Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение

средняя общеобразовательная школа №5

**Выступление на школьном методическом объединении учителей гуманитарного цикла:**

**«ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ**

**НА УРОКАХ НЕМЕЦКОГО ЯЗЫКА»**

**Подготовила:** учитель немецкого

и английского языка

Шаповалова М.Г.

Кимовск

2019

«Здоровье- это больше, чем знания…

Это понимание и ответственность как, когда и с какой целью их использовать.

(Н. Нильсон)

В соответствии с Законом РФ «Об образовании» (ст.51) здоровье школьников отнесено к приоритетным направлениям государственной политики в области образования. Уже в 1905 году Песталоцци оповестил мировую педагогическую общественность, что при традиционно сложившихся формах обучения происходит непонятное «ухудшение» развития детей, «убийство их здоровья».

Развитие школы идет по пути интенсификации, увеличения физических и психических нагрузок на ребенка. И сегодня необходимо говорить о начале глобальной катастрофы всей современной цивилизации. По данным НИИ педиатрии: 14% детей практически здоровы; 50% имеют отклонения в развитии опорно-двигательного аппарата, 35-40% детей страдают хроническими заболеваниями.

Причем наблюдается тенденция ухудшение здоровья детей от начальной школы к старшему звену обучения. Таким образом, появилась острая необходимость решения проблемы здоровья детей в масштабе страны, региона, города и отдельно взятой школы.

Согласно определению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ):

«**Здоровье** человека определяется как **состояние**

1) полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических недостатков;

2) Здоровье- это **ресурс**, который обеспечивает человеку продуктивную индивидуальную социально-профессиональную жизнь;

3) **Здоровье**- это **уровень,** до которого индивид способен реализовать стремление и удовлетворять потребности, а также изменить среду или предотвратить ее неблагоприятное влияние;

4) **Здоровье**-это **право** каждого»

В школе должен быть создан режим наибольшего благоприятствования по созданию системного подхода к формированию **Школы Содействия Здоровью**. Педагоги при таком подходе принимают на себя ответственность за здоровье своих воспитанников. Эта задача решается через системное применение здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе.

Здоровьесберегающие технологии основаны на принципе природосообразности и направлены на сохранение и укрепление здоровья обучающихся

***Классификация здоровьесберегающих технологий:***

1 группа – ***медико-гигиенические*** (соблюдение СанПинов, контроль за этим со стороны администрации)

2 группа – ***физкультурно-оздоровительные технологии*** (поведение на уроках физкультминуток, работа спортивных секций, кружков по обучению ЗОЖ)

3 группа – ***экологические технологии*** (обустройство школьной среды,

озеленение, освещение, тепловой режим)

4 группа – ***техническое обеспечение безопасности жизнедеятельности***

5 группа – з***доровьесберегающие образовательные*** ***технологии.***

Они подразделяются на***:***

1) Организационно-педагогические технологии (определенный ход учебного процесса, регламентированный СанПинами, предотвращающий утомление детей).

2) Психолого-педагогические технологии (они тесно связаны с уроком: личностно- ориентированное обучение, метод создания ситуации успеха, технология педагогической поддержки, методы активного обучения и др.)

3)Учебно-воспитательные технологии (учебные программы по формированию ЗОЖ по предметам учебного плана).

**Отличительные особенности здоровьесберегающих**

**образовательных технологий**

* отсутствие назидательности и авторитарности
* воспитание, а не изучение культуры здоровья
* элементы индивидуализации обучения
* наличие мотивации на здоровый образ жизни учителя и учеников
* интерес к учебе, желание идти в школу
* наличие физкультминуток
* наличие гигиенического контроля

Эти технологии помогают учащимся самореализоваться в учебной деятельности, самоутверждаться в сообществе одноклассников.

В практике на моих уроках нашли применение следующие технологии:

**Личностно-ориентированный подход.**

Личностно-ориентированный подход в обучении и воспитании как средство самореализации учащихся**»,** где был дан цикл открытых уроков по данной технологии . Эта технология способствует формированию положительных познавательных мотивов у детей¸ снижению уровня тревожности.

* **Метод проектов.** Этот метод позволяет индивидуализировать обучение, повысить его социальную и личностную значимость, расширить спектр возможностей детей в проявлении инициативы и самостоятельности.
* **Методы активного обучения** прочно вошли в технологический арсенал. Это - ролевые и деятельностные игры, групповая и парная работа,

уроки-диалоги, дискуссии, метод критического мышления.

.Основные черты здоровьесберегающего урока показаны на схеме.

**ЗДОРОВЬЕСБЕРГАЮЩИЙ УРОК**

***Построен с учетом базовых потребностей детей***

***Потребности в саморазвитии***

**1**

***Потребности в игре***

***Потребности в подражании***

***Приобретение опыта***

**2**

**3**

**4**

**Здоровьесберегающий урок должен:** воспитывать, стимулировать у детей желание жить, быть здоровыми, учить их ощущать радость от каждого прожитого дня; показывать им, что жизнь - это прекрасно, вызывать у них позитивную самооценку».

***Здоровьесберегающие действия на уроке:***

**1.Оптимальная плотность урока**

* количество видов учебной деятельности
* их смена
* длительность и чередование
* отвлечения от учебной работы

**2.Чередование видов учебной деятельности**

* чтение,
* письмо,
* слушание,
* рассказ,
* рассматривание пособий,
* ответ на вопрос,
* решение примеров.
* просмотр видеосюжетов и презентаций

**Рекомендации:**

1. Считается гигиенически рациональным использование 4-7 видов учебной деятельности, 1-2 – нерациональным.
2. Смена различных видов должна проводиться через каждые 7-10 минут (нерациональная смена через 15-20 минут, когда у ребенка уже появляются признаки утомления).

***Оздоровительные моменты на уроке:***

* физкультминутки, динамические паузы
* минутки релаксации
* дыхательная гимнастика
* гимнастика для глаз
* массаж активных точек
* речевая гимнастика

***Цель оздоровительных моментов:***

**1.Отдых центральной нервной системы.**

Наличие эмоциональных разрядок необходимы для снятия умственного напряжения, утомления. В течение урока рационально использовать 2-3 разрядки.

* поговорка,
* высказывание,
* веселое четверостишие,
* юмористическая или поучительная картинка

**2.Профилактика утомления, нарушения осанки, зрения.**

Рабочая поза должна соответствовать виду учебной деятельности на уроке. Её соблюдение и чередование во время занятий контролируется педагогом, непродолжительные отклонения от указанных поз нужны для отдыха, расслабления. Педагогам следует корректировать нарушения в рабочей позе учащихся.

**3.Положительные эмоции**

* Создание у детей положительной эмоциональной настроенности является обязательным условием правильно организованного учебного процесса.
* Положительные эмоции способны полностью снимать последствия отрицательных.

Работа по здоровьесбережению продолжается и после уроков. Дополнительные образовательные услуги в режиме работы «Школа полного дня» дают возможность учителю проводить гимнастику, которая способствует укреплению здоровья младших школьников.