ЭЛЕМЕНТЫ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ НА УРОКАХ РУССКОГО ЯЗЫКА В 3-В КЛАССЕ.

Цель: - сохранение и укрепление здоровья учащихся.

Задачи:

- обеспечение возможности сохранения здоровья на период обучения в школе;
- снижение уровня заболеваемости учащихся;
- сохранение работоспособности на уроках;
- формирование у учащихся знаний, умений и навыков по здоровому образу жизни;

На своих уроках для более эффективного достижения практических, общеобразовательных и развивающих целей, поддержания мотивации обучения я использую элементы здоровьесберегающих технологий. Прежде всего, учитываю физиологические и психологические особенности детей и предусматриваю такие виды работы, которые снимают напряжение и усталость. Стремлюсь к тому, чтобы урок проходил непринужденно, создавалась бы приятная, располагающая к занятиям обстановка.

Все уроки начинаю с психологического настроя. Для этого нахожу интересные стихотворные строки. Например: Давайте создадим хорошее, дружелюбное настроение. Улыбнитесь друг другу. Улыбка – это залог хорошего настроения. Давайте будем дарить друг другу здоровье и радость.

На минутках чистописания мы записываем с комментированием пословицы и поговорки о здоровье, причем дети их находят сами.

При знакомстве с новыми словарными словами провожу краткую беседу на тему здоровьесбережения. Например, при знакомстве со словарным словом огород я предложила учащимся вспомнить, что растет на огороде, чем полезны овощи.

На всех этапах обучения русскому языку важно отсутствие однообразия и монотонности, необходимы частая смена деятельности, методы и приемы активизации инициативы и творческого самовыражения. Работа в парах, группах дает детям эмоциональную разрядку, возможность выражать свои чувства, осознавать и ликвидировать конфликтные отношения, укреплять веру в свои силы, способствует формированию взаимной сплоченности. В совместной работе дети приобретают друзей, получают опыт общения, что является важнейшим эмоциональным фактором. Участники меняют рабочее место, пересаживаются, пишут, рисуют , задают вопросы, отвечают на вопросы, обмениваются мнениями. Ребята вносят дополнения или поправки, сами находят решение проблемы. Использую данные формы работы при проведении взаимопроверок, чтобы повторить, закрепить пройденный материал, подготовить к изучению нового материала, а также учить ребят овладевать приемами ведения учебного диалога. Обратная связь осуществляется с помощью «вееров», «сигнальных карточек», мимики, жестов, устных ответов учащихся.

Чтобы научить детей управлять своими органами речи, использую на уроках ***дыхательную и речевую гимнастику.***

Обязательно в урок включаю ***физкультминутки***. Это различного рода движения, танцы, игры. Использование подвижных игр и физкультминуток способствует развитию у учащихся коммуникативных навыков, двигательной активности, концентрации внимания, воображения, а также познавательных и языковых способностей.

Использую ***пальчиковую гимнас****тику* с проговариванием стихотворных строк.

Обязательно включаю в физкультминутки ***упражнения для глаз*.**

Они не только служат профилактикой нарушения зрения, но и благоприятны при неврозах, гипертонии, повышенном внутричерепном давлении.

На интегрированных уроках развития устной и письменной речи большое эмоциональное впечатление производят репродукции с картин известнейших художников. Божественная красота нашей родной природы, увиденная внимательными глазами художника, не может оставить никого равнодушными. Помогая школьникам понять картину, почувствовать ее колорит, задаю вопросы по ней. Прошу подобрать художественные средства языка: эпитеты, сравнения, олицетворения. Также рассматриваем и обсуждаем репродукции с картин, непосредственно связанных с развитием физкультуры и спорта в стране.

С целью сохранения здоровья использую *дидактический и раздаточный* материал, имеющий здоровьесберегающую направленность, куда включаю упражнения на развитие *связной устной и письменной речи, орфографической зоркости, творческих способностей,* а также *материал информационного характера, направленный на формирование ЗОЖ.*

На уроках применяю *«вставки о здоровье». Например: Вежливые слова и здоровье.*

Предлагаю детям правильно списать с доски слова: *спасибо, пожалуйста, с добрым утром, спокойной ночи.* Дети думают, что общего между этими словами и продолжают список. Слова, которые вы написали, называют волшебными. Они добрые, ласковые. Такими становятся и люди, которые их говорят и которые их слышат. Говорите чаще друг другу “спасибо”. Когда люди здороваются, они желают здоровья, а желание рано или поздно исполняются. Давайте все вместе скажем:

- я хочу быть здоровым;
- я могу быть здоровым;
- я буду здоровым.

С целью сохранения здоровья использую ***нетрадиционные формы*** урока, которые формируют устойчивый интерес к учению, снимают напряжение, скованность, свойственные многим учащимся, помогают формировать навыки учебной работы, собственно учебной деятельности, оказывают глубокое эмоциональное воздействие на ребят. Использую следующие виды нетрадиционных уроков: уроки-соревнования, уроки-путешествия; урок-сказка; урок-сюрприз; урок-отчет; урок-зачет, урок здоровья и т. д.

Использование здоровьесберегающих технологий играет большую роль в жизни каждого школьника, позволяет легче и успешнее овладеть необходимыми знаниями на уроке, преодолеть трудности, позволит достичь цели и решить задачи обучения русскому языку.

Автор: Бокова Елена Викторовна
учитель начальных классов ГБОУ СОШ№461