**Публичное представление собственного педагогического опыта**

 **учителя начальных классов МОУ «СОШ №24»**

**г.о. Саранск Республики Мордовия**

**Волковой Елены Александровны**

**Повышение качества урока через использование здоровьесберегающих технологий в процессе обучения**

 Проблемы сохранения здоровья учащихся стали особенно актуальными на современном этапе. Кризисные явления в обществе способствовали изменению мотивации образовательной деятельности у учащихся, снизили их творческую активность, замедлили их физическое и психическое развитие, вызвали отклонения в их социальном поведении.

 В создавшейся обстановке естественным стало активное использование педагогических технологий, нацеленных на охрану здоровья школьников. 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».

 Понятие «здоровьесберегающая технология» относится к качественной характеристике любой образовательной технологии, показывающей, как решается задача сохранения здоровья учителя и учеников Проблемы сохранения здоровья учащихся стали особенно актуальными на современном этапе. Кризисные явления в обществе способствовали изменению мотивации образовательной деятельности у учащихся, снизили их творческую активность, замедлили их физическое и психическое развитие, вызвали отклонения в их социальном поведении.
 В создавшейся обстановке естественным стало активное использование педагогических технологий, нацеленных на охрану здоровья школьников. 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».*
 Понятие «здоровьесберегающая технология» относится к качественной характеристике любой образовательной технологии, показывающей, как решается задача сохранения здоровья учителя и учеников

 Решению обозначенной проблемы может эффективно помочь применение на предметных уроках технологий мультимедиа и Интернета.

**Тема моего инновационного педагогического опыта (ИПО)**: «Повышение качества урока через использование здоровьесберегающих технологий в процессе обучения»

**Актуальность и перспективность опыта:** «Забота о здоровье – это важнейший труд. От жизнедеятельности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы…» (В. А. Сухомлинский)

Здоровье ученика в норме, если:

\* в физическом плане – здоровье позволяет ему справиться с учебной нагрузкой, ребёнок умеет преодолевать усталость;

\* в социальном плане – он коммуникабелен, общителен, общителен;

\* в эмоциональном плане – ребёнок уравновешен, способен удивляться и восхищаться;

\* в интеллектуальном плане – он проявляет хорошие умственные способности, наблюдательность, воображение;

\* в нравственном плане – он признаёт основные общечеловеческие ценности.

**Своеобразие и новизна** данного опыта заключается, в современном уроке в школе есть открытие истины, поиск истины и осмысление истины в современной деятельности детей и учителя.

•Современный урок в школе есть часть жизни ребенка, и проживание этой жизни должно совершаться на уровне высокой общечеловеческой культуры.

•Ребенок как человек в качестве субъекта осмысления истины и субъекта жизни на уроке остается всегда наивысшей ценностью, выступая в роли цели и никогда не выступая в роли средства.

Эти три положения определяют здоровьесберегающие требования к уроку.

Таким образом, сущность здоровьесберегающего урока состоит в том, что этот урок, обеспечивающий ребенку и учителю сохранение и увеличение запаса их жизненных сил от начала к концу урока, то есть добавляющий детям и учителю здоровья. А для этого дети не менее 20% времени урока должны находиться в состоянии двигательной активности.

Убеждена, что всему основа в работе с детьми - положительные эмоции. Подбодрить, похвалить, поддержать его веру в себя.

 **Теоретической базой** считаю работы доктора медицинских наук В.Ф. Базарного.

**Ведущая педагогическая идея.** Здоровье лежит в основе благополучия наших детей. Обучение и здоровье находятся в тесной связи, поэтому мои уроках русского языка, литературного чтения, математики, изобразительного искусства, технологии «построены» на основе здоровьесберегающих технологий.

Таким образом, **целью** моего педагогического опыта является продолжить повышать профессиональную квалификацию по вопросу современных здоровьесберегающих технологий. Для достижения цели мне необходимо решить следующие **задачи:**

- изучить литературу о здоровьесберегающих технологиях;

- посетить уроки коллег и поучаствовать в обмене опытом;

- проводить самоанализ и самооценку собственных уроков;

-разработать модель образовательного процесса, отвечающего требованиям здоровьесберегающих технологий.

- апробировать данную модель на практике.

**Технология опыта. Система конкретных педагогических действий, содержание, методы, приёмы воспитания и обучения.**

Начальная школа – самый ответственный период в обучении школьника, и важно не только заложить фундамент знаний, но и сохранить и укрепить здоровье вверенных мне детей.

Передо мной возникла проблема: как спланировать урочную деятельность, чтобы повысить мотивацию обучающихся к активной познавательной деятельности, но при этом не навредить здоровью детей.

Свой урок выстраиваю с четким чередованием различных видов деятельности и отдыха детей.

У учащихся особенно чувствительной является нервная система, поэтому важным во время урока является чередование различных видов учебной деятельности:

* опрос учащихся;
* письмо;
* чтение;
* слушание;
* рассказ;
* рассматривание наглядных пособий;
* ответы на вопросы;
* решение задач.

В ходе урока использую различные методы, способствующие активизации инициативного и творческого самовыражения самих учащихся:

* метод свободного выбора (беседа, свобода творчества, выбор действия, выбор способа действия);
* активные методы (обучение действием, обсуждение в группах, ученик как исследователь);
* методы, направленные на самопознание, саморазвитие (интеллект, эмоции, воображение, общение, самооценка).Это снимает утомительную нагрузку, связанную с необходимостью поддержания рабочей позы.

Главной особенностью моих уроков с позиций здоровьесбережения является включение здоровьесберегающего и здоровьеформирующего материала на различных этапах урока. По каждому предмету составляю матрицу включения здоровьесберегающего материала на различных этапах урока. Обязательным элементом урока являются динамические паузы, которые провожу с использованием ИКТ, под музыкальное сопровождение, с использованием ковриков-массажеров. Ноги учащихся находятся на коврике, расшитом разнообразными по форме и величине пуговицами, что уменьшает вероятность плоскостопия.

Основное рабочее место ребёнка в школе - парта, за которой ему приходится долго сидеть в наклонной позе, что может привести к нарушению осанки, ослаблению зрения, затеканию ног. Для избегания таких последствий каждую неделю пересаживаю ребят с одной парты на другую, с ряда на другой ряд. Для гимнастики глаз имеется различные физкультминутки для ребят, использование которых помогло рассмотреть и выучить движение для расслабления глазных мышц.

 **Результативность опыта**

* повышена мотивация учащихся
* у учащихся сформированы коммуникативные компетенции (ребенок понимает задание и умеет решать поставленные перед ним задачи)
* рост самостоятельности учащихся в связи с отсутствием возможности списывания
* практическая подготовка к ВПР в форме тестирования
* интенсификация процесса обучения
* ученики принимают участие в олимпиадах и становятся победителями и призерами.
* ученики принимают участие в конкурсах и выполняют исследовательские работы.

Участие школьников в предметных олимпиадах в межаттестационный период педагога:

на муниципальном уровне: нет

Позитивные результаты внеурочной деятельности обучающихся
 по учебным предметам:

муниципальный уровень: победы и призовые места — 1;

республиканский уровень: победы и призовые места — 2;

российский уровень: победы и призовые места –1;

международный уровень: победы и призовые места – нет

Итоги внутреннего мониторинга профессиональной деятельности педагога составляет:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Учебный год** | **Класс** | **Обученность** | **Качество знаний** |
| 2018-2019 | 3 Г | 96% | 60% |
| 2019-2020 | 4 Г | 100% | 68% |
| 2020-2021 | 1 В | - | - |

Процент качества знаний обучающихся по итогам внешнего мониторинга в 2019-2020 учебном году математике составил в 4 Г классе составил 67 %.

**Адресные рекомендации по использованию опыта**

Основные положения опыта представлены на моей странице сайта школы №24

<http://sc24sar.schoolrm.ru/sveden/employees/10780/188713/?clear_cache=Y>

**Список литературы**

1. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе 1-4 классы М.: Вако. 2004.
2. Лецких А.А. «Подвижный» способ обучения и его влияние на развитие учащихся // Завуч начальной школы. 2004. №1.
3. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. М.: АПК ПРО. 2002.