

## ПЕДАГОГИКА

*Сухих Наталья Ивановна*

учитель начальных классов

МБОУ «ООШ №100 им. С.Е. Цветеова»

г. Новокузнецк, Кемеровская область

### **РЕАЛИЗАЦИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ СРЕДСТВАМИ ИНФОРМАЦИОННО- КОММУНИКАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ**

*Аннотация: выполнение этапа физической минутки в традиционной форме проведения воспринимается детьми как несущественный. Проблема исследования обусловлена противоречием между объективной необходимостью реализации здоровьесбережения в начальной школе средствами информационно-коммуникационных технологий и недостаточным практическим опытом при осуществлении данного процесса.*

*Ключевые слова:* здоровьесбережение, информационно-коммуникационные технологии, физические минутки, исследование.

Современные школы XXI века по возможности оснащаются современными техническими средствами для повышения качества обучения учеников. Чтобы повысить данный показатель обращают внимание и на программы по сохранению здоровья школьников. Охрана здоровья детей – это приоритетное направление всего общества, поскольку лишь здоровые дети в состоянии должным образом усваивать полученные знания и в будущем способны заниматься производительно-полезным трудом. Учителя начальных классов самые первые начинают работать над правильной, нормальной деятельностью организма ребёнка в учебном учреждении, над его полным физическим, психическим благополучием [2].

Создать благоприятный эмоциональный климат – одна из задач здоровьесбережения в школе, которая может достигаться через использование игровых технологий, нестандартных уроков (уроки-игры, уроки-соревнования,

уроки-экскурсии и другие), уникальных задач и увлекательных заданий, интерактивных обучающих программ. Наиболее часто применяемый элемент здорово-вьесбережения для учеников в школе – это физическая минутка. По определению Вайнера Э.Н., физкультминутки определяются как кратковременные перерывы в работе (учебе) для проведения комплекса упражнений (преимущественно физических), направленных на предупреждение выраженного утомления и устранение неблагоприятных для здоровья последствий трудовой (учебной) деятельности. Обычно она проводится в течение 2–3 минут [1]. И действительно, кратковременные физические упражнения и игры, вызывая возбуждение других участков мозга, усиливают кровообращение и создают возможность для отдыха участков, находившихся в возбужденном состоянии.

Разнообразие видов физических минуток позволяет урок построить так, чтобы не навредить ученику во время учебного процесса. Но по факту, несмотря на старания учителя в проведении традиционного минутного отдыха для улучшения работоспособности на уроке, детям цифрового века быстро надоедает этот этап урока, ссылаясь на то, что это не модно и скучно. И действительно, младшего школьника 3–4 классов простой стихотворной минуткой отдыха, воспринимаемой только на слух, уже сложно становиться удивить из-за однообразного ежедневного повторения. Отсюда этап рассматривается как не существенный. В создавшейся обстановке мы обращаемся к возможностям информационно-коммуникационных технологий. Современные электронно-прикладные программы предоставляют без огромных усилий создать физические минутки с элементами занимательности. Таким образом, в мире информационных технологий можно выделить интерактивные и анимационные физкультминутки, с помощью которых активизируются одновременно двигательные, зрительные и слуховые процессы организма при выполнении упражнений.

Исходя из личного опыта и требований СанПин к работе над электронно-прикладной программой, свой выбор останавливаем на Kvisoft FlipBook Maker Pro. С помощью этого продукта появляется возможность создать файл неболь-

шого размера с наличием импорта, простого интерфейса, достаточного количества эффектов, а главное выполнить установку на рабочий стол компьютера при помощи простого копирования. Еще один плюс этой программы состоит в том, что она содержит в себе среду моделирования объектов, которые можно рассматривать с разных точек зрения, то есть 3D-объекты.

Таким образом, использование страниц 3D-книги Kvisoft FlipBook Maker Pro со всеми её возможностями на уроках в начальной школе позволяет создать не только информационно-коммуникационный ресурс для учения, но и разработать креативную уникальную 3D-книгу «Физкультминутки для младших школьников» для оздоровительных мероприятий на уроках во время минутки отдыха с целью повышения мотивации к данному этапу.

При апробации электронно-прикладного продукта в эксперименте приняли участие учащиеся 3 «А» и 3 «Б» классы МБОУ «ООШ №100». Младшие школьники 3 «А» класса (контрольный класс) выполняли физическую минутку в стандартных условиях. Учащиеся 3 «Б» класса (экспериментальный) выполняли этап двигательного отдыха с использованием 3D-книги «Физкультминутки для младших школьников».

Результаты экспериментальной работы на первом этапе показывают наличие низкого и среднего уровней мотивации при выполнении этапа минутки отдыха (рис.1.):

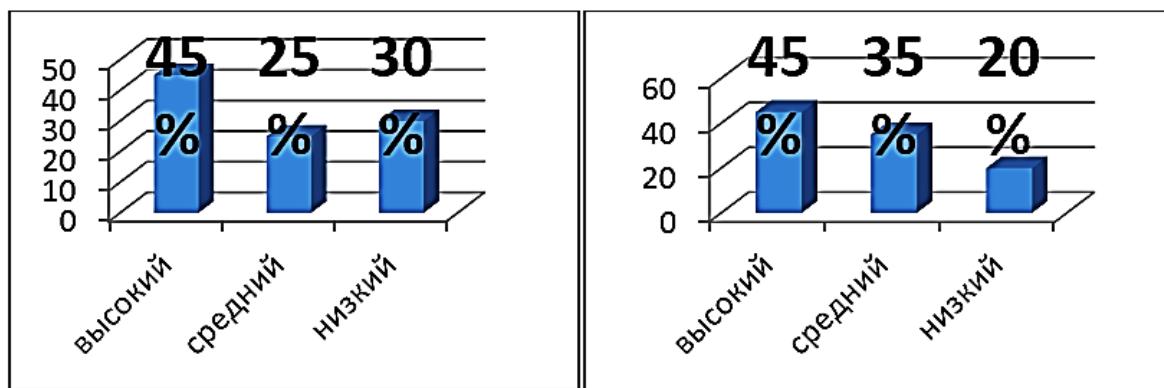


Рис.1. Уровни мотивации выполнения этапа минутки отдыха у учащихся 3 «А» и 3 «Б» класса на констатирующем этапе

Результаты завершающего эксперимента, после формирующей работы (рис.2.):

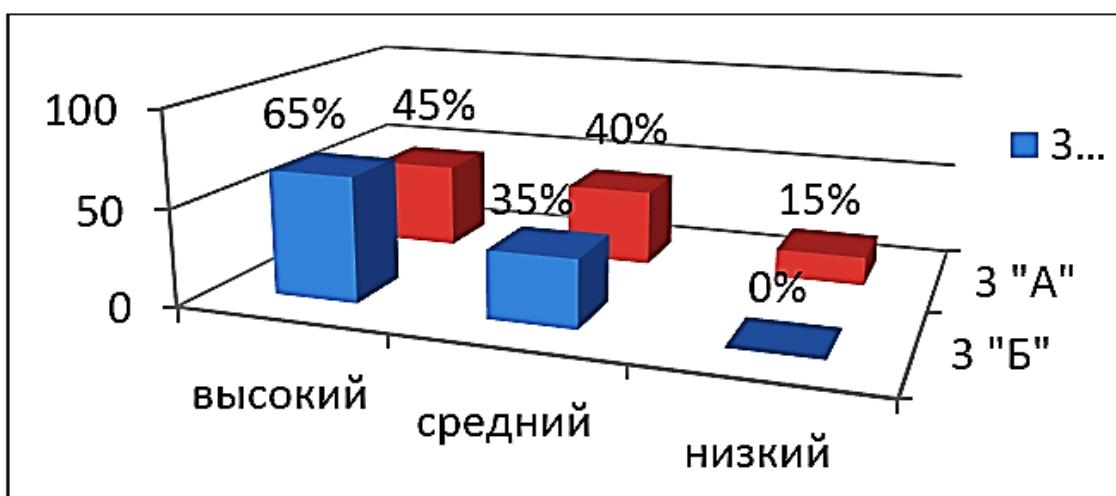


Рис.2. Уровни мотивации выполнения этапа минутки отдыха у учащихся 3 «А» и 3 «Б» класса на контрольном этапе

Как мы видим, после систематической и целенаправленной работы данные повторного диагностического исследования учащихся контрольного и экспериментального классов показали наличие положительной динамики выраженности показателей, отражающих уровни мотивации к этапу минутки отдыха на уроке. При сравнении различий между контрольным классом и экспериментальным классом на контрольном этапе исследования показало большую положительную динамику в экспериментальной группе.

Таким образом, результаты проведенной экспериментальной работы позволяют сделать выводы о результативности процесса реализации здоровьесберегающих технологий через систематическое и целенаправленное использование на уроках информационно-коммуникационных технологий, в частности электронно-прикладной 3D-книги «Физкультминутки для младших школьников».

### ***Список литературы***

1. Вайнер Э.Н. Краткий энциклопедический словарь: адаптивная физическая культура / Э.Н. Вайнер, С.А. Кастюнин [Электронный ресурс]. – Режим доступа: – <http://voluntary.ru/dictionary/926/word/fizkultminutka>

2. Ожегов С.И. Толковый словарь русского языка: 80 000 слов и фразеологических выражений / С.И. Ожегов. – М.: Азбуковник, 1999. – 944 с.