



**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Нижеказанищенская гимназия имени Абусуфьяна Акаева»**

368205. РД, Буйнакский район, с. Нижнее Казанище

e-mail: n-Kazanische_gimnaziya@mail.ru

Отчёт

**об использовании современных здоровьесберегающих технологий
в образовательном процессе**

Шугаибовой Аиды Джамалютдиновны,
учителя русского языка и литературы

МБОУ «Нижеказанищенская гимназия им. А. Акаева»

Каждый из нас знает, что сегодня в листе здоровья на предпоследней страничке журнала все меньше становится детей, у которых была бы запись «здоров». Медицинские исследования последних лет свидетельствуют, что здоровье наших детей под угрозой. За годы школьного обучения и без того слабое здоровье ученика ухудшается. Поэтому одной из приоритетных задач нового этапа модернизации системы образования становится сбережение и укрепление нравственного, психического и физического здоровья учащихся, формирования у них ценности здоровья, здорового образа жизни. А для учителя на первый план выдвигается задача выбора образовательных технологий, устраняющих перегрузки и сохраняющих здоровье обучающихся.

Под здоровьесберегающими технологиями я понимаю систему мер по охране и укреплению здоровья учащихся, учитывающую важнейшие характеристики образовательной среды и условия жизни ребенка, воздействующую на их здоровье. Уже 4 года работаю над проблемой «Здоровьесберегающие технологии на уроках русского языка и литературы». Изучала научную литературу по этой проблеме. Посещала уроки своих коллег, знакомилась с методами и приемами здоровьесберегающей технологии через сеть Интернет. В настоящее время накопила достаточно опыта по использованию здоровьесберегающих технологий на уроках, и как классный руководитель. В своей работе использую упражнения из «Гимнастики мозга» на утренней зарядке и физминутках, смена деятельности учеников в течение урока, дифференцированные задания, занимательные зрительные диктанты с историями о здоровье.

Важная составная часть здоровьесберегающей работы педагога – это **рациональная организация урока**. От соблюдения гигиенических и психолого-педагогических условий проведения урока в основном и зависит функциональное состояние школьников в процессе учебной деятельности. Показателем рациональной организации учебного процесса являются:

- объем учебной нагрузки – количество уроков и их продолжительность, включая затраты времени на выполнение домашних заданий;
- нагрузка от дополнительных занятий в школе;

- занятия активно-двигательного характера: динамические паузы, уроки физической культуры, спортивные мероприятия и т.п.

Для повышения умственной работоспособности детей, предупреждения преждевременного наступления утомления и снятия у них мышечного статического напряжения, я провожу **физкультминутки**, кроме того, определяю и фиксирую психологический климат на уроке, провожу эмоциональную разрядку, строго слежу за соблюдением учащимися правильной осанки, позы. В 5 классе для проведения физкультминутки подбираю стихотворные тексты - выполняя движения, ребята еще и запоминают стихотворения, тренируют память. А еще и под динамическую музыку. Обязательное условие эффективного проведения физкультминуток – положительный эмоциональный фон. Выполнение упражнений со скучающим видом, нехотя, как бы делая одолжение учителю, желаемого результата не даст, скорее, наоборот.

На своих уроках стараюсь использовать не менее четырех видов деятельности: работу с учебником, работу с наглядным материалом, работу с карточками, видеофрагменты, презентации и др. Разнообразные по форме уроки способствуют поддержанию интереса к предмету, а смена видов деятельности снижает утомляемость и напряженность. На своих уроках я отслеживаю здоровьесохраняющие компоненты учебного процесса: педагогические (организация мотивационной основы занятий, педагогически рациональная форма проведения уроков, активные методы обучения), физиологические (соблюдение санитарно-гигиенических норм, физиологически грамотное построение занятий), психологические (благоприятный эмоциональный фон занятий, создание ситуации успеха).

Главный упор, который я делаю на уроках – это рациональная организация урока, использование активных методов и активных форм обучения.

К примеру, если в течение урока используется один вид деятельности или 30-35 минут занимает фронтальная работа, то это приведет к не восприятию материала.

На уроках русского языка и литературы имеет значение подбор текстов, предложений, словарная работа на тему спорта и здоровья, профилактики заболеваний, формирование здорового образа жизни. Например, словарный диктант со следующим набором слов: заняться баскетболом, зажечь олимпийский огонь, укреплять здоровье, любить гимнастику и др. На уроках развития речи учащиеся пишут сочинения на темы: «Любимый вид спорта», «Что значит быть здоровым?»

На уроках литературы также уделяется внимание педагогике здоровья. Так, например, знакомство с жанрами фольклора дает возможность подбора пословиц и поговорок не только о Родине, дружбе, семье, но и о здоровом образе жизни.

Использую на уроках различные виды упражнений для профилактики близорукости, сколиоза, плоскостопия. Для создания хорошего настроения часто использую музыкальные фрагменты.

Кабинет русского языка способствует сохранению здоровья школьников. В кабинете был сделан ремонт. Парты расставлены в соответствии с нормами СанПиНа. Доска зеленого цвета благоприятно влияет на зрение детей. Доска снабжена дополнительным светильником. В кабинете есть компьютер, проектор, принтер, сканер. Все это помогает проводить интересные и запоминающиеся уроки, разнообразить методы и приемы. В кабинете есть растения, что создает уют и способствует очищению воздуха. Знакомимся с режимом дня школьника, изучаем основы здорового питания.

Преимущества тестового контроля: объективность оценки, достоверность информации, надежность, дифференцирующая способность, реализация индивидуального подхода в обучении, сравнимость результатов для разных групп учащихся по разным программам, учебникам, возможность самопроверки.

Использование интерактивной доски на уроках – это новые возможности.

С помощью интерактивной доски я демонстрирую презентации, создаю модели, активно вовлекаю учащихся в процесс освоения материала, улучшая темп и течение занятия. Доска позволяет мне использовать широкий спектр ресурсов: презентационное ПО, текстовые редакторы, CD и DVD, Интернет, изображения, видеофайлы, ПО для интерактивной доски.

Запас изобразительного и видеоматериала при подготовке к уроку безграничен. В сети Интернет и на цифровых носителях можно найти великое множество компьютерных наглядных материалов и обучающих ресурсов по любой теме по всем предметам и использовать их многократно. Не нужно беспокоиться за сохранность бумажных карт, плакатов и т.п. - в них просто отпадает необходимость. Всю проведенную в ходе урока работу, со всеми сделанными на доске записями и пометками, можно сохранить в компьютере для последующего просмотра и анализа, в том числе и в виде видеозаписи.

ИД заинтересовывает учащихся, а в результате активизируются внимание, зрительная память, познавательная активность, повышается эффективность обучения.

ИД позволяет применить различные формы работы на уроке: заполнение таблиц и кроссвордов, выявление соответствий и деление материала на группы, решение задач, «мгновенная проверка» выполненного задания.

Современный ученик все чаще обращается за необходимой информацией в Интернет-ресурсы, поэтому учебно-справочные материалы – неотъемлемая часть цифровых образовательных ресурсов. Электронные пособия могут быть использованы как справочные материалы при выполнении самостоятельной работы, как учебные материалы для заданий поискового характера, для организации коллективной работы в классе.

Использование на уроках современных образовательных технологий способствует эффективному усвоению учебного материала, помогает сделать процесс обучения разнообразным и увлекательным; принципиально расширяет возможности в выборе и реализации средств и методов обучения; предоставляет учителю широкие возможности для реализации творческих способностей учащихся и эффективного усвоения изучаемого материала.

Учитель русского языка и литературы

Директор МБОУ «Нижнеказанищенская гимназия им. А.Акаева»

Заместитель директора по УВР



Three handwritten signatures in blue ink are written over the stamp area. The top signature is for A.D. Shugaibova, the middle one for G.M. Abdumetshidov, and the bottom one for M.G. Arslanaliyeva.

А.Д. Шугаибова

Г.М. Абдулмеджидов

М.Г. Арсланалиева

Дата 20.03.2024 г.