

**Дюкова Мария Владимировна**

учитель русского языка и литературы

**Шрайбер Елена Андреевна**

учитель русского языка и литературы

МБОУ «Общеобразовательная школа-интернат

основного общего образования

спортивного профиля»

г. Ленинск-Кузнецкий, Кемеровская область

## **ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ НА УРОКАХ РУССКОГО ЯЗЫКА В ШКОЛЕ-ИНТЕРНАТЕ СПОРТИВНОГО ПРОФИЛЯ**

***Аннотация:** данная статья посвящена особенностям здоровьесберегающей технологии в адаптации обучающихся в образовательном и социальном пространстве. Обобщен практический опыт организации здоровьесберегающей деятельности на уроках русского языка.*

***Ключевые слова:** здоровьесберегающие технологии, методы и приёмы, релаксации, эмоционально- психологический климат.*

Современное образование предъявляет большие требования к здоровью обучающихся. Поэтому сейчас актуальны здоровьесберегающие технологии в учебно-воспитательном процессе, при которых должно формироваться бережное отношение к своему физическому и психическому здоровью, важнейшие социальные навыки, способствующие успешной адаптации детей в обществе [1].

Подготовка к здоровому образу жизни ребенка на основе здоровьесберегающих технологий стала в нашей школе приоритетным направлением в деятельности учителя, так как работа в школе – интернате спортивного профиля, где 100% обучающихся занимаются различными видами спорта (спортивной гимнастикой, футболом, вольной и греко-римской борьбой, дзюдо, боксом, самбо и др.) здоровьесберегающие технологии реализуются на основе личностно-ориентированного подхода, относятся к тем жизненно важным факторам, благодаря

которым обучающиеся учатся жить вместе. Миссия школы – интерната спортивного профиля: «Успех в спорте + успех в учёбе = успех в жизни», поэтому в нашей школе разработана здоровьесберегающая и здоровьесформирующая система организации учебно – воспитательного процесса, создающая максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья всех субъектов образования. В эту систему входит:

- благоприятные условия обучения ребенка в школе;
- использование данных мониторинга состояния здоровья обучающихся, проводимого ответственным за воспитательный модуль «Здоровым быть»;
- учёт особенностей возрастного развития школьников при планировании и проведении урочной и внеурочной деятельности;
- создание благоприятного эмоционально-психологического климата у обучающихся;
- необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим.

Главная цель учителя – научить детей учиться. А для этого необходимо формировать у них интерес, мотивацию к познанию, обучению. При этом педагоги нашей школы ставят задачи: создать атмосферу заинтересованности каждого ученика в работе класса; стимулировать учащихся к высказываниям и использованию различных способов выполнения заданий без боязни ошибиться; создать педагогические ситуации общения на уроке, позволяющие каждому ученику проявлять инициативу, самостоятельность, создание обстановки для естественного самовыражения ученика [1].

Для решения этих задач педагоги школы-интерната применяют следующие методы и приёмы:

- использование проблемных творческих заданий;
- стимулирование учеников к выбору и самостоятельному использованию разных способов выполнения заданий;

- применение заданий, позволяющих обучающемуся самому выбирать тип, вид и форму материала (словесную, графическую, условно-символическую);
- рефлексия.

Русский язык и литература являются одними из самых трудных предметов для освоения, на которых дети много пишут и читают, поэтому быстрее утомляются. Учитель должен учитывать интеллектуальные, физиологические особенности обучающихся, индивидуальные способности каждого ученика, при планировании урока включать многократные зарядки-релаксации, в общей сложности отводя на них 3–5 минут. Цель проведения релаксации – снятие напряжения, вызвав положительные эмоции, хорошее настроение, что ведёт к более качественному усвоению материала. Видами релаксации могут быть различного рода движения, игры, заинтересованность чем-нибудь новым, необычным. Во время проведения релаксации учитель не ставит перед обучающимися цель – запоминание программного материала. Релаксация должна освободить на какое-то время от умственного напряжения [2].

На своих уроках часто используем тестовые задания с выбором ответа, игровые задания на развитие фантазии, на распознавание ошибок, которые позволяют избежать однообразия на уроке и позволяют снять эмоциональное напряжение у детей.

Одна из ключевых проблем любого обучения – проблема удержания внимания обучающихся. И здесь нам помогает ИКТ. Использование компьютера не только позволяет демонстрировать наглядность, но дает возможность изменять темп урока, форму подачи материала, осуществлять дифференцированный подход к ученику. Учитывая возможности ребенка, предлагаем выполнить индивидуальное задание с использованием интернет-тестирования в форме онлайн по русскому языку, что повышает интерес к предмету.

На уроках русского языка широко используем для лингвистического анализа, в качестве контрольных, самостоятельных работ тексты, пропагандирующие здоровый образ жизни, спорт, туризм. В словарных диктантах и различных творческих работах используем лексику на определённую тематику, например,

«Витамины», «Здоровое питание», «Виды спорта» и др. Изучая числительные, на уроках используем интересные факты из биографии известных спортсменов, тренеров, а также сведения о завоёванных медалях российскими спортсменами на соревнованиях различного уровня. При изучении наклонений глаголов (6 класс) обучающиеся составляют памятки «Мой режим дня», «Я – за ЗОЖ», «Вредным привычкам – нет». При изучении односоставных предложений (8 класс) предлагаем написать сочинение на темы: «Береги здоровье смолоду», «Мой спортивный кумир», «Спорт и здоровье» и т. д.

Таким образом, работа по формированию здорового образа жизни даёт положительные результаты: обучающиеся наиболее ответственно относятся к своему здоровью и здоровью окружающих, становятся более требовательными и заботливыми друг к другу, более успешно адаптируются в образовательном и социальном пространстве.

### ***Список литературы***

1. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://nsportal.ru/shkola/mezhdistsiplinarnoe-bobshchenie/library/2013/11/05/>
2. Здоровье и образование [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://festival.1september.ru/articles/571546/>