Государственное казенное вечернее (сменное) общеобразовательное учреждение

Центр образования при исправительных учреждениях

Самарской области (отделение №2)

**Научно-практическая конференция**

**«Изменение содержания и характера управления школой в условиях внедрения новых ФГОС»**

**Тема: «Внедрение здоровьесберегающих технологий**

**на комбинированных уроках русского языка»**

Составил:

Краснова Ирина Николаевна,

учитель русского языка и

литературы

г.о. Самара

2013 г.

**Оглавление:**

1. Введение……………………………………………………………………….2
2. Основная часть………………………………………………………………..3
   1. Критерии здоровьесбережения……………………………… . ……...4
   2. Принципы здоровьесбережения………….……………………………4
   3. Особенности работы с осужденными в учебном процессе…..….. ..5
   4. Физиологические компоненты………………………………………..6
   5. Многосенсорный подход………………………………………………7 Организация учебного процесса на основе принципов здоровьесбережения……………………..……………………………18
3. Заключение………………………………………...………………………….52
4. Результаты использования здоровьесберегающих технологий……….….53
5. Выводы………………………………………………………………………..54
6. Приложения:
   1. Анкета ’’Ваше отношение к учебной деятельности’’………………56
   2. Определение ведущей модальности…………………………….……67
   3. Диагностика функциональной асимметрии полушарий мозга…………………………………………………………………….60
   4. Анкета «Школьная мотивация»………………….… ………………62
7. Список литературы………..…………………………………………….……64

***Введение***

**Актуальность проблемы**

Существенные изменения, происходящие в социально-политической и экономической жизни нашего общества предъявляет качественно новые требования к образованию и воспитанию современного человека. Гармоничное развитие личности предполагает не только достижение хорошего уровня образования, но и сохранение, укрепление здоровья. Поэтому встает вопрос о значимости здоровьесберегающей деятельности в процессе образования.

**Целью данной работы является** выявление педагогических условий реализации здоровьесберегающих технологий на разных этапах уроков русского языка в старших классах(10-12кл.)

Для достижения этой цели необходимо решить **следующие задачи:**

* провести теоретический анализ научных подходов к реализации здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе. .
* выявить педагогические условия здоровьесберегающих технологий в обучении на уроках русского языка вечерней школы, при которых будет успешное усвоение знаний.
* Учитывая психологические особенности, создать комфортные условия учащимся на уроке, способствовать их саморазвитию, вовлечению всех обучающихся в учебную деятельность.
* Создавать педагогические ситуации общения на уроке, позволяющих каждому ученику проявлять инициативу, самостоятельность.

**Гипотеза:** если в образовательном процессе вечерней школы будут созданы следующие педагогические условия:

1. Определение ведущей модальности и типа восприятия.
2. Обеспечение необходимых условий для продуктивной познавательной деятельности учащегося с учетом их состояния здоровья, особенностей развития.
3. Оптимизация учебного процесса.
4. Включение кинезиологических упражнений для улучшения концентрации внимания, памяти, снятия нервного напряжения.
5. Планирование каждого этапа урока с учетом особенностей развития учащихся.

7)Продумывание изложения материала с учетом доступности восприятия каждым учеником.

То это будет способствовать эффективности реализации здоровье- сберегающих технологий на уроках русского языка в вечерней школе.

**Ожидаемые результаты:**

Освоение программного объема знаний, умений, навыков, необходимых для старшеклассников, при этом максимальное сохранение психического и физического здоровья учащихся. Повышение мотивации в учебной деятельности, успеваемости и качества знаний.

***Критерии здоровьесбережения***

Здоровьесберегающая технология - составная часть всей образовательной системы, всех существующих технологий обучения. Это качественная характеристика любой образовательной технологии, показывающей, насколько эффективно решается задача сохранения здоровья учеников.

Таким образом, здоровьесберегательные технологии-это образовательные технологии, соответствующие следующим критериям:

* Отбор и структура содержания учебного процесса.
* Оптимальная организация учебного процесса .
* Методы, приемы и средства обучения .
* Объективные методы оценки результатов обучения.
* Количество,средняя продолжительность и частота чередования видов учебной деятельности.
* Наличие методов,способствующих активизации мыслительной деятельности.
* Наличие мотивационной деятельности учащихся на уроке.
* Психологический климат на уроке.
* Эмоциональные разрядки на уроках.

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***

Смирнов Н.К. сформировал принципы здоровьесбережения:

1. «Не навреди!» - все применяемые методы, приемы, используемые средства должны быть обоснованными, проверенными на практике, не наносящими вреда здоровью ученика и учителя.
2. Приоритет заботы о здоровье учителя и учащихся- все используемое должно быть оценено с позиции влияния на психофизиологическое состояния участников образовательного процесса.
3. Непрерывность и преемственность- работу проводят не от случая к случаю, а каждый день и на каждом уроке.
4. Субъект-субъективное взаимоотношения - учащийся является непосредственным участником здоровьесберегающих мероприятий и в содержательном, и в процессуальном аспектах.
5. Соответствие содержания и организации обучения возрастным особенностям учащихся – объем учебной нагрузки, сложность материала должны соответствовать возрасту учащихся.
6. Комплексный междисциплинарный подход – единство в действиях педагогов, психологов и врачей.
7. Успех порождает успех – акцент делают только на хорошем; в любом поступке, действии сначала выделяют положительное, а только потом отмечают его недостатки.
8. Активность – активное включение (любой процесс снижает риск переутомления).
9. Ответственность за свое здоровье - у каждого ребенка надо стараться сформировать ответственность за свое здоровье - только тогда он реализует свои знания, умения и навыки по сохранности здоровья.

***Особенности работы с осужденными в учебном процессе***

Работая с осужденными в отделении №2 Центра Образования, в существующей практике все чаще возникают проблемы, связанные с неоднородностью состава учащихся в определенных классах: по их учебным возможностям, общим способностям, индивидуальным психоэмоциональным особенностям.

Контингент нашей школы распадается на разнородные по возрасту учащихся группы:

* 80% - учащиеся в возрасте 18-22 лет
* 15% - учащиеся в возрасте 25-27 лет
* 5% - учащиеся в возрасте 30 лет

У большинства из них не сформированы общенаучные навыки и умения, низкая работоспособность и быстрая утомляемость. Как правило, это бывшие учащиеся дневных и вечерних школ Самарской области, в свое время по разным причинам оставившие обучение в общеобразовательных учреждения, а также ребята, ранее обучавшиеся в вечерних общеобразовательных школах при исправительных учреждениях и не завершивших свое образование по причине убытия за пределы исправительных учреждений. Низок культурный уровень вновь поступивших в школу учащихся-осужденных, порой с трудом подбирающих нормативную лексику для выражения своих мыслей и не умеющих четко и грамотно построить свою засоренную жаргонами речь. У многих нарушение в эмоционально-волевой сфере, отсутствие уверенности в себе. Поэтому одна из целей обучения в нашей школе – обеспечить каждому учащемуся условия для максимального развития его способностей, удовлетворения познавательных интересов, для успешного обучения, сохранения и укрепления здоровья. Чтобы спланировать свою работу, в начале учебного года проводится анкетирование(прилож№1).

Анализируя ответы учащихся. можно сделать вывод, что в нашу школу в большинстве своем пришли ученики, которые:

1. Не желают учиться.
2. Хотят учиться, но не умеют учиться.
3. Равнодушные ко всему( таких ребят трудно учить).

На помощь придет здоровьесберегающая технология, система которой ориентирована на самого ученика. Она обеспечивает реализацию природных возможностей ученика, активизирует интеллектуальные и познавательные процессы, повышает работоспособность. Решается проблема успешности обучения учащихся, т.к. снижается влияние неблагоприятных факторов общеобразовательного процесса на здоровье учащегося.

***Физиологические компоненты здоровьесберегающих технологий***

Одним из основных принципов современной концепции образования является гуманизация учебно-вопросительного процесса. В соответствии с этим принципом главное в педагогической деятельности – раскрытие творческого и духовного потенциала учащегося, содействие его самопознанию, пониманию своей уникальности, ответственности, собственного предназначения. Поэтому процесс обучения строится прежде всего с учетом физиологических компонентов здоровьесберегающих технологий:

1. Многосенсорного подхода.
2. Правильной организации урока.

***Многосенсорный подход в обучении- одно из направлений***

***здоровьесберегающих технологий***

При обучении необходимо учитывать особенности учащихся с разным типом восприятия, использовать определенные методы и приемы воздействия на сенсорные системы.

С помощью тестирования выясняется общая функциональная организация мозга и ведущая модальность(приложение№2,3).

Знание этих характеристик позволяет излагать учебный материал на доступном для всех учащихся языке, облегчая процесс его запоминания.

***КАНАЛЫ ВОСПРИЯТИЯ***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***ВИЗУАЛЬНЫЙ*** | ***АУДИАЛЬНЫЙ*** | ***КИНЕСТИЧЕСКИЙ*** | |
| - тихий, задумчивый, спокойный, послушный | -говорит без умолку | -очень подвижен | |
| - с трудом завязывает контакты, друзей почти нет | - любит слушать, когда читают или рассказывают | - главное заниматься делом | |
| - учиться легко | - любит слушать, когда читают или рассказывают | - очень самостоятелен и талантлив | |
| - любит конструктор, телевизор | - с трудом запоминает написание букв | - все надо потрогать | |
| - к живым равнодушен, хотя может полюбоваться | - непослушен | - воспринимает запахи, развит вкус | |
| - зрелище производит сильное впечатление, но рассказывает о нем мало | -при переживании стресса срывается на крик, не способен сосредоточиться | - говорит медленно, ранее физическое развитие | |
| - при переживании, стрессе замыкается в себе | - шевелит губами, проговаривает | - обучается, делая | |
| - когда объясняет учитель, смотрит вверх | - в письменных работах более слаб, чем в устных | - много жестикулирует | |
| - хмурит брови, щурит глаза, мигает | - любит музыку, отвлекается на шепот | | - хорошо работает с карточками |
| - хорошо запоминает картинки, плохо-словесные инструкции | - в книге обращает внимание на диалоги | | - в книгах ориентируется на сюжет |
| - не отвлекается на шум, видит слова «глазами мозга» | - отлично слушает других | | - стоит близко, касается людей |
| Смотреть, видеть, наблюдать, ясный | Слушать, ритм, подобные звуки | | Схватывать, чувствовать, трогать, придерживаться |

***Левополушарные***

|  |  |
| --- | --- |
| ***Характеристика*** | ***Сильные стороны*** |
| * Восприятие материала светлая сторона речи * Переработка информации медленная, последовательная * Интеллект вербальный, логический * Предпочитает работать с теорией * Память произвольная, знаковая * Мышление абстрактно- логическое, рациональное | * Анализ, дробление текстов и слов на части * Восприятие на слух, деятельность, требующая отсроченной реакции * Перерабатывать информацию через слово, логически * Индивидуальная работа с тестами * Многократное повторение, запоминание посредствам заучивания * Усвоение правил, грамматичные конструкции * Анализ результатов, выделение деталей * Создание категорий, алгоритмы |

***Правополушарные***

| ***Характеристика*** | ***Сильные стороны*** |
| --- | --- |
| * Восприятие целостное * Переработка информации мгновенная * Интеллект невербальный деятельность практическая * Память непроизвольная наглядно-образная * Мышление наглядно-образное, оперирование образами, спонтанное * Эмоциональное, интуитивное трехмерное пространство | * Синтез текстов и слов из предложений, частей * Чтение-пересказ * Чтение по ролям, нахождение отрывков в тексте, взаимосвязей * Хорошо выполняют задание на время, работают по результатам, задания на правописание * Чувства и интуиция * Мозговые штурмы, инсценировка, интервью * Работы в группах * Использование речевых музыкальных ритмов, схем, таблиц, карточек * Геометрия, синтез * Предсказание результатов |

Чаще всего левополушарные люди имеют аудиальное восприятие информации. Правополушарные- визуальное и кинестическое. Тяжелее всего поддаются обучению левополушарные кинестетики Чтобы учащиеся грамотно писали, а речь их была образной и выразительной, надо стремиться к равнополушарному восприятию.

Мною используется система кинезиологии - новая методика мягкого ненасильственного исцеления разума.

Кинезиология – дословно- движение разума - движение навстречу духовному и физическому здоровью. На это необходимо особо обратить внимание, так как метод исходит из предложения, что причину всех заболеваний нужно искать на эмоциональном уровне, подвластном разуму. Кинезиология рассматривает наш мозг подобно огромному компьютеру, в котором уже заложена информация обо всей предыдущей нашей жизни и в котором происходит дальнейшее накопление информации в настоящее. Мозг располагает всебъемлющими данными о состоянии всего организма и способен, по мнению кинезиологов, решить любую задачу, связанную с регуляцией подвластного ему организма (то есть осуществить саморегуляцию).

В организме человека можно выделить два основных вида энергии, дисбаланс которых приводит к различным заболеванием: физический и ментальный. Основа исцеления - в перемещении этих видов энергии и установлении баланса между ними. Поток энергии посылается мыслью и движется, образно говоря, от головы к телу. Всякая мысль посылает импульсы, воспринимаемые, по мнению кинезиологов, специальным органом - вилочковой железой (тимусом), и лишь потом распространяется по всему организму.

Боль, страх и страх перед болью - вот три важнейшие причины, обуславливающие возникновение различных отрицательных состояний организма. Отрицательный заряд, полученный в результате негативных переживаний, фиксируется нашим мозгом- компьютером, который как бы «отключает», блокирует часть клеток - ячеек памяти, задействованных в данный конкретный момент. Но ведь эти клетки - ячейки памяти не были изначально созданы для того, чтобы заблокироваться в результате стрессовой ситуации. Они были ответственны за работу определенного органа или группы органов человека. При «отключении» же этих клеток нарушается восприятие сигналов «SOS» компьютером из отдельных участков тела и вместо того, чтобы «отрегулировать» подачу энергии в больное место мозг просто перестает «слышать» свое тело, не улавливает должным образом сигналы о помощи.

Основные процессы, а в результате них и блокировка клеток - ячеек появляются обычно в самом раннем детстве. Появляются нарушения.

Наиболее частые нарушения первоначально проявляются в явлениях дислексии - дисгармонии в работе правого и левого полушарий мозга. К таким расстройствам относится и невозможность сосредоточиться, последовательно читать (путание слов, символов) и другое. У таких людей врачи обычно фиксируют нарушение работы мозга, отмечают умственную отсталость. Единственное лечение при этом - медикаментозное, и помогает оно далеко не всем.

Кинезиологи считают, что явление дислексии очень редко бывает результатом нарушения работы мозга. Они проявляются и у многих взрослых, вполне здоровых людей. Например, человек утверждает: «Я плохо читаю и поэтому мало читаю»; «У меня нет способностей к математике, поэтому я выбрал гуманитарную профессию»; «У меня отсутствуют способности к языкам, поэтому я не хочу их изучать» и так далее. Подобные заявления может сделать любой человек, но не каждый представляет себе, что когда-то, в момент интенсивного эмоционального стресса, вызванного обычно неудачей или каким- то разочарованием, произошло блокирование клеток мозга, и если его устранить - появятся и способности к языкам, и любовь к математике. В процессе взросления человек обязательно столкнулся с теми или иными трудностями, получил эмоциональный стресс и инстинктивно будет избегать ситуаций, приведших к нему. Вместо того чтобы преодолеть встретившееся препятствие, многие начинают искать обходные пути, не используя полностью свои способности своего мозга.

Страх, боль и страх пред болью - основные причины дислексии – теперь постоянно на подсознательном уровне напоминают о себе. Сформировавшаяся же система убеждений определяет наши действия и поступки.

Необходимо найти способ возбуждения нервной памяти, клеток - ячеек, задействованных в то время, и устранить негативный заряд, который они перенесли. Без выявления причин стрессов, пережитых в прошлом, не может произойти корректировка в настоящем.

В этом и заключается работа кинезиолога. Он располагает системой особых мускульных текстов, с помощью которых на подсознательном уровне можно установить, в каком возрасте и в какой из зон мозга человек получил эмоциональную травму и самое главное - каким способом можно рассеять пережитый стресс и разблокировать пораженные клетки - ячейки. Конечно, полностью стереть саму память невозможно, но, сняв давний стресс, врач помогает человеку изменить собственное отношение к пережитым событиям, а значит, избавляет его от стресса, дает возможность организму осуществить целительную саморегуляцию.

***Применение методов кинезиологической технологии в школе с целью повышения эффективности обучения учащихся***

Обучение методам образовательной кинезиологии проводится по нес­кольким направлениям:

 Первое направление - обучение перекрестно-латеральным движениям с целью налаживания коммуникативных связей между полушариями и от­дельными областями головного мозга для создания новых нейронных связей и упрочения уже имеющихся.

*Упражнения:*

а). Ножницы - перекрёстные движения руками перед собой, меняя правую и левую руки;

б). Поза Наполеона - обхватываем себя руками, меняя то правую, то левую руки в верхнем и нижнем положении;

в). Нос – уши - правая рука касается носа, левая - правого уха, потом поменять руки.

г). Классическая ходьба - маршировка (правая нога - левая рука). Этим упраж­нением нужно заканчивать любой вид ходьбы.

д). Иноходь-ходьба (правая нога - правая рука и наоборот).

е). Перекрёстно-латеральные движения:

-правый локоть касается левой коленки и наоборот; правый локоть касается правой коленки и наоборот;

- правая ладонь касается левой коленки и наоборот, правая ладонь касается правой коленки и наоборот; Данные упражнения способствуют развитию концентрации внимания, сосредоточенности, эмоциональной устойчивости , перемещение энергии во все отделы мозга.

Второе направление работы - упражнения, направленные на повышение жизненного тонуса организма, оптимизацию процесса обучения, повышения уровня энергетики организма:

 а). Пить больше воды для улучшения работы лимфатической системы, обогащения мозга кислородом, а организм энергией;

б). Энергетическое подключение № 1 .Представить в правой руке мячик, поставить руку вокруг пупка (большой палец над пупком), левой рукой массировать ямочки под ключицами, кончик языка прижать к нёбу. Находиться в таком положении 2 мин.

в).  Энергетическое подключение №2. Продолжать правую руку держать вокруг пупка, кончик языка у нёба, а левой рукой массировать точки над и под верхней и нижней губами;

г). Выполнять перечисленные выше перекрёстно-латеральные движения.

Третье направление работы - упражнения для преодоления стрессовых невральных реакций:

 а). Массаж позитивных точек. Потереть руки, приставить их ко лбу над бровями и слегка оттягивать кожу наверх. В это время думать о хорошем. Положительные образы поступают сразу в подсознание. Это упражнение рекомендовано выполнять, если захотите запомнить правило, необходимый материал и т.д.

б). Трассировка меридианов. Потереть руки, поставить их перед лбом, проводить руками медленно вдоль тела вниз до пупка (5 раз). Потом проводить от пупка вверх до лба (5 раз).

в). Поляризованное дыхание. Выполнять вдох правой ноздрёй (левая зажата пальцем), а выдох левой ноздрёй (правая зажата пальцем). Потом поменять ноздри, т.е. вдох левой ноздрёй, а выдох правой.

г). Полезно зевать. Минутки зевания детоксицируют и оживляют мозг.

Третье направление связано с четвертым - поддержание эмоционального баланса, уравновешенности организма.

 Упражнения:

а). Крюк Кука №1 .Сесть на стул, левую пятку положить на правое колено, правой рукой обхватить лодыжку , а левой рукой обхватить пятку, кончик языка поднять к нёбу; посидеть 2 мин.

б). Не убирая кончика языка от нёба, сесть прямо, расставить ноги, а руки соединить перед грудью. В таком положении посидеть 2 мин.

в). Крюк Кука №3. Стоя, левую голень завести за правую, руки сложить в замочек, развернуть и прижать к груди, кончик языка у нёба. Постоять в таком положении 2 мин.

г). Упражнения для шейно-плечевого пояса: - «Голова-рука» - голову наклонить вправо, левую руку завести за спину как можно дальше, потом поменять руки.

- «Сова» -правую руку положить на левое плечо, сделать вдох, на выдохе наклонить голову вправо, потом поменять руки;

- «Старославянская методика»- втянуть голову в плечи и расслабить­ся , опустив руки вниз. Выполнять несколько раз.

- Упражнение выполняется сидя за столом. Руки ладонями положить на стол, голо­ву наклонить на стол между руками, приподнять нос, как будто на нём мячик и поднимать голову наверх. Запрокинуть голову назад к спине, поставить прямо. Вдох и наклонить голову к груди - выдох.

 Пятое направление - упражнения, направленные на улучшение вербальной памяти и внимания:

 а). Растягивание ушных раковин;

б). Массаж кистей рук и лица;

в). «Фокус»- качаться вперёд-назад.

г). Латеральность - качаться из стороны в сторону.

Шестое направление - упражнения для глаз:

а). Ленивые восьмерки для глаз - вытянуть большой палец правой руки и описывать в воздухе горизонтальную («лежачую») восьмерку. Потом вытянуть большой палец левой руки и описывать лежачую восьмерку. Далее вытянуть оба больших пальца и описывать лежачую восьмерку. Во время этих упражнений глазами следить за пальцами, не поворачивая головы.

б). Лальминг - «мини - отпуск для глаз»- потереть руки и тёплыми приложить к глазам. В это время думать о хорошем, представлять красивые образы.

в). Массаж затылочных точек - сзади головы у основания черепа массировать выемки, тем самым активизируются зрительные области коры головного мозга.

Упражнения для глаз улучшают навыки письма и чтения, что подтверждено множественными исследованиями.

Седьмое направление - упражнения для улучшения письма и чтения:

а). Ленивые восьмерки для письма - во время письменных работ, экзаменов рекомендуется периодически на листочке писать лежачие восьмерки правой рукой, левой и обеими руками;

б). Алфавитные восьмерки - написать ленивую восьмерку, а в ней рисовать буквы алфа­вита: в правой части буквы, смотрящие направо, в левой части буквы, смотрящие налево, а внизу симметричные буквы.

г). Клеверный лист - рисовать на листочке бумаги клеверный лист(две восьмерки - горизонтальную и вертикальную).Периодически их рисовать во время письменных работ.

Установлено многими исследованиями, что систематическое занятие кинезиологическими упражнениями способствуют функциональному развитию головного мозга, увеличению количества невральных связей и улучшению обучения в школе.

Упражнение можно делать как на уроке, так и во внеурочное время. Можно делать выборочно, время, затраченное на выполнение данных упражнений (5 минут) дадут свои результаты.

Можно применять на уроках и дыхательную гимнастику. Дыхание человека - это физическое проявление жизненной энергии, дающее нам способность жить и дышать, двигаться и функционировать в мире.

Правильное дыхание - это здоровое дыхание. Оно помогает поддерживать и укреплять физическое, психическое и эмоциональное здоровье и благосостояние следующим образом:

* Заряжает вас энергией и повышает выносливость.
* Снимает усталость и сокращает потребность во сне.
* Снимает напряженность и повышает способность справляться с давлением и стрессом.
* Заряжает жизненной силой, улучшает зрение.
* Повышает иммунитет и содействует выработке веществ, проходящих к исцелению.
* Повышает способность к концентрации и ясному мышлению.
* Приводит к спокойствию и душевному равновесию.
* Максимизирует вербальные способности, укрепляет голос и проясняет мысли.

Дыхательные упражнения для концентрации внимания:

1. «Очищающее дыхание»:

а) Сесть удобно, выпрямить спину, поднять голову. Сделать 2, 3 глубоких вдоха и выдоха через нос.

б) Вдохнуть и начать ритмично сокращать и расслаблять мышцы живота. Быстрое сжатие заставляет диафрагму подниматься в грудную область, удаляя при этом застоявшиеся воздух и выводя его через ноздри . Каждый выдох должен быть коротким, резким и слышимым.

2. «Шипящее дыхание»:

а) Сядьте, выпрямите спину, слегка откройте рот, а затем загните язык так, чтобы его кончик касался альвеол над зубами.

б) Попробуйте сжать зубы и сделайте вдох ртом. При этом должен раздаться шипящий звук.

в) Сразу же медленно выдохните через обе ноздри.

Дыхательные упражнения при негативных эмоциях, раздраженном состоянии:

1. «Обратный отсчет»: Можно включить это упражнение в игру на запоминание: сосчитайте четырех слонов, трех обезьян, двух тигров, одну свинку - всех за один вдох.
2. «Чередующееся дыхание»: Сесть, выпрямить спину и сжать губы, положить левую руку на левое бедро, большим пальцем правой руки закрыть правую ноздрю. Сделать глубокий вдох через левую ноздрю, считая до 4, а затем закройте левую ноздрю безымянным пальцем и мизинцем правой руки. Отнять большой палец и выдохнуть через правую ноздрю, считая до восьми. Затем сделайте вдох через туже ноздрю, считая до четырех,и тоже самое проделать другой ноздрей.

***Организация учебного процесса на основе принципов здоровьесбережения***

Сохранение здоровье учащихся средствами рациональной организации их деятельности достигается благодаря работе над вопросами повышения эффективности учебного процесса, снижения функционального напряжения и утомления. Организация образовательного процесса строится с учетом гигиенических норм и требований к форме и объему учебной нагрузки.

В учебном процессе применению методы обучения, адекватные возрастным возможностям и особенностям учащихся, где прежде всего учитываю индивидуальные особенности развития. Поэтому каждый этап урока ориентирован на здоровьесбережение.

***I. Оргмомент***

Придя на урок, учащиеся могут быть в разном настроении: кто-то расстроен, кто-то весел, кто-то равнодушен. Чтобы настроить всех на вину позитива, работоспособности, применяю некоторые приемы:

1. На каждой тетради наклеен улыбающийся смайлик. Прошу учеников посмотреть на приветствующее их изображение, улыбнуться в ответ и похвалить себя за что-нибудь(прием «хохочущих фотографий» Андрея Чалого). При таком подходе в подсознание проникает новое представление о самом себе(вот какой я веселый и жизнерадостный). При этом снижается тревожность, неуверенность.
2. Дыхательные упражнения, помогающие сконцентрировать внимание, настроиться на работу.

Зная канал восприятия своих учеников, прошу сесть в той половине класса, на которое приходится их рабочая полусфера:

Левополушарные аудиалы: рабочая полусфера в правой половине класса, здесь им легче сконцентрировать свое внимание и воспринимать информацию. Это вторые и третьи парты.

Правополушаные визуалы и кинестетики: наиболее значима левая полусфера пространства, визуалы на первых партах, а кинестетики на последних.

Таким образом, создана психологическая атмосфера урока, учащиеся настроились на деловой ритм, сформулированы цели урока и ожидаемые результаты.

***II. Мотивация учебный деятельности***

На первых минутах урока идет подготовка к сознательному восприятию материала. С точки зрения здоровьесбережения важно, чтобы учащиеся имели мотив деятельности. Мотив -это переживание чего-то личностно значимого для индивида. Успеваемость учащегося определяется не только и не столько его способностями, столько его желанием учиться. Надо прежде всего заинтересовать учащегося, удивить его, направить на мыследействие, формировать активное, неравнодушное отношение к знаниям. Внутренний мир ученика, в основном, определяется эмоциями. Усвоение любых знаний происходит только при непосредственном включении эмоционального плана. В большей степени это проявляется в ситуации успеха. В следствии этого возникает мотивация к дальнейшему приобретению знаний.

Методические приемы, которые влияют на формирование мотивации:

1. Удивлять. Удивление – начальная фаза развития познавательного интереса. В начале урока надо стимулировать познавательный интерес.

Устные лингвистические «пятиминутки», начинающие урок, являются средством формирований мотивации.

***Пример:***

*Тема «Фонетика». Зашифрована пословица:*

Мэ длютыцца, дяг ы грэпя мэ тапыцца (Не трудиться, так и хлеба не добиться).

Расшифруйте ее.

- По какому принципу произошла шифровка?

- Какое фонетическое явление здесь отражено?

- Как вы понимаете эту пословицу?

- Вспомните другие русские пословицы на ту же тему.

- Как русский человек относится к труду и почему?

- Приведите пример из своей жизни.

*Тема. Русская лексика с точки зрения ее происхождения.*

Урок начнется с вопроса: Знаете ли вы, словами из скольких языков пользуемся мы в повседневной речи?

Например, класс - слово латинского происхождения.

Школа-греческого

Портфель-французского

Карандаш-тюркского

Чай-китайского

-А знаете ли вы исконно русские слова?

*Тема «Фразеологизмы»*

- Обращение и ученикам « Вы ребята не робкого десятка, умеете работать засучив рукава, поэтому не ударите лицом в грязь и урок пройдет без сучка без задоринки».

- Назовите услышанные фразеологизмы.

- Знаете ли вы, откуда взялись эти выражения? А что означает попасть впросак, очертя голову, паче чаяния, у черта на куличиках?

*Тема «Синонимы»*

- Отгадайте загадку.

- Она черная.

- Нет, красная.

- А почему она белая?

- Потому что зеленая.

Что это? Здесь нет синонимов, но один тем же предмет можно описать с разных точек зрения.

-Как вы понимаете термин синонимы,приведите примеры синонимов.

*Тема «Синтаксис и пунктуация»*

- Решите синтактическую задачу и узнайте фразу И.А. Гончарова из письма Е.Н. Нарышкиной. Объясните постановку знаков препинания в этом предложении. Согласны ли вы с высказыванием автора? Почему, на ваш взгляд, язык “Есть образ всего внутреннего человека” ?

|  |  |
| --- | --- |
| Его ума, того | Он выразитель воспитания, всех сил умственных и нравственных |
| Язык не есть только говор, речь |
| Язык есть образ всего внутреннего человека |
| Что называется сердцем |

Известно, что схема предложения такова: [ ]: [ ]: […того], (что…), [ ].

Язык не есть только говор, речь: язык есть образ всего внутреннего человека: его ума, того, что называется сердцем, он выразитель воспитания, всех сил умственных и нравственных.

*Тема: “Заимствования”*

В классе читаем начало рассказа М.М. Зощенко “Обезьяний язык” Можно ли по названию предположить, о чем пойдет речь в тексте?

Трудный этот русский язык, дорогие граждане! Беда, какой трудный.

Главная причина в том, что иностранных слов в нем дочерта. Ну, взять французскую речь. Все хорошо и понятно. Кескесе, мерси, комси, - все обратить ваше внимание, чисто французские, натуральные, понятные слова.

А нуте-ка, сунься теперь с русской фразой – беда.

Вся речь пересыпана словами с иностранными, туманным значением.

От этого затрудняется речь, нарушается дыхание и треплются нервы.

Я вот на днях слышал разговор… Очень умный и интеллигентный разговор был, но я, человек без высшего образования, понимал ихний разговор с трудом и хлопал ушами…

- Как вы думаете, почему Зощенко назвал свой рассказ “Обезьяний язык”? С каким качеством речи связано использование иноязычных слов?

- Согласны ли вы с героем , что при злоупотреблении иностранными словами “затрудняется речь, нарушается дыхание и треплются нервы”? Объясните почему.

-Какими вы считаете, иноязычные слова – это обогащение или оскудение русской речи?

-Какими критериями, на ваш взгляд, надо руководствоваться , когда мы используем заимствованные слова?

Давайте пофантазируем: какой разговор сегодня мог услышать герой рассказа?

О, великих и могучий…

Коллоквиум штормило.

Схватились дискутанты

Один сказал:

- Маркетинг!

Другой отрезал

- Брифинг !

А третий рявкнул:

-Клиринг!

И грохнул кулаком.

Так в нашем регионе

Достингнут был косенсус

Посредством плюрализма,

Хотя и эксклюзивно,

Но что весьма престижно –

Без спонсора притом! (А.Пьянов,поэт-сатирик)

*Создание проблемной ситуации.*

Проблемная ситуация в обучении рассматривается как стимулятор познавательной деятельности учащегося и как фактор общего развития личности. Проблемная ситуация возникает тогда, когда сталкиваются жизненные представления учащихся с научными фактами, для объяснений которых у учащихся не хватает знаний, также проблемную ситуацию можно создать, побуждая учеников к сравнению, противопоставлению фактов, суждений.

Пример. Тема “Главные члены предложения”. В начале урока задается провокационный вопрос: “Какой член предложения самый главный?”

Тема “Принципы русской орфографии” В начале урока каждый учащийся получает письмо:

“Дарагая и уважаемая ридакцыя, Вы извените что к вам обращаюсь но сиводня вы для миня единственная и наповтаримая газета которой я могу излить всю глубену маей истерзаной души. Веть газета мой старый друг выручающий в трудный мамент когда колбаску нада завирнуть на скамейку падалжить в мокрые батинки запехнуть. Да и почитать всегда чтото найдеца ”

-Какой принцип орфографии является основным для адресанта ?

- Проверьте свою грамотность, поработайте корректором: исправьте орфографические и пунктуационные ошибки в тексте.

Тема “Принципы русской пунктуации”

В начале урока предлагается некоторые исторические сведения:

1. Французский писатель В. Гюго, закончив роман “Отверженные” , послал его издателю вместе с письмом, в котором был только вопросительный знак (?)

- Как вы думаете, что ответил издатель?

- Попробуйте составить диалог, который мог бы произойти между В.Гюго и издателем.

- Какую роль, на ваш взгляд, играют знаки препинания? А как вы относитесь к знакам препинания?Для чего они нужны?

2. Английский король Эдуард II, правивший на рубеже XIII-XIV вв., притеснениями и непосильными налогами восстановил против себя большинство подданных так, что они составили заговор, во главе которого встала его жена Изабелла. По решению парламента король был лишен трона и заключен в тюрьму, где ожидал решения своей участи. Тюремщики короля получили от Изабеллы предписание, в котором отсутствовали знаки препинания: “Эдуарда убить не смейте бояться полезно”.

- Какие знаки препинания и как можно поставить в этом предложении?

- Сколько вариантов у вас получилось.

- Покажите, как меняется смысл предложения?

На уроках идет обмен мнениями, происходит общение.

В процессе речевого общения в классе у каждого ученика уточняется или обогащается представление об изучаемой теме. Особенно сильно речевое общение влияет на процесс произвольного и непроизвольного запоминания. Существует предположение, что речевое общение является важным средством перевода информации из хранилища кратковременной памяти в долговременную.

*«Общение является важным условием проявления и развития интер-индивидуальных различий каждого из его участников, развития каждого как личности в ее индивидуальности своеобразии».(Ломов Б.Ф.)*

Продумывая ход урока, распределяю время на письменную речь и устную, чтобы обеспечить их более рациональное сочетание, взаимодействие.

Использование лингвистических пятиминуток и проблемных ситуаций в начале урока дает возможность реализовать деятельный подход, повысить уровень личной заинтересованности учащихся в освоении материала, вызвать у учащихся эмоциональную реакцию, желание высказать и защитить свою позицию.

После диалогической работы необходимо приступить к письменным заданиям.

Упражнения, которые выполняют учащиеся, отвечают задачам урока: решают проблемную ситуацию, обозначенную в начале урока. Познавательные задачи мотивируют учащихся к процессу познания. Именно интерес, любознательность стимулирует активное развитие перцептивных, мнемических, речевых, мыслительных процессов. Выполняя такие задания, активизируется и левое, и правое полушария. Для учеников урок становится привлекательным и запоминающимся.

Даются упражнения на преобразование, на распределение, на выведение структуры. Через такие упражнения я мотивирую школьника на проявление активности ,субъективности в образовательном процессе, а в будущем – хорошо ориентироваться в жизненном пространстве. Необходимо отметить, что существуют приемы, помогающие наладить атмосферу, активизирующую познавательную деятельность: обращение к ученику только по имени, проговаривание похвалы и одобрения, сохранение ровной интонации. В этом здоровьесберегающая составляющая нашей работы.

***III. Актуализация опорных знаний***

С точки зрения здоровьесбережения актуализация знаний означает психологическую подготовку ученика: сосредоточение внимания, осознание значимости предстоящей деятельности, возбуждение интереса к уроку.

Актуализация речевых способностей учащихся и формирование культуры общения невозможна без развития эмоциональной сферы психики. Здоровьесбережение на уроках возможно лишь тогда, когда есть положительный эмоциональный отклик учащихся. Эмоции не только активизируют мыслительные процессы, но и помогают определить направление движения мысли (найти нужное слово, предложение). Проследить связь чувственного, эмоционального восприятия в обучении речевой деятельности (устной и письменной) помогают упражнения со словом, которые могут быть включены в любой этап урока.

Слово воспринимается не только единица языка, но и как единица мышления. Из умения видеть, чувствовать и говорить слово складывается языковая личность учащегося. Поэтому слово воспринимается на уроках как концепт. Концепт – это слово со всеми лексическими значениями и культурными смыслами, которые существуют или могут возникнуть в ментальном сознании. От рутинных действий “Запиши – объясни - подчеркни” поднимаемся до концептуального анализа, до поиска смыслов, стоящих за конкретным словом.

Приемы работы со словом:

1. Объяснение смысла слова. Рисование образа слова.

*Этапы работы :*

1. Презентация слова.

2. Формирование эмоционального отношения к слову (чтение отрывков поэтического и прозаического текстов, высказывание о слове)

3. Внутреннее переживание и осмысление слова. 4. Рисование своего видения слова.

1. Прием построения полей смыслов.

Слова-спутники(ассоциации)

Слова –друзья СЛОВО Слова враги

(синонимы) (антонимы)

Слова-родственники(однокоренные)

1. Культуроориетированный анализ слова. Показать, как в слове отразились особенности национальной культуры и мировоззрение народа.
2. Ассоциативный эксперимент. Записать слова, словосочетания, фразеологизмы, которые возникнут в сознании, когда слышут слова. Цель-выявление спектра ассоциации на то или иное слово, объяснение мотивировки этих ассоциаций. Позволяет судить об отношении ученика, составившим ассоциации к тому или иному явлению действительности. Например, школа-тетрадь,доска,писать,учитель,знание… Лес-мрачный,хвойный,крапива,цветы…

*Игровые задания со словом:*

1. *Составление новых слов.* Дано одно слово ,из букв которого составляются новые слова. Например, школа-шофер, король, община, ладонь, апрель.
2. *Фотоглаз.* Слова демонстрируются 20-30 секунд, затем закрываются. Записывают то, что запомнили. После проверки все слова орфографически проговариваются. Такие упражнения дают возможность использовать резервы механической памяти, обеспечивает взаимоконтроль зрительных и слуховых анализаторов.

Красивый Красный Подлинный

Прекрасный Алый истинный

Великолепный багровый талант

Изумительный багряный искусство

Бесподобный бордовый искусный

Блистательный пурпурный режиссер

Поразительный пунцовый директор

1. *Лесенки.* Заполняются союзами, предлогами, существительными, оканчивающимися на мягкий знак, наречиями с суффиксом О.
2. *Угадай слово.*

*Т*акая работа интересна учащимся. .Формирует орфографическую зоркость, расширяет словарный запас, формирует умения пользоваться словарями, развивает речемыслительные процессы, заставляет в максимальной степени работать память и внимание, развивает логическое и образное мышление, что важно для достижения равнополушарности наших учеников, повышает продуктивность и результативность занятий( часть здоровьесберегающей технологии).

***VI. Изучение нового материала***

Новые знания должны быть поняты учащимися именно на уроке.

Учебная информация для наших учащихся должна подаваться мелкопорционно, многосенсорно, т.е. при лекционной подаче материала показывается схема, таблица, рисунки. А учащиеся пишут, рисуют.

Познавательная активность учащихся со слабой учебной мотивацией во многом носит ситуативный эпизодический характер: учащиеся включаются в урок, если им предлагается что-то новое, необычное. Поэтому важно опять опираться на эмоции, которые подкрепляют интеллектуальную и волевую сферу моих учеников.

Чтобы способ изложения новой информации совпадал с типом восприятия этой информации, использую разны формы в их взаимосвязи:

1. Вербальная (текст параграфа учебника, лекция, определение понятий, правило)
2. Символическая (таблица, схема, опорный конспект)
3. Иллюстративная (рисунок, репродукция картины, фотография)

Учащиеся понимают информацию, представленную в этих формах, в соответствии с рационально-логическим или образным мышлением, с точки зрения здоровьесбережения это ведет к лучшему усвоению материала.

Восприятие материала на слух (вербальная форма) – дело трудное, требует от учащихся сосредоточенного внимания и волевых усилий. Чтобы предупредить пассивность учащихся при устном изложении материала отбирается живой и интересный материал, а также применяются педагогические приемы, возбуждающие мыслительную активность и способствующие поддержанию их внимания.

Один из приемов состоит в том, что при устном изложении знаний использую тезаурусы.

Тезаурус (от греческого thesauros-сокровище)-множество смысловыражающих единиц языка с заданной на нем системой отношений.

Тезаурусы помогают структурировать, классифицировать и моделировать понятия и связи, относящиеся к конкретной научной области.

Стройная тезаурусная система – это своего рода модель знаний, отражающую ее внутреннюю логику.

Использование учебного тезауруса развивает понятийное мышление, т.к. тезаурус, представляющий наглядную модель, отражает смысловые отношения между единицами изучаемого материала. Пример тематического тезауруса по разделу «Лексика и фразеология»(10 класс)

* *Многозначность слова.*
* Слово-сочетание звуков, отражающее определенное понятие и выполняющее назывную (номинативную) функцию.
* Лексическое значение слова- соотнесенность слова с определенным понятием.
* Многозначное слово – обладает не одним, а несколькими значениями.
* Полисемия- явление многозначности.
* Омонимы- слова, разные по значению, но совпадающие по звучанию.
* Омоформы- слова, совпадающие по звучанию и написанию в какой-либо одной или нескольких грамматических формах.
* Омофоны- разные по написанию, но одинаковые по произношению.
* Омографы – слова, которые одинаково пишутся, но имеют ударение на разных слогах.
* Паронимы – слова, разные по значению, но сходные по звучанию.
* Синонимы – слова, разные по звучанию, но близкие по значению.
* Антонимы – слова, противоположные по значению.
* *Русская лексика с точки зрения ее происхождения:*
* Исконно русская лексика – лексика, формировавшаяся на протяжении всего периода развития русского языка
* общеславянская лексика – лексика, возникшая в период общеславянского единства
* восточнославянская лексика – лексика, возникшая в период распада общеславянского языка (VI-VII вв.)
* собственно русская лексика – лексика, появившаяся после VIII – IX вв.;
* Заимствованная лексика – лексика, пришедшая в русский язык из других языков
* старославянизмы – слова, пришедшие из старославянского языка.

*Лексика с точки зрения употребления*:

* общеупотребительная лексика;
* лексика, ограниченная в своем употреблении
* диалектизмы – слова, ограниченные в своем употреблении определенной территорией
* жаргонизмы – слова, встречающиеся в речи людей, связанных родом деятельности, времяпрепровождения и т.д.
* арго – лексика деклассированных элементов
* термины – слова или сочетания слов, обозначающие понятия, применяемые в науке, технике, искусстве
* профессионализмы – слова, используемые представителями той или иной профессии.

Тезаурус в качестве средства познания может использоваться на разных этапах процесса обучения: при объяснении, при закреплении ранее изученного, для осуществления контроля. Становясь средством учения, тезаурус позволяет решать познавательные задачи и способствует развитию умственных способностей и интеллектуальных навыков учащихся.

Тезаурус является средством познавательной деятельности; при работе с ним развивается понятийно-логическое мышление. Тезаурус является средством повышения познавательной активности, средством подготовки к осуществлению когнитивных действий.

Во время лекции готовый тезаурус представлен в виде раздаточного материала. Ученики наглядно представляют весь объем теоритического материала, понятийную связь между подтемами. Использование тезауруса дает осуществить быстрый поиск необходимой учебной информации, что способствует повышению познавательной активности. Работая с готовыми тезаурусами, у учащихся развивается мотив поисковой деятельности (подбираются примеры для иллюстрации утверждений). Когда предлагается самостоятельно составить тезаурус, то подключается творческий потенциал: как свернуть содержание изучаемого материала в более компактную форму, как выявить основную и второстепенную информацию.

Сделанная, выявленная самим учеником информация не забывается. Использование тезаурусов (готовых или сделанных учащимися) направлена на формирование знаний, умений, навыков.

Иллюстративная форма подачи нового материала предполагает использование на уроке произведений искусства. С точки зрения здоровьесбережения это имеет свои обоснования. Во-первых, процессы восприятия окружающего мира и мира искусства едины. Использование репродукций картин создает единство рационального и эмоционального. Во-вторых, при восприятии произведений искусства становится задействованными и наглядно – образные, и словесно – логические механизмы обучения. При работе с произведениями искусства языковое, речевое, духовное и эстетическое представляет собой единый процесс.

Работая с репродукцией, у учащихся развивается словесно-логическое и образное мышление, повышается речевая активность. С точки зрения здоровьесбережения, ученики выступают активными участниками обсуждения.

*Пример. Тема «Фразеологизмы».*

Используя репродукцию картины П.А. Федотова ‘’Сватовство майора’’ закрепляются и углубляются знания по теме, обогащается словарный запас учащихся новыми фразеологическими единицами, формируются и развиваются умения правильно и уместно употреблять фразеологизмы в устной и письменной речи.

На уроке даются сведения о художнике, его творчестве, зачитываются интересные воспоминание В.В. Стасова о картине и самого художника о своей работе над картиной «Сватовство майора».

Беседа по картине дает понять степень эстетического восприятия эмоций учащихся. Чтобы задействовать весь класс, применяю прием «По цепочке»:наблюдение-воспроизведение-деятельность-решение проблемной ситуации-исследование-творчество.

* Каждый учащийся называет увиденные детали полотна, раскрывающие тему изображенного и помогающие понять поведение главных персонажей.
* В результате получается описание сюжета картины.

Сюжет картины.

Изображен богатый купеческий дом, в котором уже все готово для встречи долгожданного гостя. Служанка заканчивает накрывать на стол, невеста надела дорогое платье и уложила волосы в прическу, нарядились соответственно торжественному случаю и ее родители. Сваха, вошедшая в комнату, сообщила хозяевам о том, что претендент на руку девушки прибыл. Он явился в полном наряде, желая произвести на будущих родственников «нужное впечатление».

Приход бравого военного привел в волнение обитателей дома. Каждый человек, находящийся в доме, откликается на слова свахи: будущая невеста стремится ускользнуть из комнаты, демонстрируя напускную скромность, но мать успевает схватить ее за платье, на них внимательно смотрит кухарка, ставя на стол еду, за ее спиной спускаются двое домочадцев; отец семейства спешит выйти навстречу гостю. И только кошка на первом плане остается безучастной происходящему.

* При помощи контраста движений (скрытых и явных) художник показывает краткое мгновение из калейдоскопа быстро меняющихся событий.
* Какое общее чувство передано художником?
* Беспокойство, волнение( брать за душу),ожидание.
* Описывая действия персонажей, выделите существенное через глаголы или глагольные формы.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Персонаж*** | ***Действие*** | ***Фразеологизмы*** |
| Майор | Уверен в себе, прихорашивается, уважение хочет увидеть, предчувствует благодать, жизнь в достатке | Будьте уверены. при полном параде. браво подбоченясь. всей душой, увидеть воочию. Божья благодать. Жить барином |
| Невеста и ее мать | Сомневается, схватили за платье, красиво одеты | На перепутье. охать да охать. арканом не затащить. разодеты в пух и пах. во всем блеске. |
| Двое домочадцев | Шепчутся друг с другом | Разводить антимонии, нести ахинею |
| Сваха | Желание просватать | Без сучка, без задоринки |

Учащиеся уточняют по фразеологическому словарю значение устойчивых оборотов, затем записывают их в тетрадь. В конце урока предлагается составить мини-сочинение «Что я увидел на картине Федотова «Сватовство майора»», используя фразеологизмы. В помощь ученикам предлагается сочиненная автором картины «Рацею»(объяснение), где подробно в стихотворной форме описал все, что изобразил:

Честные господа,

Пожалуйте сюда!

Милости просим,

Денег не спросим,

Только хорошенько очки протри.

Начинается,

Починается рассказ

О том, как люди на свете живут,

Как иные на чужой счет жуют.

Сами работать ленятся,

Так на богатых женятся.

Изучение или повторение теоретического материала проводится как урок-исследование с использованием репродукций картин.

*Тема «Пунктуация в сложном предложении с различными видами связи» (12 класс).*

Урок проводится по репродукции картины И.И.Шишкина ”Среди долины ровныя”. Предлагаются прочитать предложения по карточке (карточки раздаются) , рассмотреть схему и сформулировать задание. Текст карточки: (знаки препинания не расставлены)

Удивительная песенность заключена в самом пейзаже где контраст равнины бескрайних горизонтов и одинокого дуба приковывает взгляд.

Трудно сказать как родилось это произведение .

Пейзажи Шишкина всегда несут в себе определенную тему.

Чтобы передать пространство Шишкин прибегает к мотиву дороги.

Эта картины которые имеют связь с литературными образами.

Числу таких пейзажей относится картина “Следи долины ровныя” .

Наверное Шишкин вспомнил слова поэта А.Ф. Мерзлякова и так назвал пейзаж “Среди долины ровныя”.

Эта связь тонкая ассоциативная.

Это не только способствует впечатлению движения но и помогает почувствовать расстояние среди равнинного пейзажа.

Учащиеся читают предложения,знакомятся со схемами,формулируют задания.

Схемы:

1)[ ]

2)[ ],(которые)

3)[o,о]

4)[ ]

5)[ ],(как)

6)[вводн.сл. ]

7)[ ],(где о,о и о)

8)(чтобы ),[ ]

9)[ ], но и [ ]

Используя схемы, записывают текст, объясняют пунктограммы.Учащиеся при ответе пользуются схемами и таблицами.

Правильный текст: “1. Пейзажи Шишкина всегда несут в себе определенную тему. 2. Эта картины, которые имеют связь с литературными образами. 3. Это связь тонкая, ассоциативная. 4. К числу таких пейзажей относятся картина “Среди долины ровныя” 5. Трудно сказать, как родилось это произведение. 6. Наверное , Шишкин вспомнил слова поэта А.Ф. Мерзлякова и так назвал пейзаж “Среди долины ровныя” 7. Удивительная песенность заключена в самом пейзаже, где контраст равнины, бескрайних горизонтов и одинокого дуба приковывает взгляд. 8. Чтобы передать пространство, Шишкин прибегает к мотиву дороги. 9. Это не только способствует впечатлению движения, но и помогает почувствовать расстояние среди равнинного пейзажа.”

Для глубокого восприятия содержания важно, чтобы графический текст был деформирован. Так создаются особые условия для развития зрительной памяти. Следующим шагом будет знакомство со стихотворением А.Ф. Мерзлякова “Среди долины ровныя”:

Среди долины ровныя,

На гладкой высоте

Цветет, высокий дуб

В могучей красоте.

Высокий дуб, развесистый,

Один у всех в глазах;

Один, один, бедняжечка,

Как рекрут на часах!

Взойдет ли красно солнышко –

Кого под тень принять?

Ударить ли погодушка –

Кто будет защищать?

Ни сосенки кудрявые,

На ивки близ него.

Ни кустики зелёные

Не вьются вруг него.

Ах скучно одинокому

И дереву расти!

Ах, горько, горько молодцу

Без милой жизнь вести.

Стихотворение выразительно прочитывается, объясняются знаки препинания.

Затем учащиеся отвечают на вопрос:1)Опишите пейзаж,изображенный на картине.2) Почему картина И.И. Шишкина называется’’ Cреди долина ровныя ‘’

При работе с картиной создается образовательная среда, в которой ученик выступает реальным субъектом познавательного процесса. Ученик на уроке проявляет все основные качества личности : разум, познание, чувствование, общение. Многоканальность поступления информации обеспечивает лучшую активность мозга, более привычное запоминание.

Здоровесбережение предполагает овладение культурой духовной. У учащихся, соприкасаясь с прекрасным, развивается способность быть творческим, быть нравственным, верить в добро, видеть и чувствовать красоту.

Необходимо отметить, что образное мышление, связанное с положительной эмоциональной сферой сознания, угасает и мертвеет, потому что в тех условиях, где находятся мои ученики, оно не востребовано. Возникает проблема использования таких технологий образования, чтобы вернуть добрую эмоциональную память, образное восприятие и мышление, без чего невозможно ни самопознание, ни переживание богатства мира, ни построение собственной жизни.

Всем этим условиям отвечает использование здоровьесберегательных технологий.

Оптимизировать учебной процесс дает возможность использование стихотворных текстов на уроках русского языка.

Поэтические произведения создают развивающую среду, когда незаметно происходит насыщение памяти, души хорошим образами речи и общение с текстом становится событием внутренней жизни. Мастера художественного слова отмечали, что приобщение к искусству звучащего слова благотворно влияет на технику речи и на состояние здоровья: В процессе чтения поэтических текстов вырабатывается правильное дыхание. Кроме того чтение стихов влияет на развитие левого и правого полушарий. Истолкование ритма и поэтического текста гармонизирует работу левого и правого полушарий, что благоприятно для формирования грамотности. Грамотными могут быть только равнополушарные люди.

Мысль, «вооруженная рифмами», быстрее находит путь к уму и сердцу ученика.

Можно включать поэтические тексты на разных этапах урока в качестве дидактического материала, а также в качестве ‘’поэтических минуток’’.

В урочной работе есть место самым разным способам выведения знаний в практико-ориентированный слой. Порой отвлеченный, не связанный напрямую с темой урока материал оказывается полезным как в целях разрядки, переключения видов деятельности, так и ненавязчивого вовлечения учащихся в познавательную деятельность.

Поэтический текст – один из самых действенных фактов, обогащающих эмоциональных сферу учащихся, так как соединяет в себе познавательное с эстетическим.

Решение поисковых задач на основе поэтических текстов позволяет обратить внимание на эстетическую функцию языка, его выразительность и образность.

Систематическое и целенаправленное использование поисковых задач на материале поэтического текста – одно из средств аналитической работы с художественным текстом на уроках русского языка, способствует развитию исследовательской деятельности учащихся, формирует творческое мышление и повышает уровень познавательной самостоятельности.

На каждом уроке русского языка использую поэтические произведения: либо фрагментарно, либо весь урок основан на исследовании поэтических строк.

Пример.Тема’’Особенности русского словесного ударения’’(10кл.).После ознакомления с теоретической частью обратились к поэзии.

*Мы говорим не “****штОрмы****”, а* “***штормА*” –**

*Слова выходят коротки и смачны*

***“ветрА”-*** *не* ***“вЕтры”*** *– сводят нас с ума,*

*Из палуб выкорчивая мачты.*

*Мы на приметы наложили вето,*

*Мы чтим чутье* ***кампАсов*** *и носов.*

*Упругие, тугие мышцы ветра*

*Натягивают кожу парусов.*

В. Высоцкий.

- Какое орфоэпическое явление использует поэт и почему?

*Восх****и****щенной и восхищ****е****нной*

*Сны видящей средь бела дня,*

*Все спящей видели меня,*

*Никто меня не видел сонной*

*М.Цветаева.*

-Какие возможности постановки ударения открываются в этом отрывке?

-Объясните значение обоих слов: “восх**и**щенной” и “восхищ**е**нной”

-О каких снах говорит автор? В чем для поэта разница между понятиями “спящей” и “сонной”?

-Выпишите ряды однокоренных слов. Объясните уместность повтора корней.

…На красных лапках гусь тяжелый,

Задумав плыть по лону вод,

Ступает бережно на лед,

*Скользит и падает; веселый*

*Мелькает, вьется первый снег,*

*Звездами падая на берег.*

А.Пушкин.

-Найдите в тексте пример свободной постановки ударения.

- Укажите причину возникновения этого варианта.

- Подберите современный аналог.

-С каким настроением рисует Пушкин зимние картины?

- Как это отражается в лексике?

- Что комического в описании зимы?

-В каком значении употребляется слово “бережно”?

-Дайте современный аналог слова “брег”.

- Какую фонетическую закономерность вы обнаружили?

Можно привести много примеров поэтических текстов, с которыми идет работа на уроке. Важно то, что такое общение есть не от случая к случаю, а целенаправленно, в системе.

Поэтому уроки русского языка становятся уроками сотрудничества и сотворчества с учениками.

При работе с поэтическим текстом рассматривается и фактуальная, и содержательно-концептуальная, подтекстовая информация, чтобы учащиеся воспринимали поэтическое произведение как особый микромир. В этом свете поэтический текст рассматривается как средство и способ обобщения духовного и предметного мира учащихся, преобразование собственного опыта как основного источника личностного развития. На таких уроках ведущим принципом обучения является принцип диалогичности.

Уроки сопровождают музыкальные фрагменты. Ритм, который диктует музыка головному мозгу, снимает нервное напряжение, тем самым улучшает функциональную деятельность мозга (здоровьесберегательная составляющая работы на уроке).

Таким образом, процесс восприятия на моих уроках строится на основе взаимодействия слуховой, зрительной, двигательной памяти с ассоциативным, абстрактным, логическим, образным мышлением, ключом к механизму этого взаимодействия, облегающим восприятие и понимание учебного материала, становится наглядный материал: опорные схемы, картины, таблицы, дидактический материал. Зрительный ряд в сочетании с художественным словом и музыкой обладает мощной силой воздействия и активизации познавательной деятельности.

Творческий характер образовательного процесса способствует развитию личности, снятию стресса, повышению интереса к учебной деятельности – необходимое условие здоровьесбережения. Все это ведет к активации и левого, и правого полушарий. Поэтому можно вывести три составляющих здоровьесбережения на уроке:

1. Читать стихи вслух. Чтение поэзии включает в себя речевой аппарат, который регулируется левым полушарием, и ритмичностью, за который отвечает правое полушарие.
2. Смотреть на красивые пейзажи, яркие сюжетные картины, репродукции.
3. Вести диалог. В условиях учебного общения наблюдается повышение точности восприятия, увеличивается результативность работы памяти, более интенсивно развивается интеллект и эмоциональные свойства личности.
4. Делать контралатеральные движения (система кинезиологии, помогающая выявить скрытые способности человека и расширить возможности его мозга)

***VI. Физкультурная (динамическая) пауза***

Можно провести некоторые упражнения кинезиологической направленности или дыхательные упражнения, а можно провести упражнение для улучшения психоэмоционального состояния:

Положить одну ладонь на лоб, другую – на затылок; сконцентрироваться; наладить глубокое, равное дыхание; вслух или мысленно обозначить свою проблему. В момент прикосновении руки ко лбу происходит стимуляция кровообращения лобный долей мозга, в которых начинает происходить осознание и анализ проблемы, определяться пути выхода из создававшейся ситуации. На затылке разложена зона, которая воспринимает зрительные образы, потом хранящиеся в нашей памяти. Прикладывая сюда ладонь, мы как бы стираем проблемы, образы, ситуации подобным образом. Параллельно благодаря глубокому дыханию воздух вентилируется: негатив улетучивается из организма. Чтобы усилить эффект от упражнения, рекомендуется дышать, чередуя ноздри.

Интересной и полезной является пение звуков (использование энергии полного дыхания)

Делаем глубокий вдох , а на выдохе петь звуки (автор методики австрийский ученый Б.М. Лессер-Лазарко)

**А**-снимает напряжение, стимулирует верхнюю часть легких, сенсорные центры , повышает тонус, воздействует на систему “трех обогревателей”: сердце, печень, толстый кишечник. Снимает физическую и умственную усталость

**О** - глубокая гармония, состояние равновесия.

**У** - помогает стабилизировать эмоциональное равновесие, положительно влияет на психику.

**И** - звук разума. Стимулирует головной мозг, глаза. Когда человек достаточно долго поет этот звук, он начинает ощущать радость.

***VII. Проверка усвоения знаний. Закреплений знаний***

Проверка усвоений и контрольных знаний являются важнейшим элементом урока. Как правило, проверка теоретических знаний осуществляется при помощи опроса. Чтобы опросный этап урока не воспринимался учениками как стрессовая ситуация, использую нетрадиционный фронтальный опрос в виде –мини-викторины, решения кроссвордов, составление синквейна, кластеров, написания диктантов. В таком виде фронтальный опрос эффективен в качестве умственной зарядки, помогает мобилизовать внимание учащихся, предупреждает забывание, восстанавливает в памяти ранее изученное.

Именно через творческие задания идет закрепление умений и навыков и дальнейших их совершенствований на основе различных видов речевой деятельности: чтения, аудирования, говорения, письма. Самым распространенным видом закреплений являются диктанты творческого характера. Например*, диктант – акростих*:

**Д**овольна именем известно я своим;

**Р**авно клянется плут и непорочный ум,

**У**техой в бедствиях всего бываю боле.

**Ж**изнь сладостей при мне и в самой лучшей доле.

**Б**лаженству чистых душ могу служить одна ,

**А** меж злодеями – не быть я создана .

(Ю. Нелединский – Мелецкий )

*Диктант штука:*

Пирог капустный – самый вкусный. “Отчего так поздно?” – спросил отец грозно. Сквозь чистое оконце светит в хату солнце. Артисту лестно когда в зале тесно.

***Диктант “Назови синоним***”: печальная - … (грустная), прекрасная - … (прелестная) , жестокий - …( безжалостный) и т.д.

Диктант- кроссворд. Ученики пишут ответ:

1. Сложносокращенное слово (Аббревиатура)
2. Краткое изложение книги или статьи (аннотация)
3. Чрезмерное самомнение (амбиция) и т.д.

*Немой диктант.* Учащиеся записывают предложения, в которых передают увиденные события. Например, “Учитель подошел к столу и открыл книгу. Прочитав несколько строк, попросил записать их. Затем взял мел и написал слова: солнце, прекрасный, светлый, голубой, и т.д.”

Учащиеся через наблюдение, через восприятие предметов и явлений объективного мира развивают мышление как наивысшую ступень единого процесса познания. Через правильно организованные наблюдения идет понимание речи. Отсюда эффективнее происходит запоминание, так как осмысленное запоминание продуктивнее механического.

Индивидуальный опрос, как сказал М.Т. Баранов, «это наиболее эффективная форма проверки знаний учащихся». Особое внимание уделяется подготовке устных ответов по орфографии и пунктуации, которые служат эффективным средством развития логического мышления, а также связной речи обучаемых. С точки зрения здоровьесбережения ученик учится преодолевать робость, смущение, при помощи речевой опоры высказывания или плана ответа создает лингвистическое высказывание. При проверке знаний учащихся большую помощью оказывает дидактический материал. Применение дидактического материала дает свои результаты:

1. Дидактический материал помогает выявлять, осмысливать, обобщать, и делать вывод. Дидактический материал дает информацию – учащиеся учатся этой информацией пользоваться .
2. За счет дифференциации заданий появляется возможность обучить каждого учащегося.
3. Развивают интеллектуальные способности, особенности психического развития (памяти, мышления, познавательной активности).
4. Формируется потребность ученика в постоянном творческом поиске.
5. Создается ситуация общения на уроке, позволяющая каждому ученику проявлять инициативу, самостоятельность в способе работы.

А.И. Власенков, говоря о методике обучения писал: “Основной смысл … показать , что орфографические занятия являются составной частью общей системы работы по русскому языку, системы развития связной устной и письменной речи учащихся”.

Формирование орфографической грамотности является одной из главных задач обучения русскому языку в школе. Но орфографическая и пунктуационная грамотность моих учеников низкая. Если учитывать, что грамотное письмо “освещено сознанием” (И.А. Бодуэн Д Е Куртене), то при написании слов ученик осуществляет выбор. Согласно данным психологии, выбор представляет собой момент внутреннего самоопределения личности, функция выбора является основной движущей силой, организующей поведение человека в любой деятельности, а значит и в письменной. Наши ученики делают выбор стихийно, а это ведет к ошибочным написаниям. У таких учеников плохо развито “чувство языка”, а тип мышления является фидейным (Никитин М.В.).

Фидейное мышление представляет собой способность человека по-своему интерпретировать то, что ему мало известно. Ученики, действующие на основе фидейного мышления, свое написание объясняют интуитивным выбором (“Действую по интуиции”), спонтанным выбором (вспоминаю правило, но пишу, как кажется) и пишу по интонации. Поэтому при написании диктанта, проверочных работ такие учащиеся допускают большое количество ошибок. Фидейное мышление указывает на пробелы в знаниях, которые необходимо восстановить, а главное – провести коррекцию “Хода мысли ” учащихся, чтобы они смогли сознательно управлять знаниями и перешли на следующую ступень своего развития.

Исправляя пробелы в знаниях, прежде всего надо думать о здоровьесберегающем компоненте: как найти путь к особенностям индивидуального освоения знаний данных учеников, как в доступной форме преподнести им материал, продумать путь к индивидуальным успешным действиям (предметно-логические,психические). Следовательно, чтобы грамотно писать, надо, прежде всего, научить думать учащихся в ходе письма.

Следуя разработанному методу Т.П. Малявиной, орфография представлена как система, “имеющая свои уровни членения, внутренние связи и зависимости, что создает благоприятные условия для переосмысления и осознания учебного материала”. Все правила приведены в единую систему. Учу читать правило по модели: “Где? – При каком условии ? – Что происходит?”. В помощь учащимся предлагаются таблицы, схемы (блочная подача материала), к каждому отдельно взятому правилу из данного блока прилагается пошаговая инструкция, определяющая ход мыслей, а затем схема или алгоритм на конкретное правило.

На этом этапе учащиеся выполняют упражнения, текст которых дан без пропусков букв и знаков препинания. Задания могут быть следующими:

1. Объясните написание выделенных слов (или: объясните постановку знаков препинания в указанных синтактических конструкциях).

2. Выберите из упражнения слова (или предложения) в качестве примеров-иллюстраций к только что созданной таблице-схеме.

3. Подбирая проверочные слова, вставьте пропущенные буквы. Определите, играет ли роль лексическое значение слова при выборе написания.

4. Выполните следующие тренировочные упражнения, графически отмечая орфограммы (или: выполните упражнение, графически объясняя употребление знаков препинания).

В этих упражнениях идет установка на самонаблюдение за последовательностью собственных интеллектуальных действий, совершаемых в процессе выполнения задания. Устно проговаривая, ученик вербально фиксируется и акцентирует порядок умственных действий по тому или иному правилу. При этом учащийся подчеркивает буквы , и в этой деятельности реализуются внутреннее проговаривание, осознанное запоминание опознавательных признаков. Задания располагаются по степени возрастающий трудности: от репродуктивных к частично – поисковым и далее к творческим. Прошу к каждой работе добавить свои примеры на данные правила (это играет важную роль в развитии мышления). Пошаговая инструкция на конкретное правило, таблица или алгоритм дают возможность объяснить задание и корректировать свои умения в соответствии со своими индивидуальными возможностями. Используя здоровьесбережение, у учащихся есть выбор и в способе усвоения знаний, и в упражнениях, которые направлены на закрепление тех умственных операций, тех способов мышления, дающих правильный образец письма.

Индивидуальное восприятие подачи правописного материала связано с многосенсорностью конкретного ученика. Например, ученик имеет визуальный тип мышления с активным левым полушарием, он предпочитает графические модели правил, а правополушарные учащиеся в рисунке. Отталкиваясь от пошаговой инструкции(если это ему необходимо), ученик выбирает свою подачу правил : таблица – рисунки (методика Т.Я. Фроловой), карточки Н. Сычевой “Пишем без ошибок”, таблицы А.Б.Малюшкина, схемы и алгоритмы, сделанные совместно. Схемы и алгоритмы отвечают принципу : “Запоминается то, что мгновенно может припомниться”.

Кроме того, оформление схем, алгоритмов вместе с учащимися способствует не только интенсивному запоминанию информации, но и развитию воображения, творческого потенциала. Составляя схему, алгоритм, опираемся на позицию А.А.Мурашова: ’’Идет выбор самой простой формулы системной закономерности’’.

Например, **правописание Ь после шипящих**.

1) в наречиях, кроме ( уж, замуж, невтерпеж).

**Всегда ь** 2) в глагольных формах.

пишется 3) существительных ж.р.,3- скл.

**Никогда ь** 1) нет Ь – нет рощ, задач, полчищ(сущ. Р.п.,мн.ч.)

Не пишется 2) В кратких причастиях

3) Существительных м.р.2-скл.

**Алгоритм- инструкция.**

**Буквы о, е(ё) после шипящих и ц**

1.В какой морфеме находится орфограмма?

↓ ↓ ↓

В корне в суффиксе в окончании

↓

2.Есть родственное 2. В какой части речи?

Слово с е? ↓ ↓ ↓ ↓

↓ ↓ Прил. Сущ. Наречие на о и е глагол,

да нет Глагольные

↓ ↓ 3.под ударением формы

Ё о ↓ ↓ ↓

жёлтый шов Да нет ё

(желтеть) шорох ↓ ↓ стережёт

обжора О е печёт

трущоба плащом тучей печёный

холщовый ситцевый

горячо певуче

! поджег дом !в суффиксе –ёр-: дирижёр,

(глагол) стажёр, ухажёр.

Поджог дома ! в суффиксах –ёвк-, -ёвыва-:

(сущ) ночёвка(ночевать), корчёвка

(корчевать), размежёвка(размежевать)

! Исключение: еще.

***Сжатый алгоритм***

ё/е о

Данный подход к коррекции правописных умений является здоровьесберегающим, так как устраняет негативные стороны традиционного запоминания (заучивание больших правил). Преимущества схем: скрытые возможности зрительной памяти позволяет быстрее запомнить правила и ориентироваться в них, таблица закрепляет представления о составе слова, части речи, членах предложения; алгоритм ускорит поиск верного ответа, это “индивидуальная карта грамотности” каждого учащегося.

*Приемы коррекции правописных умений:*

1. Корректировка правописания у старшеклассников происходит путем своеобразного сочетания устного орфографического разбора и письменного. Разбор производится коллективно с соблюдением определенной логической последовательности в объяснении орфографического действия. Устные комментарии устанавливали настроенного действующую обратную связь (учитель-ученик)

Ученики: Один ученик комментирует под контролем преподавателя, остальные учащиеся копируют действия ведущего слушают, запоминают, выделяют морфемы, подчеркивают. Мыслительная деятельность ученика становится открытой, контролируемой.С точки зрения здоровьесберегательных технологии при комментированном письме организуется и стимулируется мыслительная деятельность: аналитико-синтетическая умственная деятельность (выделение орфограмм, правила), артикулляционная (проговаривание), рукодвигательная деятельность (процесс письма), зрительное восприятие. Основные виды деятельности здесь присутствуют.

1. Какография – прием, основанный на том, что учащиеся исправляют неправильно написанное. Этот прием еще называют корректурно-смысловой, т.к. исправление производится с помощью правильного текста.
2. Прием сличения. Делая упражнения, учащийся имеет ответ к ним. Этот прием дает возможность объективно оценить свои действия. Прием сличения своего результата с эталоном становится инструментом анализа ошибки, ее причины, выявления уже возникших потенциальных затруднений. С точки зрения здоровьесбережения, у учащихся формируется адекватная самооценка, самоконтроль.

Существует другие приемы корректировки, о них нет необходимости говорить здесь. Главное, чтобы пробудить у учащихся внутреннюю потребность в овладении нормами правописания, необходимо на ярких, доступных примерах показать значимость орфографии. Для этого самым лучшим является активизация умственной деятельности. Умственное напряжение, поиск, развитие способности к самостоятельным действиям приносят ученикам удовлетворения: развивает уверенность в себе, уверенность в собственных силах, собственной значимости.

А еще постоянная мысль о том, как писал А.И.Власенков: ‘’Грамотность и в устной, и в письменной формах ее проявления, - это как «одежка», по которой встречают. А чтобы хорошо встречали тебя (ныне – школьника, а в недалеком будущем – полноправного, не исключено, что преуспевающего, гражданина России), сразу, без раздумий по достоинству оценивали тебя и твои способности, обретай «одежку» в детские, подростковые, юношеские годы и неси ее в хорошем, отличном состоянии через всю жизнь, по возможности обогащая и совершенствуя.’’

Таким образом, правильная организация урока, где происходит чередование коллективной, групповой, индивидуальной деятельности, где учащиеся получают интеллектуальное удовлетворение от работы, создание возможности почувствовать свою интеллектуальную состоятельность (формирование веры в успех, отметка достижений, концентрация внимания на достигнутых в настоящем и прошлом успехах), является одной из задач здоровьесберегающих технологий.

***VI. Рефлексия***

На данном этапе с точки зрения здоровьесбережения проверяется психоэмоциональное состояние учащихся, эффективность мотивации деятельности.

В конце урока нужно обсудить не только то, что усвоено нового, но и выяснить, что понравилось, какие вопросы повторить. Учащиеся отвечают на вопросы:

- Сегодня на уроке я..

- Больше всего мне понравилось…

- Самым интересным сегодня на уроке было…

- Самым сложным для меня сегодня было…

- Сегодня на уроке я почувствовал…

- Сегодня я научился…

- Сегодня я понял…

- Сегодня я задумался…

- В будущем мне надо иметь в виду…

Выбери:

-Превзошел сам себя.

-Это еще цветочки,а ягодки впереди.

-Не ударил в грязь лицом.

-Бил мимо цели.

Язык плохо подвешен.

-Из кожи вон лез.

С точки зрения здоровьесбережения ученик формирует адекватную самооценку,оценивает достигнутый результат,осознает качество и уровень усвоения материала.

**Заключение:**

Использование на уроках здоровьесберегающих технологий - залог успешности учебно-воспитательного процесса:

1)На уроках русского языка происходит снижение негативных жизненных факторов за счет оптимизации.

2)Оптимизация учебного процесса проводится с целью укрепления психологического и физического здоровья школьников.

2) Многосенсорное обучение позволяет учитывать индивидуальные особенности учащегося в восприятии информации, что способствует снижению риска неуспеваемости, создает условия комфортности.

1. Многосенсорное предоставление информации позволяет учащимся не только получать ее, используя ведущий канал восприятия, но и развивает другие сенсорные каналы, что открывает возможности для лучшего усвоения материала.
2. Здоровьесберегающее обучение направлено на обеспечение психического здоровья учащихся, предотвращения усталости и утомляемости, повышению мотивации к учебной деятельности, прирост учебных достижений.
3. С точки зрения здоровьесбережения урок требует отбора интересного, ситуационно значимого для учащихся материала, нестандартных форм взаимодействия всех участников педагогического процесса, эмоционального насыщения, переживания.
4. Введение специальных приемов привлечения и удержания внимания (вопросно-ответная форма изложения, включение эмоционально - образного компонента, проблемные вопросы, разнообразие упражнений) делают урок продуктивным.
5. С помощью здоровьесберегающих технологий создается возможность почувствовать свою интеллектуальную состоятельность: формирование веры в успех, отметка достижений, концентрация внимания на достигнутых успехах.
6. Воспитывая интерес к изучению русского языка на основе доступности обучения, добровольного выбора упражнений разной дифференциации, использование широкой наглядности, дает возможность задействовать каждого ученика в учебном процессе.
7. На уроке русского языка получают дифференцированную помощь посредством продуманной системы опор-памяток, инструкций, схем, таблиц, алгоритмов, планов устного ответа, речевых высказываний.
8. В условиях общения на уроках русского языка активно протекают процессы самоконтроля, происходит воспитание культуры чувств и эмоций, развитие способностей к сопереживанию, способностей управлять своим поведением, познать самого себя.

9)Использование здоровьесберегающих технологий на уроках русского языка дает возможность учащимся развивать свои способности, сформировать умения и навыки, которые дают ему возможность добиться успеха в учебном процессе, а способность ощущать красоту родной речи даст возможность уметь пользоваться ресурсами родного языка в различных жизненных ситуациях.

***Результаты использования здоровьесберегающих технологий.***

Результаты анкеты «Определение школьной мотивации»

*В начале учебного года (2012 – 2013)*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Класс | Кол-во опрошен.  учеников | Высокая мотивация | | | Хорошая мотивация | | Низкая мотивация | |
| Кол-во | % | | Кол-во | % | Кол-во | % |
| 10 | 26 | - | - | 4 | | 15,4 | 22 | 84,6 |
| 11 | 24 | 1 | 4,2 | 6 | | 25 | 17 | 70, 8 |
| 12 | 28 | 2 | 7,1 | 8 | | 28,5 | 18 | 64,2 |

*В конце учебного года(2012-2013)*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Класс | Кол-во опрошенных  учеников | Высокая мотивация | | | Хорошая мотивация | | Низкая мотивация | |
| Кол-во | % | | Кол-во | % | Кол-во | % |
| 10 | 26 | 2 | 7,7 | 8 | | 30,8 | 16 | 61,5 |
| 11 | 24 | 3 | 12,5 | 9 | | 37,5 | 12 | 50 |
| 12 | 28 | 4 | 14,3 | 11 | | 39,3 | 13 | 46,4 |

**Выводы:**

У большинства учащихся сформировалась положительная мотивация изучения русского языка.

В конце учебного года в 10 классе высокая мотивация увеличилась на 7,7%, хорошая на 15,4%, низкая уменьшилась на 23,1%.

В конце учебного года в 11 классе высокая мотивация увеличилась на 8,4%, хорошая на 12,5%, низкая уменьшилась на 20.8%.

В конце учебного года в 12 классе высокая мотивация увеличилась на 7,2%, хорошая на 10,8%, низкая уменьшилась на 17,8%

***Сводная таблица успеваемости и качества знаний.***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **год** | **класс** | **Кол-во**  **учащихся** | **5** | **4** | **3** | **2** | **Средний балл** | **% успев** | **% качеств** | **динамика** |
| 2010/2011 | 10 А,Б | 33 | - | 1 | 32 | - | 3.03 | 100 | 3.03 | - |
| 2011/2012 | 11 А,Б | 30 | - | 3 | 27 | - | 3.1 | 100 | 10 | + 6.97% |
| 2012/2013 | 12 А,Б | 32 | - | 5 | 27 | - | 3.16 | 100 | 15.6% | +5.6% |

В результате использования здоровьесберегающих технологий повысилась успеваемость, качество знаний, улучшилась умственная работоспособность учащихся, возрос познавательный интерес.

В 2012-2013 году трое учащихся 12 классов получили аттестат с оценками “хорошо”, один из них поступил в высшее учебное заведение.

**Итоги:**

Мои гипотезы подтвердились. Учитывая психологические особенности учащихся, созданы необходимые условия для продуктивной познавательной деятельности, все учащиеся вовлечены в учебный процесс. Применение здоровьесберегающих технологий на уроках русского языка приводит не только к сохранению здоровья, но и к повышению качества обучения.

Предлагаемый опыт может быть реализован в школьных учреждениях, в работе с трудными и слабоуспевающими учащимися.

**Приложение№1**

*Анкета’’Ваше отношение к учебной деятельности’’:*

1. Как вы оцениваете свои способности? (хорошие, плохие, не знаю)
2. Ваше отношение к русскому языку как учебному предмету?
3. Как вы оцениваете свое отношение к учению (активное, творческое, без особого интереса и усилий, безразличное, созерцательное, пассивное)?
4. Что побуждает вас к учению? (удовлетворение познавательных потребностей в знаниях; чувство долга; учусь по принуждению).
5. Какую работу вы выполняете с большим интересом: ту, которую уже выполняли, или новую, где требуются интеллектуальные, эмоциональные, волевые усилия, творческий поиск?
6. Реализуете ли вы все свои возможности в учении?(реализую, реализую не полностью, работаю без напряжений и усилий, работаю творчески)
7. Любите ли вы писать и читать?
8. Как вы выбираете написание слова? Каков ход вашей мысли при этом?
9. Чем вы можете объяснить свои орфографические ошибки?
10. Как вы мыслите, выбирая знак препинания?
11. Чем вы можете объяснить свои пунктуационные ошибки?
12. Нужна ли вам помощь:
    1. Со стороны учителя (дополнительные занятия, консультации).
    2. Со стороны товарищей.
13. Можно ли успешно учиться, не прикладывая к этому никаких сил?
14. Как лучше организовать работу на уроке русского языка? Ваши пожелания.

**Приложение№ 2**

*Тест на определение типа восприятия*

“Скорость”

А) быстрая смена пейзажа. (+)

Б) шум ветра, шуршание шин, визг тормозов. (\*)

В) учащенное сердцебиение; ощущение ветра, бьющего в лицо. (@)

“Плохая погода”

А) Завывание ветра, стук капель. (\*)

Б) зябко, ощущение сырости, влажный воздух. (@)

В) Тусклое небо, сырые тучи. (+)

“Мёд”

А) сладкий запах, липкие губы, тягучий. (@)

Б) золотистая, прозрачная жидкость.. (+)

В) Хлопок открывающейся банки, звон (\*)

“Море”

А) сине-зеленая вода, большие волны с белыми гребешками. (+)

Б) теплая солнечная вода, горячий песок. (@)

В) Шум прибоя, шелест волн, крики чаек. (\*)

“Усталость”

А) тело ломит, голова тяжелая, вялость. (@)

Б) мир вокруг кажется серым, бесцветным, пелена перед глазами. (+)

В) громкие звуки раздражают, хочется тишины. (\*)

‘’Яблоки’’

А)звонкий хруст укуса(\*)

Б)круглый плод красного,желтого или зеленого цвета на дереве(+)

В)кисло-сладкий,сочный вкус,запах варенья(@)

“Снег”

А) сверкающее, искрящиеся на солнце белое покрывало(+)

Б) Холодный, мягкий, пушистый. (@)

В) Скрипит под ногами, потрескивание наста. (\*)

“Вечер”

А) Размытые краски, яркие огни фонарей, длинные тени. (+)

Б) приглушенный звук, голоса близких, шкварчайший на сковороде ужин. (\*)

В) ощущение приятной усталости, мягкое удобное кресло, чашка горячего чая. (@)

“У костра”

А) тепло, дым щиплет глаза, согревает@)

Б) языки красного пламени, вспыхивающие угли,, сизый дым. (+)

В) потрескивание углей, шипение дров, бульканье воды в котелке(\*)

“Дерево”

А) шелест листьев, треск сучьев, скрип веток. (\*)

Б) Высокий прямой коричневый ствол, зеленая крона,, лучи солнца проглядывают сквозь листву . (+)

В) Шершавая кора, мягкая листва, запах свежести. (@)

“Библиотека”

А) Шорох страниц, приглушенная речь, скрип стульев. (\*)

Б) книги с гладкими обложками, увесистые тома, запах старых книг. (@)

В) глянцевый и матовые, красочные и разноцветные обложки книг; высокие стеллажи (+)

“Город”

А) завлекающие витрины магазинов, разнообразие и смешение различный запахов. (@)

Б) высокие здания, серые мостовые, яркие рекламные щиты, разноцветные машины. (+)

В) Шум машин, гул голосов, вой сирен, хлопанье дверей. (\*)

“Утро”

А) светлое голубое небо, прозрачный воздух, показавшееся из за горизонта розовое солнце. (+)

Б) щебетание птиц, тишина, тихое шуршание листьев. (\*)

В) прохладный воздух, влажная трава, теплые лучи солнца, дышится полной грудью. (@)

‘’Ремонт’’

А)запах пыли,краски,лака(@)

Б)чистые обои,белый потолок,беспорядок(+)

В)стук молотка,визг дрели,эхо в пустых комнатах(\*)

Интерпретация:

Подсчитайте количество ответов (+), (\*) и (@)

(+) визуал, восприятие окружающего мира преимущественно при помощи зрения.

(\*)- аудиал, восприятие преимущественно с помощью органов слуха .

(@) – кинестетик, восприятие в основном через ощущения.

**Приложение№3**

***Тест для самодиагностики учащимися функциональный ассиметрии полушарий мозга (Тест И.Л.Павлова)***

Девять карточек со словами надо разложить по три карточки на три группы, чтобы в каждой группе было что-то общее.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| карась | малина | кошка | пальто | хоккей | музыка |
| орел | яблоня | молоко | туфли | шахматы | архитектура |
| овца | пшеница | мяукать | шляпа | теннис | хореография |
| бегать | ягода | корова | пуговица | клюшка | романс |
| плавать | яблоко | сено | шнурок | пешка | собор |
| летать | зерно | мычать | поля | ракетка | вальс |
| шерсть | куст | собака | плечи | тайм | петь |
| перья | дерево | мясо | ноги | партия | стоять |
| чешуя | трава | лаять | голова | сеть | танцевать |

**Ключ:**

Если учащийся формирует три группы карточек вот так:

Карась+орел+овца

Бегать+плавать+летать

Шерсть+перья+чешуя, то эта говорит о преобладании логического мышления над образным, т.е.,о доминировании левого полушария

Если учащийся формирует три группы карточек вот так:

Карась+чешуя+плавать

Орел+перья+летать

Овца+шерсть+бегать

то это говорит о преобладании образного мышления над логическим, т.е., о доминировании правого полушария.

Практика показывает, что анализ результатов выполнения несколько таких заданий может выявить не только случаи яркого, но и выявить учащихся в выраженном “равнополушарным” способом мышления, способных сознательно анализировать собственный способ мышления.

**Приложение №4**

**Анкета’’Определение школьной мотивации’’:**

1. Тебе нравится в школе?

А) Да.

Б) Не очень.

В) Нет.

2) С какой целью пришел ты в школу?

А) Я люблю узнавать что-то новое.

Б) Я учусь прежде всего потому, что скоро у меня УДО.

В) Меня заставили учиться.

3) Ты всегда с радостью идешь в школу?

А) Иду с радостью.

Б) Бывает по- разному .

В) Чаще хочется остаться в отряде.

4) Если бы учитель сказал, что завтра в школу необязательно приходить всем ученикам, ты бы пошел в школу или остался в отряде?

А) Пошел бы в школу.

Б) Не знаю.

В) Остался бы в отряде.

5) Тебе нравятся разные школьные мероприятия?

А) С удовольствием принимаю участие.

Б) Нравится быть зрителем.

В) К этим мероприятиям я равнодушен.

6) Тебе нравится, когда отменяются какие-нибудь уроки?

А) Не нравится.

Б) Бывает по- разному.

В) Нравится.

7) Ты хотел бы, чтобы в школе остались одни перемены

А) Нет.

Б) Не знаю.

В) Хотел бы.

8) Ты часто рассказываешь о школе своим друзьям, родственникам?

А) Часто.

Б) Редко.

В) Не рассказываю.

9) У тебя в школе много друзей?

А) Много.

Б) Мало.

В) Нет друзей.

10) Тебе нравится твои одноклассники?

А) Нравятся .

Б) Не очень.

В) Мне они безразличны.

Максимальное количество баллов – 30

Интерпретация текста:

За каждый ответ

А) 3 балла

Б) 1 балл

В) 0 баллов

34-24 – высокая мотивация

23-15 – хорошая мотивация

14-0 – низкая мотивация

**Литература**

1. Ануфриев А.Ф., Барабанщикова Т.А., Рыжова А.Н. Психологические методики изучения личности. – М.: Ось-89, 2009.
2. Алгазина Н.Н. Формирование орфографических навыков.- М.: Просвещ., 1987.
3. Беднарская Л.Д. О системном отборе основного содержания образования: орфография и пунктуация ,- Русский язык в школе,- 2009 , №5
4. Брагина С.А. Энциклопедия здоровья.- Волгоград: Учитель, 2009.
5. Бутолина Т.М .Я и мир вокруг меня.- Санкт-Петербург: Детгиз – лицей, 2003.
6. Введенская Л.А., Семенова М.Ю. Путешествие в удивительный мир слов.- Ростов-на-Дону: Феникс, 2008.
7. Верескун Н.В. Русский язык. Нестандартные уроки и внеклассные мероприятия с применением современных технологий.- М.: Планета, 2011.
8. Власенков А.И. Методика обучения офографии в школе.-М.: Русское слово, 2011.
9. Малявина Т.П. Прием коррекции правописных умений и навыков старшеклассников.- Русский язык в школе.- 2009, №5.
10. Никитина Л.М. Формирование функциональной грамотности с использованием блочно-модульной технологии.- Русская словесность, -2007, №3.
11. Новикова Л.И. работа со словом на уроках русского языка.- русский язык в школе. 2009 №2
12. Сиротюк А.Л. Психофизиологические основы обучения школьников.- М., ТЦ Сфера, 2007.
13. Скобликова Е.С Обобщающая работа по орфографии .- М.: дрофа , 2005
14. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе.- М.: АПК и ПРО, 2002.
15. Электронные ресурсы: <http://www.shkolnymir.info>.
16. http://kineziolog.ru,2010.