

**Назмутдинова Фания Габделразаковна**

методист

МБОУ ДОД «Центр детского

творчества «Азино»

г. Казань, Республика Татарстан

## **ОРГАНИЗАЦИЯ УРОКА С ПОЗИЦИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ**

***Аннотация:** в данной статье приведены принципы построения урока с позиции здоровьесбережения. Автор подчеркивает важность применения здоровьесберегающих технологий как залога успеха образовательного процесса и сохранения здоровья школьников.*

***Ключевые слова:** здоровьесберегающие технологии, организация урока.*

В современном обществе большую часть времени учащиеся младших классов проводят в стенах общеобразовательного учреждения. Это время совпадает с периодом роста и развития ребенка, когда организм наиболее чувствителен к воздействию окружающей среды. Педагогические исследования последних лет показывают, что за период обучения детей в школе у многих состояние здоровья ухудшается в 4–5 раз. Отмечается рост распространенности функциональных отклонений, хронических заболеваний, нарушений физического развития.

Педагогические ошибки или неправильно выбранные педагогические технологии отрицательно отражаются на детской психике в виде невротических нарушений, в результате чего наблюдается низкий уровень познавательной активности и мотивации учебной деятельности, высокий уровень тревожности, неустойчивость эмоциональной сферы и несформированность навыков общения, что негативно отражается на состоянии здоровья учащихся.

Поэтому очень важным становится использование здоровьесберегающих технологий в учебной деятельности младших школьников.

Одним из самых важных здоровьесберегающих действий – это создание у детей положительной эмоциональной настроенности на уроке. Положительные эмоции способны полностью снимать последствия отрицательных воздействий

на организм школьника. Учитель должен стремиться вызывать положительное отношение к предмету. Доброжелательный тон педагога – важный момент здоровьесберегающих технологий.

Правильный выбор традиционных и нетрадиционных форм организации урока, профилактические методики, чередование режимов и видов работы на занятии, демократический стиль педагогического общения, используемые в системе дополнительного образования, и являются условиями для сохранения и улучшения здоровья в обучении.

Здоровьесберегающий подход и технологичность в организации обучения помогает учащимся раскрыть самих себя и свои способности, заложенные от природы, научить адаптироваться в быстро меняющемся мире и минимизировать действие стресса, в котором находится ребенок. Благодаря широким возможностям предмета можно научить ребенка различным моделям поведения, вхождению в образ в ролевой игре, повышению уверенности в себе и своих силах, самоанализу, развивать творческие способности каждого ребенка с учетом индивидуальных особенностей.

Успеваемость детей напрямую зависит от их физического и психического здоровья. Чем лучше ребенок чувствует себя в процессе обучения, тем выше будет уровень его успеваемости. Для того чтобы добиться наибольшей эффективности урока следует организовать урок с позиции здоровьесбережения учащихся, применяя «мозговую гимнастику», физкультминутку для поддержания общей учебной работоспособности и предупреждения утомления учащихся. Еще одним средством, реализующим здоровьесберегающие технологии при обучении в дополнительном образовании, является игра, которая помогает сделать процесс обучения интересным и творческим.

С целью предупреждения утомления на занятиях, связанных с длительным сидением в однообразной позе, требующих сосредоточенного внимания и поддержания умственной работоспособности детей на моих занятиях по развитию познавательных способностей в объединении «Умники и умницы» присутствуют различные приемы здоровьесберегающих технологий. В ходе занятия

я применяю смену различных видов деятельности детей, с целью снижения усталости, утомления, а также повышения интереса учащихся, таких как игровые приемы, разрядки, физкультминутки, ролевые игры, пальчиковые игры, зрительную гимнастику, рифмовки, отгадывание загадок, чтение познавательных сказок.

При проведении занятий я придерживаюсь таких принципов как:

- *принцип психологической комфортности;*
- *принцип вариативности;*
- *принцип творчества;*
- *принцип успеха.*

На занятиях учащимся приходится много запоминать, говорить, писать, читать, слушать и анализировать информацию, поэтому, педагог дополнительного образования должен уделять особое внимание здоровьесберегающим технологиям.

Прежде всего, огромное значение имеет организация урока. Педагог должен строить урок в соответствии с динамикой внимания учащихся, учитывая время для каждого задания, чередуя виды работ. В начальной школе подвижные игры способствуют развитию у учащихся коммуникативных навыков, двигательной активности, концентрации внимания, воображения, а также познавательных и языковых способностей.

Таким образом, использование здоровьесберегающих технологий играет большую роль в жизни каждого школьника, позволяет легче и успешнее овладеть необходимыми знаниями на уроке, преодолеть трудности, достичь цели и задач обучения.

### ***Список литературы***

1. Бродкина Г.В. Здоровьесберегающие технологии в образовании / Г.В. Бродкина, И.И. Зубарёва. – АПКРО, 2002.
2. Дереклеева Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья. – М., 2004.

3. Карпова А.К. Физкультминутки для начальной школы / А.К. Карпова, Г.А. Рощина. – Ярославль, 2006.

4. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. – М., 2004.

5. Колисник И.И. Рациональная организация учебного процесса. – Саратов, 2004.