

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ НА УРОКАХ РУССКОГО ЯЗЫКА

Самчелкина Н.В.

ГОУ СОШ № 2009, г. Москва

Здоровьесберегающие образовательные технологии – это знакомые большинству педагогов психолого-педагогические приемы и методы работы, технологии, подходы к реализации возможных проблем плюс постоянное стремление самого педагога к самосовершенствованию. Только тогда можно сказать, что учебно-образовательный процесс осуществляется по здоровьесберегающим образовательным технологиям, если при реализации используемой педагогической системы решается задача сохранения здоровья учащихся и педагогов.

Любовь к детям, оптимистичная вера в них, отсутствие прямого принуждения, приоритет положительного стимулирования, терпимости к детским недостаткам в сочетании с проявлениями демократизации отношений – правом ребёнка на свободный выбор, на ошибку, на собственную точку зрения – способствуют формированию здоровой психики и, как следствие, высокого уровня психологического здоровья.

Итак, какие приемы и методы использую я в своей работе?

Не секрет, что тактика авторитарной педагогики является стрессовой как для учеников, так и для педагогов. Поэтому целесообразно начинать урок с доброжелательного приветствия. Иногда уместно пошутить. Главное – дать позитивный настрой на предстоящий урок. Определяю и фиксирую психологический климат в течение урока, провожу эмоциональную разрядку, слежу за соблюдением учащимися правильной осанки.

Увеличение темпа и объема учебной нагрузки также является провоцирующим фактором развития всевозможных психосоматических расстройств у детей. Очень важным становится создание на уроке комфортной атмосферы, благоприятного психологического фона. Для этого во время выполнения некоторых заданий я включаю релаксирующую музыку. Кроме того, использую приемы, способствующие появлению и сохранению интереса к учебному материалу; создаю условия для самовыражения учащихся.

Все это приводит к предотвращению усталости и утомляемости; повышению мотивации к учебной деятельности; приросту учебных достижений.

Чтобы устранить недостаток двигательной активности у учащихся, я ввела в практику работы физкультурные пятиминутки, которые позволяют детям сбросить напряженность как умственную, так и физическую. Обязательное условие эффективного проведения физкультминуток – положительный эмоциональный фон.

Безусловно, необходим индивидуальный подход к учащимся с учетом их психофизических особенностей. Технология уровневой дифференциации обучения позволяет строить уроки с учетом индивидуальных возможностей и способностей учащегося. У меня появляется возможность дифференцированно помогать слабому ученику и уделять внимание сильному, более эффективно работать с трудными детьми.

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

Таким образом, внедрение в обучение здоровьесберегающей технологии ведет к снижению показателей заболеваемости детей, улучшению психологического климата в ученических коллективах, исчезает проблема учебной дисциплины, происходит раскрепощение ученика, открывается простор для педагогического творчества учителя.

Литература

1. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке» РУДН, Москва, 2010г.
2. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке» РУДН, Москва, 2009г.
3. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке» РУДН, Москва, 2008г.
4. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке» РУДН, Москва, 2007г.
5. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке» РУДН, Москва, 2006г.
6. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке» РУДН, Москва, 2005г.
7. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке» РУДН, Москва, 2004г.
8. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке» РУДН, Москва, 2003г.
9. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке» РУДН, Москва, 2002г.
10. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке» РУДН, Москва, 2001г.
1. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке» РУДН, Москва, 1999г.