Применение здоровьесберегающей технологии в педагогической деятельности – одно из условий повышения качества образования.

Понимание термина «качество образования» - одна из сложнейших и актуальных проблем российского образования. Совершенно очевидно, что  качеством образования занимались всегда. Однако  образование меняется, и поэтому появляется необходимость постоянного поиска новых форм работы.

Выделяется несколько направлений в деятельности педагога, один из которых это использование здоровьесберегающих технологий.

Данное понятие «Здоровьесберегающая технология» остается на сегодняшний день дискуссионным, но в данный момент это не так важно. Важно уяснить, что любые воздействия на ребенка должны в своей основе иметь принцип здоровьесбережения.

Здоровьесберегающие технологии, применяемые в учебно-воспитательном про­цессе, можно разделить на четыре основные группы:

* Технологии, обеспечивающие гигиенически оптимальные условия образовательного процесса.
* Технологии оптимальной организации учебного процесса и физической активности школьников.
* Разнообразные психолого-педагогические технологии, используемые на уроках и во внеурочной деятельности педагогами и воспитателями.
* Образовательные технологии здоровьесберегающей направленности.

На технологии, оптимальной организации учебного процесса и физической активности школьников, хотелось бы остановиться поподробнее.

 Анализ научно-методической литературы позволяет выделить четыре основных правила построения урока с позиции здоровьесберегающих технологий.

**По первому правилу *Правильная организация урока*** нужно выделить главное - количество и качество задаваемых учеником вопросов служат одними из индикаторов его психофизического состояния, психологического здоровья, а также тренируют его успешность в учебной деятельности. **Г**лавная цель учителя - научить ученика запрашивать необходимую информацию и получать требуемый ответ.

Второе правило- ***Использование всех каналов восприятия.***

На слайде записаны слова, попрошу их разделить на три группы. Я думаю, что такой тест для всех для нас знаком. Но вот вопрос : «А как часто мы используем его, в свой практике?». А ведь именно он поможет нам в работе с детьми и организации урока.

Кто –то из вас ответил так, а кто –то так. Потому что несколько типов функционирования головного мозга. Человек, у которого доминирует левое полушарие, склонен к анализу, ему легко дается словесно-логический характер познавательных процессов. Тот, у кого доминирует правое полушарие, обладает развитым воображением, целостным восприятием.

По данному вопросу- правилу можно очень много говорить . элементарно что можно использовать в своей работе – обратить на посадку детей в классе.

 **Правило 3. Учет зоны работоспособности учащихся*. Распределение интенсивности умственной деятельности.***

Экспериментально доказано, что биоритмологический оптимум работоспособности у школьников имеет свои пики и спады как в течение учебного дня, так и в разные дни учебной недели. Работоспособность зависит и от возрастных особенностей детей.

При организации урока выделяют три основных этапа с точки зрения здоровье сбережения, которые характеризуются своей продолжительностью, объемом нагрузки и характерными видами деятельности. Эффективность усвоения знаний учащихся в тече­ние урока такова:5-25-я минута — 80%; 25-35-я минута — 60-40%; 35—40-я минута — 10%.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Часть урока** | **Время** | **Деятельность** |
| 1-й этап. Врабатывание | 5 мин. | Репродуктивная, переходящая в продуктивную. Повторение. |
| 2-й этап. Максимальная работоспособность | 20-25 мин. | Продуктивная, творческая, знакомство с новым материа­лом |
| 3-й этап. Конечный порыв | 10-15 мин. | Репродуктивная, отработка узловых моментов пройденного |

Отсюда понятно, что не всегда оправдана та практика, когда учитель первую, наиболее продуктивную часть урока отводит под опрос домашнего задания: лучше эту часть урока посвятить изучению нового материала, а опрос перенести на вторую, менее продуктивную.

**Правило 4. Уместное и правильное применение физкультпауз.**

Педагоги обязаны учитывать тот факт, что вынужденное ограничение двигательной активности при умственной деятельности сокращает поток импульсов от мышц к двигательным центрам коры головного мозга. Это снижает возбудимость нервных центров, а, следовательно, и умственную работоспособность. Предлагаю вашему вниманию небольшую коллекцию физминуток.