представлений учащихся о здоровье и здоровом образе жизни может повлиять только та информация, которая в их сознании имеет прямое и непосредственное отношение к их собственной жизни.

2)Необходимо обеспечить учащимся возможность приобрести опыт переживания тех эмоциональных состояний, которые возникают в процессе различных деятельностей, связанных со здоровьем. А поскольку он приобретается только в процессе самой деятельности, успешная реализация программ без достаточно большого количества практических занятий не представляется возможным.

3)При работе с программами необходимо решать одновременно три задачи:

1.Формировать у учащихся систему представлений о здоровье и здоровом образе жизни

2.Способствовать возникновению соответствующего субъективного отношения

3.Обеспечивать решение задач адекватными стратегиями и технологиями.

Нельзя акцентироваться на одной из них в ущерб остальным!

4)Критерием эффективности работы педагога является не усвоение учащимися тех или иных знаний, умений, не демонстрация определенного отношения к проблемам здоровья и здорового образа жизни, а реальное изменение их поведения.

5)Педагогу нужно быть готовым к тому, что при реализации программ он столкнется с различными психологическими сопротивлениями со стороны учащихся, которые являются обычной и совершенно нормальной реакцией людей на попытку изменить структуру их сознания. Эти сопротивления носят различный характер в разном возрасте, поэтому педагогу обязательно необходимо иметь достаточно полное представление о них, чтобы наиболее адекватно выстроить систему преподавания.

Практическая часть.

Цель работы каждого классного руководителя: использование педагогических технологий и методических приемов для демонстрации учащимся значимости физического и психологического здоровья человека, духовно-нравственного благополучия, воспитание понимания важности здоровья для будущего самоутверждения.

Моими задачами при этом являются:

1)Формирование у учащихся культуры сохранения и самосовершенствования собственного здоровья

2)Знакомство учащихся с опытом и традициями предыдущих поколений по сохранению физического и психического здоровья, формирование духовного здоровья

Для осуществления таковых задач я считаю необходимым:

•сотрудничество с педагогами школы – интерната, медицинскими работниками с целью изучения состояния физического здоровья учащихся начальных классов;

•сотрудничество с родителями учащихся и учителями-предметниками, которые работают в начальных классах в рамках обозначенной проблемы;

•сотрудничество с психологической службой учебного заведения;

•сотрудничество с социальной службой школы – интерната, с помощью которой необходимо вести просветительскую и коррекционную работу среди учащихся и их родителей;

•организация и проведение внеклассных мероприятий, формирующих правильное отношение учащихся к занятиям физкультурой и спортом;

•формирование собственной я – позиции учащихся к проблеме сохранения и защиты собственного здоровья.

При этом главными понятиями в работе с классным коллективом являются:

1)физическое и психическое здоровье;

2)понятие гигиены и ее значение в жизни человека;

3)культура сохранения собственного здоровья;

4)ответственность за здоровье других людей;

5)гармония души и тела, режим дня и здоровья;

6)значение воли в сохранении здоровья;

7)самовоспитание и саморегуляция в здоровье;

8)традиции и обычаи семьи по сохранению здоровья

Указанные выше задачи реализуются в двух направлениях: в учебной деятельности и во внеурочной работе.

Учебная деятельность.

При планировании и проведении уроков необходимо придерживаться основных требований к уроку с позиций здоровьесбережения (Приложение 1.)

Большое значение имеет микроклимат в классе, ведь ребенок только тогда будет с удовольствием ходить в школу, если в чистом, уютном классе его встречает добрый взгляд учителя и друзья одноклассники. Одним из требований к современному уроку с точки зрения здоровьесбережения является создание и поддержание на уроке благоприятного психологического климата. Заряд положительных эмоций, полученный школьниками и самим учителем, определяет позитивное воздействие школы на здоровье. Поэтому каждый урок я стараюсь начинать с создания у детей благоприятного настроя. Для этого использую стихотворные строки (Приложение 2.)

Для того, чтобы дети не уставали на уроке, мною проводятся физкультминутки и специальные упражнения для снятия напряжения с мышц опорно-двигательного аппарата, упражнения для кистей рук, гимнастика для глаз (Приложение 3.) Комплексное использование оздоровительных мероприятий позволяет снижать утомляемость, повышать эмоциональный настрой и работоспособность, а это в свою очередь способствовать сохранению и укреплению здоровья учащихся.

На уроках курса «Окружающий мир» говорим о правилах личной гигиены, правильном питании школьника, о соблюдении режима дня, о способах оказания первой помощи при травмах, порезах, ушибах и т.д.

Но и на остальных уроках мы не забываем о здоровье. На уроках русского языка часто записываем с комментированием пословицы и поговорки (в том числе - о здоровье), работаем над их содержанием. Например: «Береги платье снову, а здоровье смолоду», «Здоровье и труд рядом идут», Река начинается с ручейка, а спорт – с зарядки», «Не думай быть нарядным, а думай быть опрятным» и др. При знакомстве с новыми словарными словами можно проводить краткую беседу на тему здоровье сбережения. Например, при знакомстве со словарным словом огород я предложила учащимся вспомнить, что растет на огороде, чем полезны овощи. Подобную работу я проводила и с некоторыми другими словарными словами: (молоко, капуста и т.д.)

Стараюсь формировать ценностное отношение к здоровью и на уроках математики. Использую задачи с особым содержанием. Например:

•В улыбке участвует 18 лицевых мышц, а для гримасы неудовольствия приходится напрягать на 25 мышц больше. Сколько мышц мы используем для выражения своего плохого настроения? Какое значение имеет смех для человека?

•Миша съел перед обедом 5 конфет, а Антон на 4 конфеты больше. Сколько конфет съел Антон? Какую ошибку допустили мальчики? Можно ли есть много конфет? Почему?

В процессе решения таких задач ученик не только усваивает общий способ выполнения действий, но и обдумывает полученный результат. В конце каждой задачи стоит вопрос, который позволяет учащемуся осознать ценность здоровья, порождает тревогу за возможность утраты здоровья. Таким образом, и математическая задача способна формировать ответственное отношение к собственному здоровью.

На этапе устного счета применяю ИКТ – тематические презентации. Содержание некоторых из них можно связать с вопросами здоровьесбережения («На горке» - правила безопасного поведения на горке; «Поймай снежинку» - как не простудиться зимой и т.д.).

Понятие здоровьесберегающие технологии широко, и я стараюсь на этих и других уроках максимально использовать способы и методы преподавания, применяя которые можно создать условия для формирования у учащихся ценностного отношения к здоровому образу жизни (Приложение 4).

Включая в урок хотя бы один элемент здоровьесберегающих технологий, стараюсь сделать процесс обучения интересным, занимательным, создать у детей бодрое, рабочее настроение, облегчить преодоление трудностей в усвоении учебного материала, усилить интерес к предмету.

Внеурочная работа.Осуществление задач по формированию у учащихся культуры сохранения и самосовершенствования собственного здоровья во внеурочной деятельности возможно посредством:

проведения спортивных конкурсов, соревнований внутри класса и между начальными классами, участия детей в общешкольном кроссе;

организации и проведения экскурсий, походов, целевых прогулок;

проведения классных часов на темы здоровьесбережения (Приложение 5);

организации и проведения внеклассных мероприятий с привлечением учащихся из других начальных классов (Приложение 6)

Заключение.

Быть здоровым – это естественное желание человека. Каждый взрослый мечтает быть здоровым. Дети, к сожалению, не думают об этом. Мы обязаны помочь ребенку осознать, что нет ничего прекраснее здоровья. Здоровый и духовно развитый человек счастлив: он отлично себя чувствует, получает удовлетворение от своей работы, стремится к самосовершенствованию. Такого человека мы и должны «создать» и воспитать, начиная с самого раннего детства. Конечно, данная творческая работа не претендует на окончательное решение поставленной проблемы. В дальнейшей педагогической практике, научных изысканиях ученых возможно решение задач по совершенствованию процесса здоровьесберегающего обучения детей. Особый интерес в условиях общеобразовательной школы-интерната, где я работаю, представляет деятельность по расширению возможностей профилактической реабилитационной работы с детьми, имеющими заболевания органов дыхания; поиска методов стимулирования активности учащихся; соединения системы медицинской лечебной работы и здоровьесберегающего обучения, осуществляемого педагогами.

Литература:

1.Антропова М.В. Родителям о здоровье школьников. М.: Педагогика, 2001.

2.Бутова С. В. Оздоровительные упражнения на уроках // «Начальная школа», 2006, №8.

3.Казаковцева Т.С., Косолапова Т.Л. К вопросу здоровотворческой деятельности в образовательных учреждениях // «Начальная школа», 2006, №4.

4.Карасева Т.В. Современные аспекты реализации здоровьесберегающих технологий // «Начальная школа», 2005, №11.

5.Львова И.М. Физкультминутки // «Начальная школа», 2005, №10.

6.Митина Е.П. Здоровьесберегающие технологии сегодня и завтра // «Начальная школа», 2006, №6.

7.Ощепкова Т.Л. Воспитание потребности в здоровом образе жизни у детей младшего школьного возраста // «Начальная школа», 2006, №8.

8.Шевченко Л.Л. От охраны здоровья к успеху в учебе // «Начальная школа», 2006, №8.

Интернет – ресурсы :

Данные о состоянии здоровья детей в России

Доклад на тему: «Применение здоровьесберегающих технологий на уроках и во внеурочное время»

Приложение 1.

Основные требования к уроку с позиций здоровьесбережения

1.Обстановка и гигиенические условия в классе (кабинете): температура, свежесть воздуха, рациональность освещения и класса и доски, наличие (отсутствие) монотонных, неприятных звуковых раздражителей и т.д. Соответствие мебели возрасту учащихся. Чистота помещения.

2.Соблюдение правил охраны труда и техники безопасности на уроке.

3.Количество видов учебной деятельности: опрос учащихся, письменная работа в тетради, чтение учебника, решение примеров, задач и др. Норма: 4-7 видов за урок. Однообразность урока способствует утомлению.

4.Средняя продолжительность и частота чередования различных видов учебной деятельности: ориентировочная норма 7-10 минут.

5.Количество методов обучения: словесный, наглядный, аудиовизуальный, самостоятельная работа и т.д. Норма: не менее трех.

6.Чередование методов обучения. Норма: не позже, чем через 10-15 минут.

7.Наличие и выбор места на уроке методов, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения самих учащихся, когда они превращаются в «потребителей знаний», в субъектов действия по их получению и созиданию. Это такие методы как метод свободного выбора (свободная беседа, выбор действия, выбор способа действия, свобода творчества и т.д.); активные методы (учащиеся в роли учителя, обучение действием, обсуждение в группах, ролевая игра, дискуссия, семинар, учащийся как исследователь), методы, направленные на самопознание и развитие интеллекта, эмоций, общения, воображения, самооценки и взаимооценки.

8.Место и роль наглядности на уроке (величина букв, цвет, четкость). Классная доска (форма, чистота, пригодность для работы).

9.Место и длительность применения ТСО, умение учителя использовать.

10.Поза учащихся, чередование позы (следит ли учитель за посадкой учащихся, чередуется ли поза в соответствии с видом работ).

11.Наличие, место, содержание и продолжительность оздоровительных моментов на уроке: физминутки, динамические паузы, минутки релаксации, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз.

12.Наличие в содержательной части урока вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни. Формирование отношения к человеку и его здоровью как к ценности, формирование потребности к здоровому образу жизни, выработка индивидуального способа безопасного поведения, сообщение учащимся о возможных последствиях выбора поведения и т.д.

13.Наличие мотивации деятельности учащихся на уроке. Внешняя мотивация: оценка, похвала, поддержка, соревновательный элемент и т.д. Стимуляция внутренней мотивации: стремление больше узнать, радость от активности, интерес к изучаемому и т.д.

14.Психологический климат на уроке. Взаимоотношения на уроке: между учителем и учащимися (комфорт-напряжение, сотрудничество-авторитарность, учет возрастных особенностей), между учащимися (сотрудничество-соперничество, дружелюбие- враждебность, заинтересованность-безразличие).

15.Наличие эмоциональных разрядок: шутка, улыбка, поговорка, известное высказывание с комментарием, музыкальная минутка.

Приложение 2.

Громко прозвенел звонок –

Начинается урок.

Ваши ушки на макушке,

Глазки широко раскрыты.

Слушайте, запоминайте,

Ни минуты не теряйте!

Улыбнулись друг другу,

Пожелали мысленно удачи.

Прозвенел звонок и смолк –

Начинается урок.

Вы за парты тихо сели,

На меня все посмотрели.

Пожелайте успехов глазами

И вперед, за новыми знаниями!

На уроке я сижу,

Не шумлю и не кричу.

Руку тихо поднимаю,

Если спросят – отвечаю.

Мы сюда пришли учиться,

Не лениться, а трудиться.

Работаем старательно,

Слушаем внимательно.

Долгожданный дан звонок –

Начинается урок.

Тут затеи и задачи,

Игры, шутки, всё для вас.

Пожелаю всем удачи –

За работу! В добрый час!

Начинаем мы опять

Решать, отгадывать, считать

Ум и сердце в работу вложи,

Каждой секундой в труде дорожи!

Подводить итог урока тоже стараюсь в стихотворной форме:

-Но вот и всё, урок к концу подходит,

Мы славно поработали сейчас,

Учитель ваш уже итог подводит,

Не сводит с вас своих весёлых глаз.

Спасибо вам, ребята за работу,

Не подвели меня и в этот раз,

С великим удовольствием, конечно,

Поставлю вам оценки я сейчас!

Урок сегодня был удачный,

Не прошёл для вас он зря.

Вы все очень постарались.

Вам понравилось, друзья?

Приложение 3.

Гимнастика для улучшения слуха.

Работа над улучшением зрения положительно сказывается и на слухе. И, в свою очередь, работа над улучшением слуха оказывает плодотворное воздействие на органы зрения. Вот несколько упражнений для развития слуха:

1.Пригибаем верхнюю часть уха вниз. Разгибаем, пригибаем, словно бы раскатывая и скатывая ушко. Ушки должны стать тёплыми.

2.Найдите ямочку возле козелка. Нажали на ямочки сразу обеих ушек – отпустили, нажали, отпустили.

3.Нажали пальчиками на мочки, помассировали, отпустили.

4.Массируем круговыми движениями всё ухо в одну сторону, в другую. Массировать нужно сразу оба уха.

5.Начинаем дёргать себя за ушки – сначала 20 раз вниз, а потом берёмся за серединку и дёргаем тоже 20 раз.

6.Снова возьмитесь за мочку уха и хорошенько её помассируйте.

7.Потяните ушки в сторону – снова 20 раз.

8.Теперь выгибаем их вперёд, а затем в обратную сторону (20 раз).

Физкультминутки для рук и пальцев

Этот пальчик маленький - мизинчик удаленький.

Безымянный кольцо носит, никогда его не бросит.

Этот пальчик самый длинный, он стоит посередине.

Этот – указательный, пальчик замечательный.

Этот пальчик – вот какой, называется большой.

Мы ладошкой потрясём,

Каждый пальчик разомнём.

Раз, два, три, четыре, пять

Мы начнём опять писать.

Чтоб красиво написать

Надо пальчики размять

Раз, два, три, четыре, пять

За письмо получим пять!

Пантомимическая гимнастика (подражательная средствами невербальных сигналов) Задача – показать эмоциональное состояние персонажа. Предлагается карточка со словесной инструкцией, на которой описаны или изображены герои сказок или животных (добрые, злые, волшебница, Змей Горыныч, петушок, кошка и т. д) Учащиеся должны передать в движение мимикой, жестами эмоциональное состояние героя. Например: петушок – гордый, важный; кошка – спит, умывается; и т.д.

Приложение 4.

Урок изобразительного искусства.

Тема: Рисование светофора.

Цели: продолжить знакомство с дорожными знаками, повторить правила дорожного движения, воспитывать бережное отношение к своему здоровью, учиться рисовать светофор

Ход урока:

I.Организационный момент.

II.Вступительная беседа.

-Проверьте готовность к уроку. У вас на партах должны лежать альбомные листы, простой карандаш, краски, стаканчик с водой. Начать наш урок хочу с небольшого стихотворения:

Долгожданный дан звонок –

Это начался урок.

А урок расскажет всем,

Как без обид и без проблем,

Рано утром, не спеша,

Прийти в школу малышам.

- Ребята, вы каждый день из дома идете в школу. Какие проблемы у вас могут возникнуть по дороге в школу? (ответы учащихся)

По городу, по улице, не ходят просто так

Когда не знаешь правил ты, легко попасть впросак.

Все время будь внимательным и помни наперед:

Свои имеют правила шофер и пешеход.

-О каких правилах идет речь? (ПДД)

-Какие правила дорожного движения вы знаете?

Находясь на тротуаре, быть дальше от проезжей части. Не играть на тротуаре или обочине.

-Где должны ходить пешеходы?

-Где должны ездить машины?

-В каких местах можно переходить улицу?

-А знаете ли вы, кого называют «Волшебник-постовой»? Отгадайте загадку:

«Я глазищами моргаю неустанно день и ночь.

Я машинам помогаю и тебе могу помочь!»(Светофор)

-Расскажите, что означают цвета светофора?

-Светофор есть в больших городах, где много машин, движение оживленное. А в небольших поселках светофоров нет. Как в таком случае переходить дорогу?

-Кроме светофора правильно ориентироваться на улице помогают дорожные знаки. Существует много дорожных знаков. Они бывают разной формы:

Знаки могут предупреждать об опасности, запрещать или разрешать движение. Знаки нужно уметь читать. Подробнее с дорожными знаками мы будем знакомиться на уроках окружающего мира. Но некоторые из знаков вы уже наверняка знаете и можете объяснить (Показ знаков: «Пешеходный переход», «Остановка автобуса», «Осторожно: дети» и т.д.)

-А сейчас поиграем в игру на внимание. Я буду говорить вам верные и неверные правила. Если вы согласны с ними, говорите: «Это я, это я, это все мои друзья». Если не согласны с правилом – молчите.

Кто из вас идет вперед только там, где переход?

Знает кто, что красный свет означает: хода нет?

Кто из вас в автобусе тесном уступает старшим место?

Кто из вас, идя домой, держит путь по мостовой?

Кто из вас летит так скоро, что не видит светофора?

III.Сообщение темы урока.

-Сегодня на уроке мы будем рисовать светофор.

Физкультминутка.

-Но перед тем, как приступить к работе, давайте немного отдохнем, подвигаемся, но с пользой.

Игра «Светофор»

-Я буду показывать вам сигналы светофора, а вы будете выполнять команды:

Красный – стоите

Желтый – хлопаете в ладоши

Зеленый – шагаете на месте

IV.Практическая работа.

- Посмотрите на макет светофора. Какую форму он имеет? (прямоугольную). Поэтому альбомный лист располагаем вертикально. Мы помним правило: линейкой на рисовании не пользуемся. Рисуем от руки прямоугольник. Чтобы получилось ровнее, сначала наметим контуры, ставим точки. Соединяем. Чтобы три круга (сигналы) расположить ровно, на одинаковом расстоянии, круг рисуем сначала в центре, а затем сверху и снизу. Старайтесь, чтобы они были одинаковые по величине. Теперь раскрасьте ваш светофор. Помните, в какой последовательности располагаются цвета. (Самостоятельная работа учащихся)

V.Подведение итогов.

Со своими работами выходят дети 1 ряда, затем 2-го и 3-го. Выбираются на выставку лучшие рисунки.

-Какие правила безопасного поведения сегодня повторяли?

Статья Обсуждение Просмотр история

Представиться / зарегистрироваться

Навигация

Заглавная страница

Сообщество

Текущие события

Конференции

Семинары

Курсы, тренинги

Случайная статья

Свежие правки

ссылки

Blogger

FriendFeed

Живой Журнал

Открытый класс

Pskovedu.ru

ПОИПКРО

Site Statistics

Поиск

Инструменты

Ссылки сюда

Связанные правки

Спецстраницы

Версия для печати

Постоянная ссылка

Просмотреть свойства

Последнее изменение этой страницы: 20:03, 9 апреля 2012. К этой странице обращались 3766 раз.