Публичное представление

собственного инновационного педагогического опыта

учителя русского языка и литературы

МОУ «Ялгинская СОШ»

Сапожниковой Татьяны Александровны

**Здоровьесберегающие технологии**

**на уроках русского языка и литературы.**

**1.Обоснование актуальности и перспективности опыта.**

Неудовлетворительные показатели состояния здоровья детей и подростков, обучающихся в учебных заведениях, являются актуальной проблемой современности. Неуклонное снижение числа практически здоровых детей, все возрастающий поток детей, страдающих хронической патологией и инвалидов, рассматривается многими исследователями сегодня как национальная трагедия России. Все чаще звучит термин «школьные болезни» в связи с реально высокой значимостью влияний внутришкольной среды на здоровье учащихся. Интенсификация учебного процесса в сочетании с неблагоприятными санитарно-гигиеническими условиями обучения, неполноценным питанием приводит к тому, что за время учебы большая часть детей из групп риска переходят в III, IV группы здоровья, что свидетельствует о формировании стойкой хронической патологии.

Мониторинг состояния здоровья детей свидетельствует, что уже на дошкольном этапе численность практически здоровых детей не превышает 10%, у значительной части обследованных детей (70%) имеются множественные функциональные нарушения. За годы обучения в образовательных учреждениях наблюдается прогрессирующее ухудшение состояния здоровья учащихся: 70% функциональных расстройств переходят теперь в стойкую хроническую патологию. К окончанию школы в 4–5 раз возрастает заболеваемость органов зрения и опорно-двигательного аппарата, в 3 раза – органов пищеварения, в 2 раза – число нервно-психических расстройств. Особо следует отметить увеличение в 5 раз числа детей с заболеваниями эндокринной системы. К окончанию школы 80% девушек имеют хронические заболевания, которые впоследствии могут повлиять на их репродуктивный потенциал (течение беременности, роды, здоровье новорожденных).

Наиболее значительный прирост нарушений состояния здоровья отмечен в критические периоды детства: у младших школьников – в 7, 10 лет и у подростков – в период от 12 до 17 лет. При этом считается, что отрицательное влияние внутришкольной среды и, прежде всего, перегрузок в начальной школе составляет 12%, а в старшей – 21%.

Показано, что среди факторов, формирующих здоровье, доля воздействия так называемых «школьных» факторов, в том числе педагогических, составляет 20%, тогда как влияние медицинского обеспечения оценивается лишь в 10-15%. Несоблюдение школьных санитарно-гигиенических норм и рекомендаций, чрезмерная учебная нагрузка, нарушения режима дня, стрессовая тактика авторитарной педагогики, несоответствие учебных программ и методик возрастным и функциональным возможностям учащихся способствуют росту нарушений в состоянии здоровья школьников. В настоящее время, в век информационных технологий, у человека зачастую не хватает времени, чтобы адекватно и в полной мере оценить состояние своего здоровья.  Именно эти факты обуславливают актуальность моего опыта. Ведь наряду с воспитанием нравственности и патриотизма в рамках образовательного процесса также необходимо уделять внимание развитию уважительного отношения к своему здоровью. Ведь это способно не только оказать благотворное влияние на физическое состояние детей, но и на их успеваемость. Лишь совместными усилиями медицинских работников и педагогов при заинтересованности родителей возможна минимизация воздействия неблагоприятных факторов обучения на здоровье детей. Особое место в этом оздоровительном процессе отводится образовательной системе, прежде всего за счет широкого внедрения в деятельность образовательных учреждений, так называемых здоровьесберегающих технологий.

**2. Условия формирования ведущей идеи опыта,**

**условия возникновения, становления опыта.**

Исходным условием становления опыта является социальный заказ общества на обеспечение качества филологического образования. Другим важнейшим условием является потребность общества в здоровой личности, стремящейся к самоопределению и самореализации. Третьим условием становления данного опыта можно считать требования, предъявляемые к учителю современным обществом, которые обусловили потребность пересмотра и качественного обновления структуры, содержания, форм и методов учебного занятия, разработки и реализации технологий педагогической деятельности.

Ведущая педагогическая идея опыта- обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Здоровый образ жизни не занимает пока первое место в иерархии потребностей и ценностей человека в нашем обществе. Но если мы научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять свое здоровье, если мы будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то только в этом случае можно надеяться, что будущие поколения будут более здоровы и развиты не только личностно, интеллектуально, духовно, но и физически. Наблюдения показывают, что использование здоровьесберегающих технологий в учебном процессе позволяет учащимся более успешно адаптироваться в образовательном и социальном пространстве, раскрыть свои творческие способности, а учителю эффективно проводить профилактику асоциального поведения. Поэтому для меня естественным стало применение здоровьесберегающих технологий на уроках русского языка и литературы. Изучение методической литературы, опыта коллег позволило мне грамотно и методически точно осуществить отбор педагогических технологий, наиболее приемлемых в условиях моего образовательного учреждения.

Молодому человеку, вступающему в самостоятельную жизнь в условиях современного рынка труда, необходимо быть не только грамотным специалистом, но и здоровым человеком. Он должен быть творческим, самостоятельным, ответственным, коммуникабельным человеком, способным решать проблемы личные и коллектива.

Важным условием становления опыта стал собственный интерес к обозначенной проблеме, обусловленный личным опытом общения со школьниками, с другими педагогами, стремление придать своей деятельности направленный характер.

Цель современного образования – обучение и воспитание всесторонне развитой личности, способной к творчеству. Для достижения этой цели существует множество программ, называемых развивающими. Однако развитие личности может происходить при любой программе. Все зависит от того, какими методами пользуется учитель. Долгое время в школе использовались репродуктивные методы, согласно которым учитель все сам рассказывал, а ученики только запоминали и воспроизводили материал. Традиционный урок формировал пассивную, инертную личность. Такой урок не отвечает современным требованиям. И поэтому учителю приходится искать другие пути для того, чтобы воспитать и развить в ребенке активную, смелую, решительную личность. Личность, которая умеет сама добывать знания и применить их в нестандартных ситуациях.

В нашей школе уровень здоровья детей разный. Много детей с плохим зрением, с заболеваниями желудочно–кишечного тракта, с увеличением щитовидной железы. Мы живем в зараженной зоне. Дети быстро утомляются на уроках. Таким образом, для того чтобы добиваться качества, интереса к обучению необходимо использовать на уроках различные способы и методы активизации познавательной и умственной деятельности, а прежде всего необходимо правильно организовать учебный процесс.

Цель здоровьесберегающих технологии – обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформулировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

# 3.Теоретическая база опыта.

Проблема укрепления здоровья детей волновала умы многих философов, педагогов и психологов. В работах Я. А. Коменского, Н. К. Крупской, П. Ф. Лесгафта, А. С. Макаренко, К. Д. Ушинского, С. Т. Шацкого подчеркивается важность создания условий для укрепления здоровья ребенка, необходимость формирования у детей здорового образа жизни. Как показывают современные исследования и анализ педагогической практики, укрепление здоровья школьников в образовательном процессе является важнейшим условием формирования личности и ее становления в обществе (Н. М. Амосов, И. И. Брехман, Г. К. Зайцев, В. В. Колбанов, Л. Г. Татарникова и др.).

Задача здоровьесберегающей педагогики в рамках образовательного процесса - обеспечить выпускнику школы высокий уровень здоровья, сформировать культуру здоровья, тогда аттестат о среднем образовании будет действительной путёвкой в счастливую самостоятельную жизнь, свидетельством умения молодого человека заботиться о своём здоровье и бережно относиться к здоровью других людей.

Творческий характер образовательного процесса, как считает Л.С. Выготский, крайне необходимое условие здоровьесбережения. Включение ребёнка в творческий процесс не только природосообразно, служит реализацией той поисковой активности, от которой зависит развитие человека, его адаптационный потенциал, способствует достижению цели работы школы - развитию личности учащегося, но и снижает вероятность наступления утомления. Цепочка взаимосвязи здесь простая: обучение без творческого заряда - неинтересно, а значит, в той или иной степени, является насилием над собой и другими. Насилие же разрушительно для здоровья, как через формирование усталости, так и само по себе.

Важная составная часть здоровьесберегающей работы школы, как указывают в своих работах Л.А.Обухова, Н.А. Лемяскина - это рациональная организация урока. От соблюдения гигиенических и психолого-педагогических условий проведения урока в основном и зависит функциональное состояние школьников в процессе учебной деятельности.

Цель современной школы, считает Т. Григорьева,- подготовка детей к жизни. Каждый школьник должен получить за время учебы знания, которые будут востребованы им в дальнейшей жизни. Достижение названной цели в сегодняшней школе может быть достигнуто с помощью технологий здоровьесберегающей педагогики, которые рассматриваются как совокупность приемов и методов организации учебно-воспитательного процесса без ущерба для здоровья школьников и педагогов. Педагог, владея современными педагогическими знаниями, в тесном взаимодействии с учащимися, с их родителями, с медицинскими работниками, с коллегами - планирует свою работу с учетом приоритетов сохранения и укрепления здоровья участников педагогического процесса.

Е.П. Ильин считает, что - здоровьесберегающие образовательные технологии - это многие из знакомых большинству педагогов психолого-педагогических приемов и методов работы, технологий, подходов 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.

Видными психологами, такими как  Ю. В. Щербатых, М. К. Акимова, К.М. Гуревич, И. Ю. Митева и др., давно доказано, что внутреннее состояние человека оказывает непосредственное влияние на его деятельность, при этом важная роль отводится стрессовому состоянию, которое может привести к развитию психосоматических заболеваний.  Дети в течение всего периода обучения в школе находятся в состоянии стресса из-за страха отвечать у доски, получить плохую отметку, быть наказанными за невыученный урок и др. Часто причина неуспеваемости школьника, вызывающая дистресс (разрушающий стресс), кроется не в его лености и нежелании учиться, а в неспособности справиться с учебной нагрузкой. Внедрение и развитие здоровьесберегающих технологий должно стать приоритетным направлением в деятельности каждого образовательного учреждения для детей любого школьного возраста.

Здоровье детей – это политика, в которой заложено будущее страны, поэтому основными задачами здоровьесберегающей деятельности школы являются:

1) создание здоровьесберегающих условий организации образовательного процесса;

2) формирование у школьников, их родителей и учителей ответственного отношения к здоровому образу жизни.

4 апреля 2003г. Приказом Министерства здравоохранения РФ была утверждена «Инструкция по внедрению оздоровительных технологий в деятельность образовательных учреждений», в которой содержатся основные принципы внедрения и реализации оздоровительных технологий в деятельность образовательных учреждений:

- комплексность использования оздоровительных технологий с учетом состояния здоровья учащихся, структуры образовательного процесса, условий обучения, воспитания;

- непрерывность проведения оздоровительных мероприятий в течение года;

- максимальный охват оздоровительными мероприятиями всех учащихся;

- интеграция оздоровительных технологий в образовательный процесс;

- преимущественное применение немедикаментозных средств оздоровления, широкое использование средств, стимулирующих защитные силы организма;

- использование простых и доступных технологий;

- реализация в условиях образовательного учреждения на индивидуальном и групповом уровне мероприятий по повышению двигательной активности, закаливанию обучающихся, воспитанников, охране психического здоровья, а также по оздоровлению детей, имеющих функциональные расстройства и хронические заболевания.

Данным Приказом был рекомендован перечень оборудования и методик по внедрению оздоровительных технологий в деятельность образовательных учреждений. Концепция модернизации Российского образования предполагает не только формирование знаний, умений, навыков, но и формирование у подрастающего поколения телесного, духовного и социального здоровья, воспитание позитивного отношения к собственному здоровью и здоровью других людей.

В основе моего педагогического опыта лежат, в первую очередь, учебно-методические пособия:

1. Учебники русского языка и литературы входят в Федеральные перечни учебников, рекомендованных (**допущенных**) Министерством образования и науки Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях на 2020/2021 учебный год (Приказ Минобрнауки РФ № 2885 от 27 декабря 2011г.)

2. Рабочие программы. Предметная линия учебников Т.А. Ладыженской, М.Т. Баранова, Л.А. Тростенцовой. 5-9 классы – М.: Просвещение, 2013.

3. Программы общеобразовательных учреждений по литературе под редакцией В.Я. Коровиной.

Мой опыт базируется на трудах учёных :

1. Петровский  Г. Н. Современные образовательные технологии. Основные понятия и обзор / Г.Н. Петровский. –Мн.: НИО, 2000. –92с.

2.СеврукА.И. Здоровьесберегающийурок / А.И. Севрук, Е.А. Юнина // Школьные технологии. –. –№2. –С.200-207.

3.Смирнов Н.К. Здровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе/Н.К.Смирнов. - М.АРКТИ,2003. –270с.

4. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе.  –М.: АПК и ПРО, 2012.

5.Антипова Л.П. Использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе.

6.Елимеев В.В. Рекомендации по сохранению здоровья школьников на уроке и оценке эффективности здоровьесберегающей деятельности школы.

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

Сущность опыта заключается в ряде средств, направленных на достижение целей,  которые ставят перед собой здоровьесберегающие образовательные технологии. К ним относят:

1)средства двигательной направленности –это двигательные действия, направленные на реализацию задач здоровьесберегающих образовательных технологий обучения (физические упражнения, физкультминутки и подвижные перемены, эмоциональные разрядки и «минутки покоя», гимнастика (оздоровительная, пальчиковая,  дыхательная, для профилактики простудных заболеваний, для бодрости), лечебная физкультура, подвижные игры;  возможно привнесение в жизнь школы новых элементов –фитобары, кабинет физиотерапии, оздоровительные тренинги для педагогов и учащихся.

2)гигиенические факторы: выполнение санитарно-гигиенических требований, регламентированных СанПиНами; личная и общественная гигиена; проветривание и влажная уборка помещений; соблюдение общего режима дня, режима двигательной активности, режима питания и сна; обучение детей элементарным приемам здорового образа жизни (ЗОЖ), простейшим навыкам оказания первой медицинской помощи; организация порядка проведения прививок учащихся с целью предупреждения инфекций; ограничение предельного уровня учебной нагрузки во избежание переутомления; одним из главных требований к использованию перечисленных выше средств является их системное и комплексное применение в виде занятий с использованием профилактических методик; с применением функциональной музыки; аудиосопровождение уроков, с чередованием занятий с высокой и низкой двигательной активностью; в виде реабилитационных мероприятий; через массовые оздоровительные мероприятия, спортивно-оздоровительные праздники, тематические праздники здоровья; выход на природу, экскурсии, через здоровьеразвивающие технологии процесса обучения и развития в работе с семьей с целью пропаганды здорового образа.

Учебный день школьника насыщен значительными умственными и эмоциональными нагрузками. Школьная перегрузка и долгое нахождение в статическом положении приводит к переутомлению учащихся. Утомление обычно проявляется в снижении работоспособности, которое наступает вследствие выполнения продолжительной или интенсивной работы. Устранить утомление можно, если оптимизировать физическую, умственную и эмоциональную активность.

На своих уроках я использую следующие методы здоровьесберегающих технологий: метод позитивной психологической поддержки ученика;  учет индивидуальных особенностей учащегося и дифференцированный подход к детям с разными возможностями;  поддержание познавательного интереса к изучению предметов;  принцип двигательной активности на уроке. Метод позитивной психологической поддержки ученика заключается в том, что учитель всячески пытается ввести в урок те виды деятельности, которые способны поддерживать положительное отношение ребенка к себе, уверенность в своих силах и доброжелательное отношение к окружающим. Этот метод также направлен на смену микроклимата на уроке, с целью сделать его более благоприятным.  Индивидуальный и дифференцированный подход на уроках осуществляется через учет личных интересов и особенностей ученика, возможность выбрать свой уровень и объем задания.  Двигательная активность учеников на уроках русского языка и литературы способствует снятию усталости и повышению мотивации к обучению, т. к. любая двигательная активность на уроке является моментом релаксации для детей. Кроме того, она также способствует лучшему овладению материалом. Активное поведение учащихся на уроке обеспечивается за счет использования рифмовок, стихотворений, песен на основе движений и проведения физкультминуток, на уроке провожу 1-2 физкультминутки продолжительностью 2-3 минуты через 15-20 минут после начала урока.

Современный урок характеризуется большой  интенсивностью и требует от учеников концентрации внимания, напряжения  сил.  Чтобы достигнуть высокой эффективности урока,  учитываю  физиологические и психологические особенности детей, предусматриваю  такие виды работы, которые снимали бы усталость. В подобных условиях именно здоровьесберегающие технологии приходят мне на помощь и позволяют  добиться положительных изменений в состоянии здоровья школьников. Как результат, происходит улучшение успеваемости.  Таким образом, следует отметить, что целью внедрения здоровьесберегающих технологий на уроках русского языка и литературы  является обеспечение  высокого уровня реального здоровья учащихся,  их вооружение необходимым  багажом знаний, умений, навыков для ведения здорового  образа жизни и воспитание у них культуры здоровья.

Я стараюсь внимательно относиться  к состоянию здоровья учащихся на уроке и в качестве релаксации активно использую музыку, создаю благоприятный психологический климат. После применения на уроках ТСО выполняем с детьми комплекс упражнений для глаз. Стоя с вытянутыми вперед руками, учащиеся поочередно обводят указательным пальцем траектории с одновременным слежением за ним органом зрения, туловищем, руками. Данный тренаж чаще выполняем после работы, которая требовала от детей приложения усилий, т.к. она прекрасно снимает напряжение, расслабляет, снимает психическую утомляемость и избыточную нервную возбудимость, способствует доброжелательности, улучшает чувство гармонии и ритма, развивает зрительно-ручную координацию. Кроме того, для предупреждения близорукости в различных участках классной комнаты фиксирую яркие сигнальные метки. Можно подвесить иллюстрации, дидактический материал к уроку в четырех верхних углах кабинета. Дети, находясь в свободном стоянии, начинают живо фиксировать взгляд по команде на соответствующей цифре, картинке, цвете. Это повышает активность работы детей, оказывает благоприятное влияние на развитие зрительно-моторной реакции, скорости ориентации в пространстве, а также реакцию на экстренные ситуации в жизни. У них развивается зрительно-двигательная поисковая активность, а также зрительно-ручная и телесная координация. Дети становятся зоркими, внимательными, наблюдательными. Я всегдаобеспечиваю оптимальные нагрузки при определении объёма домашнего задания. Мною разработана гуманная система контроля  знаний и умений учащихся с использованием методов и приёмов личностно ориентированного подхода в образовании: разноуровневые контрольные работы по русскому языку и литературе – по выбору учащихся, памятки-планы, памятки-алгоритмы, что исключает стрессовую для ученика ситуацию, и,  следовательно, не принесёт вреда  его физическому и психическому здоровью.

При подготовке к уроку я учитываю динамику работоспособности в течение рабочего дня:

8 – 12 часов – первый пик работоспособности;

16 – 18 часов – второй пик работоспособности.

Динамику активности обучающихся на уроке:

1 – 4 минуты - врабатываемость в урок (организационный момент);

5 – 20 минуты – самая высокая работоспособность (новый материал, самостоятельная работа);

21 – 35 минуты - снижение работоспособности (физкультминутка, закрепление материала);

36 – 45 минуты – полное утомление (подведение итогов урока, объяснение домашнего задания).

На уроке, когда дети начинают утомляться, я предлагаю им зарядку, которая обеспечит бодрость и готовность к продуктивным учебным занятиям. Зарядка является паузой, позволяющей восстановить силы, снять умственное напряжение, физическое утомление, повышает работоспособность учащихся. Двигательная активность способствует не только возрастанию мышечной силы как таковой, но и увеличивает энергетические резервы организма. Учеными установлена прямая зависимость между уровнем двигательной активности детей и их словарным запасом, развитием речи, мышлением. Физические упражнения благоприятно влияют на настроение детей, повышают их умственную и физическую работоспособность.

Наряду с традиционными провожу уроки проблемно – поисковые, где ребята самостоятельно формулируют проблему урока и затем под руководством учителя находят пути решения этой проблемы. Также очень эффективны и другие нестандартные формы:

* Уроки-семинары
* Уроки- экскурсии
* Уроки-путешествия
* Уроки-исследования
* Уроки-диспуты

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 уроках русского языка и литературы имеют влияние 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 сочинение «Заметка в газету» по здоровому образу жизни на темы «Любимый вид спорта», «Что значит быть здоровым?», «Нам от болезней всех полезней». На уроках литературы также уделяется внимание педагогике здоровья. Так, например, при изучении темы «Мифы Древней Греции» на примере подвигов Геракла обращается внимание на формирование таких важных качеств характера, как выносливость, стойкость, сила, смекалка и ум, которые отражают нравственные ценности человека.  Знакомство с жанрами фольклора дает возможность подбора пословиц и поговорок не только о Родине, дружбе, семье, но и о здоровом образе жизни.

Например, в 6 классе при изучении темы «Лексика» я использовала тексты о правилах дорожного движения и безопасном поведении на дороге, а также дидактический материал «Из истории олимпийских игр». Из приёмов рефлексии деятельности учащихся на уроке наиболее приемлемым, на мой взгляд, является приём «Незаконченное предложение», когда учащимся предлагается выбрать и закончить начало фразы, которая может быть написана на доске, экране или карточке, например: сегодня на уроке я узнал …, я научился … , мне понравилось …, мне было трудно … и т. п.

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 невосприятию материала. Из опыта своей работы я могу сделать вывод, что, применяя разнообразные средства, приемы и методы активизации деятельности учащихся, чередуя их согласно требованиям здоровьесберегающей педагогики, используя знания о природном потенциале ученика, включая в работу все каналы восприятия (аудиальные, визуальные, кинестетические), я не только сохраняю здоровье своих учеников, но и развиваю их интеллектуальные возможности. Такой подход к обучению и воспитанию способствует включению каждого ребенка в процесс познания, делая обучение комфортным и успешным. Это способствует формированию ребенка как личности, как субъекта учебного процесса, способного к самообучению. У ребенка формируются не только знания, но и система умений и навыков по добыванию знаний. Основные задачи учителя, работающего над формированием здоровьесберегающей среды, заключаются в том, чтобы подготовить ребенка к самостоятельной жизни, вырастить его нравственно и физически здоровым, научить грамотно, ответственно и эффективно сохранять здоровье.

Все перечисленные способы, методы, приемы помогают развитию интереса к урокам русского языка и литературы, достижению стабильных положительных результатов.

Систематически повышаю свой методический уровень на курсах повышения квалификации. Изучаю опыт работы других педагогов своей школы, а также пользуюсь интернет-ресурсами, где размещен опыт педагогов других регионов. Я и сейчас в поиске новых, более эффективных методов работы. Ведь сочетание традиционных и новых приёмов, форм и средств обучения позволяет создавать рабочую атмосферу на уроках и во внеурочное время, развивает творческие способности школьников, формирует умения и навыки учебного труда и умение пополнять и обновлять свои знания.

Кабинет русского языка и литературы способствует сохранению здоровья школьников. Парты расставлены в соответствии с нормами СанПиНа. Доска зеленого цвета, она благоприятно влияет на зрение детей. Доска снабжена дополнительным освещением. Светильники в кабинете новые. Освещение кабинета хорошее. В кабинете есть компьютер, принтер. Все это помогает проводить интересные и запоминающиеся уроки, разнообразить методы и приемы. В кабинете есть комнатные растения, что создает уют и способствует очищению воздуха.

Хочется отметить, что образование будет выполнять функцию укрепления здоровья подрастающего поколения в том случае, если здоровью будут не только учить, но здоровье станет образом жизни. Пример такого образа жизни должны показать родители, педагоги, общественность.

**5. Анализ результативности.**

Образовательные технологии можно рассматривать и как технологическую основу здоровьесберегающей педагогики – одного из самых актуальных образовательных подходов, и как совокупность приемов, форм и методов организации обучения школьников без ущерба для их здоровья, и как качественную характеристику любой педагогической технологии по критерию ее воздействия на здоровье учащихся и педагогов.

Учитывая, что технология – это последовательность шагов, этапов к достижению результата, а педагогическая технология – это еще и техника, которая включает в себя методы, формы и приемы, то здоровьесберегающие технологии объединяют все эти понятия плюс принципы здоровьесберегающей педагогики. Особенности здоровьесберегающей технологии в ее рациональности, совместной организации деятельности учителя и учащихся, договорных основах, без которых невозможно достичь гармонических отношений и эффективности обучения. Это гармония, слитность, созвучие управленческой, организационной деятельности учителя и учащихся. Такое объединение дает возможность учителю решать проблемы успешнее, а учащимся облегчает напряженный интеллектуальный учебный труд.

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).

Проанализировав результаты работы, я сделала следующие выводы:

1. В классах, где я работаю, стабильный интерес к предмету.
2. Снижен процент пропусков уроков по болезни.
3. Повысилась заинтересованность учащихся в сохранении и укреплении своего здоровья; некоторые ребята серьезно занимаются спортом: плаванием, туризмом, футболом, биатлоном, самбо и уже имеют награды за спортивные достижения; с удовольствием принимают участие в школьных днях здоровья, других спортивных мероприятиях.
4. Создан благоприятный микроклимат для развития творческих способностей учащихся.
5. Нет неуспевающих, качество знаний по предмету высокое.

В ходе всей деятельности в направлении здоровьесбережения на уроках русского языка и литературы я вижу определённые положительные результаты.

**6.Трудности и проблемы при использовании данного опыта.**

Хочется отметить следующие трудности в использовании здоровьесберегающих технологий. Из опыта работы я поняла, что здоровьесберегающая направленность работы требует к себе более глубокого и сложного исследования, а также требует разработки концепции, теории, технологии и диагностических процедур оценки качества урока. Педагогу, применяющему здоровьесберегающие технологии, необходимо строить свои уроки так, чтобы дети не переутомлялись. Все этапы урока должны быть продуманы, но не всегда на это есть время (часто мешает неправильно составленное расписание). Учащиеся, которые не посещают столовую, утомляются быстрее, они думают на уроке не о новых знаниях, а о еде.

Опыт требует постоянного личностного и профессионального роста учителя. Хотелось бы побольше семинаров по данной проблеме. Нельзя забывать о санитарно-гигиенических нормах работы в классе, о проведении физкультминуток, а на это тоже часто не хватает времени. Работа же по здоровьесбережению должна проводиться систематически и целенаправленно, что является важным условием успешной работы по охране и укреплению здоровья детей. Необходимо организовать фитобар, живой уголок, зону отдыха, выполнение утренней гимнастики перед уроками.

Главная задача реализации здоровьесберегающих технологий для нас – это такая организация образовательного пространства на всех уровнях, при которой качественное обучение, развитие, воспитание учащихся не сопровождается нанесением ущерба их здоровью, а наоборот направлена на повышение уровня их здоровья.

1. **Адресные рекомендации по использованию опыта.**

Опыт может быть востребован не только учителями русского языка и литературы, но и других школьных предметов. Педагоги, используя здоровьесберегающие технологии на своих уроках, смогут сделать их интересными, разнообразными. Дети с удовольствием будут заниматься и будут при этом здоровыми.

Здоровье подрастающего человека – это главная проблема современной школы и не только социальная, но и нравственная, и свой посильный вклад в сохранение здоровья молодого поколения должен стремиться внести каждый учитель.

Проблема сохранения и укрепления здоровья остается на сегодняшний день очень острой. Поэтому возникает необходимость в формировании у учащихся культуры здоровья, в воспитании потребности вести здоровый образ жизни, в обеспечении необходимыми знаниями, в формировании соответствующих навыков. И главная роль в этом принадлежит, конечно, учителю.

**8. Наглядное приложение.**

Конспект урока по русскому языку в 5 классе.

**Тема урока**: «Имя прилагательное как часть речи».

**Цель деятельности учителя:** актуализировать знания об имени прилагательном как части речи, углубить понятие о роли прилагательных в речи, формировать умение обосновывать выбор падежных окончаний прилагательных; определять синтаксическую роль прилагательных.

**Тип урока:** проблемно - развивающий урок.

**Вид урока:** урок повторения и обобщения ранее изученного материала об имени прилагательном.

**Форма урока:** комбинированная.

**В задачи урока входит:** 1) повторить и обобщить материал об имени прилагательном как части речи; 2) повторить материал о его словоизменительных категориях (род, число, падеж), закрепить представление об их несамостоятельном характере в современном русском языке; 3) повторить сведения о синтаксической роли имен прилагательных в предложении; 4) развивать коммуникативные умения и навыки учащихся в процессе коллективной работы.

**Формируемые УУД:** *1) личностные* (формирование самоопределения и смыслоообразования); *2) регулятивные* (целеполагание, планирование учебной деятельности на уроке, прогнозирование ее результатов, оценка, саморегуляция); *3) познавательные* (поиск и выделение необходимой информации, структурирование знаний, осознанное и произвольное построение речевого высказывания в устной и письменной форме, выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий, рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности).

**Образовательные технологии:** урок разработан в рамках текстоориентированного подхода к преподаванию русского языка, соответствует основным принципам личностно-ориентированного и проблемного обучения.

**Формы, методы и приемы работы на уроке:** репродуктивная беседа, фронтальный опрос, метод ассоциаций, выразительное чтение, словесное рисование, продуктивная работа творческого характера, коллективная, индивидуальная, парная формы работы.

**Оборудование:** интерактивная доска (экран), компьютер, мультимедийный проектор.

**Наглядно-демонстрационный материал:** презентация по теме урока, комплекты рабочих карточек, макет «дерева знаний».

**Основные понятия:** имя прилагательное, словосочетание, согласование прилагательного и существительного.

**Содержание урока:**

1. **Вступительное слово учителя.**

- Ребята, сегодня прекрасное весеннее утро, светит солнышко. Оно улыбается, дает нам свет и тепло. Передадим частичку нашего тепла друг другу. Улыбнемся друг другу и нашим гостям.

- Откройте тетради, запишите сегодняшнее число, классная работа.

- Ребята, все мы очень любим музыку. Давайте послушаем фрагмент музыкального произведения из цикла «Времена года» П. И. Чайковского. (*На фоне музыки слайды о весне известных художников; учитель читает стихотворение):*

Полюбуйся, весна наступает,

Журавли караваном летят.

В ярком золоте день утопает,

И ручьи по оврагам шумят.

И. С. Никитин «Весна»

- Ребята, как вы думаете, почему я начала наш урок со стихотворения? Какое сейчас время года? Весна – время года, когда все в природе просыпается после зимнего сна. Настроение наше меняется, мы живём в ожидании чего-то нового. Это время года воспето и в живописи, и в музыке, и в стихах. Композиторам удается передать настроение природы, весны через музыкальные звуки, художники используют для этого свет и яркие краски, поэты – художественное слово.

- А что значит весна для вас? Какие ассоциации у вас возникают с этим словом? (Ответы учащихся).

- Продолжите следующее предложение:

*Весна в моем представлении (какая?)……..* (учащиеся приводят ряд прилагательных).

**Прочитайте текст. (В тексте пропущены прилагательные, они даны в словах для справок)**

Весна пришла.

Наступила (долгожданная) весна. Всё радуется её приходу. (Весеннее) солнышко посылает на землю свои (тёплые) и (ласковые) лучи. На (голубом) небе появились (лёгкие пушистые) облака. Дует (свежий лёгкий) ветерок. Кое–где появились проталинки, а на них показались подснежники с (синими) глазками. Прилетели вестники весны – грачи. Всюду слышен их (весёлый) крик. Весна - это моё (любимое) время года!

- Как вы думаете, что могло бы украсить текст, сделать его более ярким, впечатляющим? Чего не хватает в тексте? *(имен прилагательных).*

- Давайте прочитаем текст, вставив подходящие по смыслу слова из слов для справок *(весеннее, долгожданная, теплые, голубом, ласковые, легкие, весёлый, синими, любимое)*

- На какие вопросы отвечают слова, пропущенные в тексте? *(Какая? Какое? Какие?)*

-Давайте сформулируем тему нашего сегодняшнего урока *(имя прилагательное как часть речи).*

- А какие цели мы поставим перед собой? Что мы должны знать и уметь? (**Знать:** что такое имя прилагательное, его грамматические признаки; синтаксическая роль в предложении. У**меть**: находить имена прилагательные; определять грамматические признаки; определять синтаксическую роль в предложении).

**- Запишите тему урока: Имя прилагательное.**

**Учитель (пока дети записывают тему):** На материале словосочетаний, предложений и текстов о весне мы повторим сегодня знания по теме«Имя прилагательное», его общем значении, морфологических признаках имён прилагательных и их синтаксической роли, обратим внимание на роль прилагательных в речи.

– Сегодня вы попробуете себя в роли волшебников. Мы с вами попробуем приблизить весну с помощью листочков, которые будут распускаться на нашем «дереве знаний», на котором будут фиксироваться те сведения об именах прилагательных, которые мы с вами повторим и почерпнем на уроке.

- Ребята, а как вы думаете, почему у этой части речи такое название?

- К чему оно прилагается? *(относится?)* Многие грамматические термины имеют корни из латинского языка. Прилагательное не является исключением, и перевод его – «нечто подкинутое, прибавленное, приложенное».

- Кто его вечный спутник? *(существительное.)* Почему? *(существительное обозначает предмет, а прилагательное признак предмета).*

*- Запишите любое понравившееся вам предложение из текста и подчеркните прилагательные.*

- Итак, давайте, подытожим, что мы с вами узнали. Что такое имя прилагательное? (признак предмета, вопросы, согласуется с существительным).

– Ну вот! Наше дерево начало «расти»! Теперь обратимся к грамматическим категориям имени прилагательного. Какие грамматические категории имени прилагательного вы знаете? Как изменяются имена прилагательные в современном русском языке? *(Род, число, падеж).*

**А теперь я предлагаю Вам побыть немного в роли редакторов. Прочитайте сочинение мальчика Миши, и попробуйте исправить ошибки в употреблении имен прилагательных.**

*Над полями светит яркий солнце. На деревьях надулись душистая почки. По дереву клювом забарабанил трудолюбивое дятел. Над поляной вспорхнула пестрые бабочка.*

-Как вы думаете, почему Миша допустил ошибки?

- Как мы можем помочь Мише?

-Измените окончания имен прилагательных, чтобы получились правильные предложения.

- Что должно помочь в работе? (вопрос)

-Исправьте ошибки в работе Миши.

**Выборочное письмо.** - Запишите в тетрадь только словосочетания существительное + прилагательное и выделите у прилагательных окончания.

- Как вы думаете, почему окончания прилагательных оказались разными?

-Определим род у существительных.

- От чего зависит род имени прилагательного? (от существительных)

- Как же можно определить род у имени прилагательного?

-Как вы думаете можно ли определить род у прилагательного «душистые»?

- Нет, у прилагательных во множественном числе род не определяется. Давайте проверим: существительное почки – жен.рода, тогда к прилагательному мы должны задать вопрос «какая?» И у нас получится словосочетание «душистая почки».

-Красивое словосочетание?

**Давайте сделаем вывод: имена прилагательные согласуются с существительными в роде, числе, падеже. И наше дерево продолжает расти (клеим листок: род, число, падеж)**

**Физкультминутка.**

*- Выполним упр.573. Один ученик у доски с карточкой (выполнить синтаксический разбор предложения* ***Над полями светит яркое солнце****).*

***Клеим листочки на дерево***

-Ребята, а теперь откроем **учебники на с.85** и прочитаем правило, сверим его с нашим деревом знаний.

- Ребята, а теперь я предлагаю вам побыть настоящими художниками и дорисовать нашу весеннюю картину. Кто желает к доске? (**работа с лучиками**).

**Загадки:** Самый первый, самый нежный, чистый, маленький … *(подснежник).*

Белые горошки на зеленой ножке *(ландыш).*

*- А чего еще не хватает на нашей картине? (трава, ручеек, птички).*

**Синквейн «Весна».**

*1.Весна.*

*2. Молодая, цветущая.*

*3. Журчит, расцветает, поёт.*

*4. Будит природу ото сна.*

*5. «Утро природы»*

**Рефлексия.**

- Теперь я знаю, что…

- Теперь я знаю, как…

- Теперь я знаю зачем…

- Я знаю…

**Домашнее задание** вы найдете на своих листочках**.**

1. Выучить правило на стр.85.
2. На выбор:
3. написать сочинение-миниатюру «Если бы не было прилагательных»;
4. составить кроссворд по теме «Имя прилагательное».

Наш урок подошёл к концу. Вы активно поработали. А сейчас я предлагаю вам каждому записать одно имя прилагательное, которое, на ваш взгляд, характеризует сегодняшний урок. Какой он, наш сегодняшний урок? *(Ученики записывают прилагательные). Чтение «оценочных» прилагательных «по цепочке» в группах.*

**Учитель:** На этой радостной ноте мы закончим наш урок. Спасибо вам за работу. Я довольна, что урок вам понравился. Надеюсь, что сегодня каждый из вас чувствовал себя нужным и полезным на уроке, каждый раскрылся в меру своих возможностей. Мне было приятно видеть ваши улыбающиеся лица, ваши умные глаза. Я думаю, что это радостное, весеннее, замечательное настроение останется у вас на весь день, и вы сможете подарить его окружающим.

литературы. Педагоги, используя исследовательскую технологию, смогут

значительно улучшить отношение учащихся к чтению, к литературе как

учебному предмету, повысить мотивацию. При этом учителям должны быть

свойственны любознательность, организованность и педантичность. Если

они намерены выполнить научную работу вместе с учащимися, им

понадобится методичный подход в поиске, оценке и документировании

различных источников. Совместную работу над материалом можно выразить

формулой: определение направления (источника), разработка и оценка

гипотез, подготовка выводов. И учителям, и детям придется повторять эту

процедуру вновь и вновь, пока они не соберут достаточно доказательств для

написания завершенного исследования. Советы ниже облегчат работу над

исследованием: