

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ УЧИТЕЛЯМИ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ

Даус Е.В., Лапшина Н.А.

ГУ «Средняя школа № 23 имени М.Козыбаева»

В современном обществе школа представляет собой социальный институт, обязательный для каждого ребенка по достижении возраста 6-7 лет. Большую часть дня учащиеся проводят в стенах школы. В свете перехода на 12-летнее обучение сохранение и укрепление здоровья учащихся становится одной из важнейших задач каждого образовательного учреждения. Общеизвестно, что состояние здоровья детей в современных условиях значительно зависит от условий, в которых находятся дети (безопасность пребывания в школе, санитарно-гигиеническое состояние помещений, освещенность и температурный режим помещений, нормальное функционирование всех систем жизнеобеспечения).

В соответствии с этим основной целью учителей начальных классов является сохранение здоровья обучающихся и восстановление адаптационных возможностей организма ребенка, полноценное физическое и психологическое развитие учащихся в соответствии с возрастом, обучение основам здорового образа жизни, формирование здоровьесберегающей среды. Учителя начальных классов нашей школы ставят перед собой следующие задачи:

- формировать у учащихся жизненно важные гигиенические умения, навыки и полезные привычки;
- обучать школьников доступным физкультурным знаниям, умениям и навыкам, способствующим укреплению здоровья школьников;
- добиваться того, чтобы каждый ученик чувствовал себя равноправным членом коллектива, был активным и общительным;
- воспитывать у детей любознательность, честность, творческую инициативу, способствующую развитию познавательных способностей у школьников.

Вследствие чего, всеми учителями, в обязательном порядке применяются на своих уроках и во внеурочной работе здоровьесберегающие технологии. Опыт работы по данной проблеме показал, что в классах снизился процент заболеваемости учащихся, повысилось качество знаний, учащиеся стали более раскованны в общении, быстро находят общий язык с людьми.

1. Образовательный процесс у многих учителей носит творческий характер.

Включение ребенка в творческий процесс, поиск решений служит развитию человека, снижает наступление утомления. Это достигается использованием:

- игровых ситуаций на уроках, разных форм уроков (КВН, викторина, игра);
- сценок литературных сюжетов;
- подвижных игр на переменах;
- наглядности;
- занимательных упражнений;
- фантазирования;
- творческого характера домашних заданий (составить задачу, пример, нарисовать иллюстрацию к произведению, придумать загадку на тему). При этом объем домашнего задания и его сложность соотносятся с возможностями каждого ученика.

Опыт показывает, что если ребенок не справился с домашним заданием несколько раз, то у него пропадает интерес к этому процессу. Поэтому многие наши учителя предлагают детям разноуровневые задания и даже оставляют за ними право выбора в соответствии с собственными силами.

2. У учащихся начальных классов особенно чувствительной является нервная система, поэтому важным моментом, который соблюдают наши учителя во время урока является:

а) чередование различных видов учебной деятельности:

- опрос учащихся;
- фронтальный опрос с использованием различных игр;
- письмо;
- чтение;
- слушание;
- рассказ;
- рассматривание наглядных пособий;
- ответы на вопросы;

– решение задач.

Элементы игры используются также в качестве обратной связи и оценки ответов одноклассников:

- хлопанье в ладоши;
- поднятие руки;
- сигнальные карточки различного цвета.

б) использование различных методов, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения самих обучающихся:

- метод свободного выбора (беседа, выбор действия, выбор способа действия);
- активные методы (обучение действием, обсуждение в группах, в парах, ученик как исследователь);
- методы, направленные на самопознание, саморазвитие (интеллект, эмоции, воображение, общение, самооценка).

Мы считаем, что все это снимает утомительную нагрузку, связанную с необходимостью поддержания рабочей позы.

в) проведение физкультурных минуток:

- расслабление кистей рук;
- массаж пальцев перед письмом;
- дыхательная гимнастика;
- предупреждение утомления глаз.

Недостаток двигательной активности – одна из причин снижения адаптационных ресурсов организма школьников, а физминутки влияют на деятельность мозга, активизируют сердечно-сосудистую и дыхательную системы, улучшают кровоснабжение внутренних органов, работоспособность нервной системы.

3. Важное значение, по нашему мнению, имеет эмоциональный климат на уроке:

- недаром говорят: - «хороший смех дарит здоровье»;
- мажорность урока;
- эмоциональная мотивация в начале урока;
- создание ситуации успеха.

4. Создание экологического пространства:

- проветривание помещений;
- озеленение кабинета;
- освещение кабинета.

5. Внеклассная работа:

- экскурсии;
- участие в спортивных соревнованиях;
- посещение учащимися спортивных секций, кружков, бассейна;
- досуговые оздоровительные мероприятия с родителями;
- беседы;
- конкурсы рисунков.

Использование здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательном процессе позволяет обучающимся успешно адаптироваться в образовательном и социальном пространстве, раскрыть творческие способности, а учителю эффективно проводить профилактику асоциального поведения. Критерием успешного использования здоровьесберегающих технологий учителями нашего МО является индивидуальная ориентация обучения, направленная на полную реализацию личностного потенциала обучающихся через формирование у них заинтересованного отношения к обучению. Мы должны научить детей ценить, беречь и укреплять свое здоровье, именно учителя должны быть личным примером, демонстрировать здоровый образ жизни, только тогда можно надеяться, что будущее поколение будет здоровым и развитым духовно и физически.

ЭКОЛОГИЧЕСКИЕ МОТИВЫ В МУЗЫКАЛЬНО-РИТМИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ДОШКОЛЬНИКОВ

ДИК Ф.Б.

Костанайский государственный педагогический институт

В программе музыкально-эстетического воспитания детей в детском дошкольном учреждении не последнюю роль играет движение под музыку. О приобщении ребенка к движению под музыку говорилось еще в трудах античных философов. Во времена Арис-