

**КОНКУРС
ОБЩЕРОССИЙСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОЙ ОРГАНИЗАЦИИ
«ВСЕРОССИЙСКОЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОБРАНИЕ»
«Здоровый школьник – здоровая нация»**

ТЕМА РАБОТЫ

**«Использование
здоровьесберегающих технологий
на уроках математики»**

**Автор: Николина Галина Викторовна,
учитель математики 5 – 9 классов
муниципального бюджетного общеобразовательного
учреждения «Чукальская основная общеобразовательная
школа» Краснослободского муниципального района
Республики Мордовия**

**Адрес: 431267, село Чукалы, ул. Садовая, д. 21А
Краснослободский район, Республика Мордовия**

2010 год

***«Здоровье - не все, но все без здоровья – ничто!»
Сократ***

ИНФОРМАЦИЯ ОБ ОПЫТЕ

Тема опыта: ***«Использование здоровьесберегающих технологий на уроках математики»***

1. Условия возникновения и становления опыта

Проблема сохранения здоровья и укрепления здоровья, а главное формирование особого отношения к собственному здоровью как самостоятельной ценности имеет огромное значение в современной ситуации развития российского общества. Важнейшим звеном социализации подрастающего поколения является общеобразовательное учреждение, поскольку на этапе возрастной социализации личности формируется как индивидуальное здоровье, так и здоровье всего общества.

В 2005 – 2006 учебном году была принята Программа развития МОУ «Чукальская основная общеобразовательная школа» (2005-2010 г.г.), в соответствии с которой педагогический коллектив приступил к работе над проблемой «Совершенствование учебно-воспитательного процесса на основе применения здоровьесберегающих технологий».

Наша школа является экспериментальной площадкой муниципального уровня физкультурно-оздоровительного направления. (Основание: Приказ Краснослободского районного отдела образования Республики Мордовия от 14.06.2005 г. №105 п.2.) и в 2010 году школа стала пилотной по реализации проекта «Спортивная суббота» (приказ №190 от 25.02.2010 МО РМ).

Исходя из вышесказанного, была сформулирована тема эксперимента.

По итогам реализации эксперимента предполагается создание и развитие в школе здоровьесберегающей образовательной среды, в которой школьник ведет здоровый образ жизни, и имеет реальную возможность получить полноценное образование, адекватное его способностям, склонностям, возможностям, потребностям и интересам.

Задача учителя состоит не только в том, чтобы сохранить здоровье учащихся на период обучения, но и в том, чтобы подготовить их к дальнейшей успешной и счастливой жизни, не достижимой без достаточного уровня здоровья.

2. Актуальность опыта

Одной из важнейших задач, стоящих перед школой, является сохранение здоровья детей. Статистические данные по стране говорят о том, что процент больных детей растёт. Увеличивается процент учащихся с хроническими заболеваниями.

На состояние здоровья детей влияет множество различных факторов, среди которых более 20% составляет внутришкольная среда. Исследования показывают, что здоровье учащихся имеет тенденцию к ухудшению, что

снижает их работоспособность. Успешность обучения учащихся и развитие их личности зависит от состояния здоровья. Активизируя здоровье - охранительное и здоровье – развивающее, можно тем самым способствовать повышению эффективности учебы.

Именно поэтому я занялась проблемой использования здоровьесберегающих технологий на уроках математики, чтобы подготовить учащихся к дальнейшей успешной и счастливой жизни, не достижимой без достаточного уровня здоровья.

Одной из главных задач считаю создать условия для сохранения здоровья, что в свою очередь формирует фундамент благополучия будущих поколений. Необходимо всегда помнить, что здоровье купить нельзя, его можно только заработать постоянными усилиями!

3.Ведущая педагогическая идея опыта

Основа моей педагогической деятельности – это не простое накопление учащимися математических знаний и отработка умения решать задачи, а создание единого образовательного пространства, способствующего переходу на качественно новое образование в условиях сохранения и развития здоровья обучающихся.

Цель: обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Работая по данной проблеме, я ставлю следующие **задачи**:

- создание здоровьесберегающих условий организации образовательного процесса;
- формирование у школьников мотивационных и смысловых основ здорового образа жизни, выработки у них индивидуального валеологически обоснованного способа жизнедеятельности;
- формирование осознанного отношения школьников к своему физическому и психическому здоровью;
- формирование важнейших социальных навыков, способствующих успешной социальной адаптации;
- профилактика вредных привычек.

4.Диапазон опыта Представляемый опыт моей работы является единой системой «урок математики и алгебры – урок геометрии – внеурочная работа учащихся по математике».

5.Теоретическое обоснование опыта

Здоровье - основное условие и залог полноценной и счастливой жизни. Здоровье помогает нам выполнить наши планы, успешно решать жизненные задачи и трудности. Здоровье обеспечивает человеку долгую и активную жизнь. В Уставе Всемирной организации здравоохранения написано, что здоровье – это состояние человека, характеризующееся полным физическим,

духовным и социальным благополучием, а не отсутствием болезней и физических дефектов.

Использование здоровьесберегающих технологий – это совокупность всех используемых в образовательном процессе приёмов, методов, технологий, не только оберегающих здоровье учащихся от неблагоприятного воздействия факторов образовательной среды, но и способствующих воспитанию у учащихся культуры здоровья.

Считаю, что здоровье ученика в норме, если:

- **в физическом плане** – здоровье позволяет ему справляться с учебной нагрузкой, ребёнок умеет преодолевать усталость;
- **в социальном плане** – он коммуникабелен, общителен;
- **в эмоциональном плане** – ребёнок уравновешен, способен удивляться и восхищаться;
- **в интеллектуальном плане** – учащийся проявляет хорошие умственные способности, наблюдательность, воображение, самообучаемость;
- **в нравственном плане** – он признаёт основные общечеловеческие ценности.

6. Технология опыта

На уроках математики с использованием здоровьесберегающих технологий учитываются требования программы и стандарта. Знания в курсе математики я рассматриваю не как самоцель, а как средство развития мышления ребят, творческих способностей и мотивов деятельности.

Цель моей педагогической деятельности – переход на качественно новое образование в условиях сохранения и развития здоровья обучающихся. При планировании урока с точки зрения сохранения здоровья школьников, обращаю внимание на следующие аспекты урока:

- ▶ Гигиенические условия в классе;
- ▶ Число видов учебной деятельности, используемых на уроке;
- ▶ Средняя продолжительность и частота чередования различных видов учебной деятельности;
- ▶ Использование методов, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения учащихся;
- ▶ Позы учащихся и их чередование в зависимости от характера выполняемой работы;
- ▶ Физкультурно-оздоровительные мероприятия;
- ▶ Включение в содержательную часть урока вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни;
- ▶ Наличие у учащихся мотивации к учебной деятельности на уроке;
- ▶ Благоприятный психологический климат на уроке;
- ▶ Преобладающее выражение лица учителя;
- ▶ Момент наступления утомления учащихся и снижения их учебной активности;
- ▶ Темп и особенности окончания урока;
- ▶ Состояние и вид учеников, выходящих с урока.

На уроках использую методы, способствующие активизации инициативы и творческого самовыражения учащихся, которые позволяют им превратиться в субъекты деятельности. Это:

- методы свободного выбора (свободная беседа, выбор действия, его способа, выбор приемов взаимодействия, свобода творчества и т.д.);
- активные методы (ученики в роли учителя, чтение действием, обсуждение в группах, ролевая игра, дискуссия, семинар и др.);
- методы, направленные на самопознание и развитие (интеллекта, эмоций, общения, воображения, самооценки и взаимооценки и др.).

Для взаимосвязанного решения как учебных, так и воспитательных задач использую возможности показа видеоматериалов.

Физкультурно-оздоровительные мероприятия. (Приложение 1)

Обязательным элементом здоровьесберегающей организации урока являются минутки здоровья. На своих уроках применяю различные минутки здоровья: это и артикуляционная гимнастика, гимнастика для глаз, пальчиковая гимнастика и различные упражнения, которые улучшают кровообращения головы, упражнения для снятия статистического напряжения, и просто разминку. Использование минуток здоровья позволяет использовать оставшееся время урока гораздо интенсивнее и с большей результативностью учебной отдачи учащихся. Ребята после физкультминутки становятся более активными, их внимание активизируется, появляется интерес к дальнейшему усвоению знаний. Систематическое использование оздоровительных минуток приводит к улучшению психо-эмоционального состояния учащихся всех классов, к изменению отношений к себе и своему здоровью.

Организация урока с позиций здоровьесбережения.

Благоприятный психологический климат на уроке служит одним из показателей успешности его проведения. Считаю, что урок неполноценен, если на нем не было эмоционально-смысловых разрядок:

- ▶ улыбок,
- ▶ уместных остроумных шуток и т.д.

На своих уроках я стараюсь создать ситуацию психологического комфорта для детей, когда каждый ребенок успешен в своем мнении, он не боится высказываться, за счет чего поддерживается высокая работоспособность учащихся в течение всего урока. Анализ урока начинаю с позитивных моментов, с того, что понравилось, что показалось интересным, оригинальным. При подведении итога урока учащиеся имеют возможность высказать свою точку зрения об уроке, внести предложения, пожелания.

Решение задач с элементами здоровьесбережения. (Приложение 2)

Возрастающая потребность связи математики и различных жизненных ситуаций настоящего времени вынуждает учителя часто задумываться об организации разнообразных форм проведения уроков, позволяющих донести различные знания до учащихся как можно интереснее, доступнее, разнообразнее. Таких форм уроков множество. Одним из них является урок с применением здоровьесберегающих технологий. На уроках прослеживается

воспитательная направленность урока, его связь с жизнью, а именно с профилактикой здорового образа жизни.

Для того чтобы научить детей заботиться о своём здоровье, на уроках рассматриваем задачи, которые непосредственно связаны с понятиями “знание своего тела”, “гигиена тела”, “правильное питание”, “здоровый образ жизни”, “безопасное поведение на дорогах”.

Создание проблемных ситуаций на таких уроках повышает интерес к предмету, вносит разнообразие и эмоциональную окраску в учебную работу, снимает утомление, развивает внимание, сообразительность, помогает разобраться в правильности выбора жизненного пути.

[Поурочный план урока-презентации с применением здоровьесберегающих технологий по теме «Степень с натуральным показателем». \(Приложение 3\)](#)

[Презентация \(посмотреть\).](#)

[Поурочный план урока-презентации с применением здоровьесберегающих технологий «Решение задач по теме «Проценты». \(Приложение 4\).](#)

[Презентация \(посмотреть\).](#)

Вывод:

Моя главная задача - обеспечить выпускнику школы высокий уровень реального здоровья, сформировать культуру здоровья, тогда аттестат о среднем образовании будет действительно путевкой в счастливую самостоятельную жизнь. Применение здоровьесберегающих технологий на уроках математики даёт возможность решать и задачи обучения, реализовывать развивающие возможности урока в плане формирования активной учебной деятельности, самостоятельного мышления, познавательных интересов. Для основной массы учеников математика перестала быть «страшным» предметом. У них появился интерес к её изучению, заинтересованность в результатах своего труда.

Педагогический результат – это не только то, что в голове, но и то, что в душе, и в судьбе ученика.

7. Ожидаемые результаты: Создание благоприятной образовательной среды, способствующей сохранению здоровья, воспитанию и развитию личности.

Список использованных источников

1. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в школе. М.: ВАКО, 2004, 296 с. – (Педагогика. Психология. Управление.)
2. Ковалько В.И. Школа физкультминуток: Практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр. – М.: “ВАКО”, 2005, 208 с. – (Мастерская учителя).
3. Синягина Н.Ю. Как сохранить и укрепить здоровье детей: психол. установки и упражнения / Н.Ю. Синягина, И.В. Кузнецова. – М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2004. – 150 с. – (Семейная библиотека)

4. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе.. М.: «АРКТИ».2006. –319 с.
5. Ступницкая М.А., Белов А.В., Родионов В.А. Критериальное оценивание как здоровьесберегающий фактор школьной среды.//Школа здоровья, 2003г, №3, 37-40с.