



## Отчёт об использовании здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе учителя математики МБОУ «СОШ№9 г. Каспийска имени Героев - России пограничников» Магомедовой С.А.

В уставе Всемирной организации здравоохранения здоровье определяется как "Состояние полного физического, духовного и социального благополучия", а не только отсутствие болезней и физических дефектов. Здоровье во все времена считалось высшей ценностью, основой активной творческой жизни, счастья, радости и благополучия человека.

Целью моей педагогической деятельности является внедрение элементов здоровьесберегающих технологий в учебный процесс с целью предотвращения утомляемости учащихся на уроке и повышение качества обучения.

Достижение планируемых результатов предполагает решение следующих задач:

- Через применение в учебном процессе элементов здоровьесберегающих технологий предотвратить утомление школьников и активизировать их познавательный интерес.
- Разработать уроки на основе принципов здоровьесбережения.
- Формировать у учащихся практических навыков здорового образа жизни, способствующих повышению интереса к процессу обучения, снижению школьной тревожности для более успешного обучения.

В своей педагогической деятельности я регулярно внедряю здоровьесберегающие технологии, создаю на уроке условия, способствующие сохранению психического и физического здоровья обучающихся, уменьшению утомляемости, улучшению настроения и повышению активности обучающихся на уроке и, как результат, развитие интеллектуальных способностей, повышение качества знаний.

Рациональная организация учебной и внеурочной деятельности обучающихся, направленная на повышение эффективности учебного процесса, снижение при этом чрезмерного функционального напряжения и утомления, создание условий для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха, включает:

- соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеурочной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках) обучающихся;
- использование методов и методик обучения (использование методик, прошедших апробацию);
- введение любых инновационных технологий для создания условий повышения качества обучения, познавательной активности и учебной мотивации школьников;
- строгое соблюдение всех требований к использованию технических средств обучения,
- индивидуализация обучения (учёт индивидуальных особенностей развития);
- оптимизация учебной нагрузки;
- проведение физкультминуток.

В реализации здоровьесберегающего подхода в учебном процессе одним из важных условий является формирование положительного настроения учащихся на урок. Для нормального развития и самочувствия ребенок должен не только уметь учиться, но и хотеть этого. Эмоции сами по себе, естественно, имеют мотивирующее значение и зависят от особенностей деятельности и ее организации. Положительные эмоции могут быть связаны со школой в целом и пребыванием в ней, обусловлены ровными взаимоотношениями с учителем и одноклассниками; отсутствие конфликтов, активным участием в жизни классного и школьного коллектива, с успешностью учебы, с радостью преодоления трудностей. Удовлетворения от справедливо выставленной отметки, эмоции от «столкновения» с новым учебным материалом - все это усиливает внутреннюю мотивацию, эмоционально-познавательные отношения к предмету, увлеченность им.

С первых минут урока, с приветствия я создаю обстановку доброжелательности, положительный эмоциональный настрой, т.к. у учащихся развита интуитивная способность улавливать эмоциональный настрой учителя.

На своих уроках стараюсь исключить стрессовые ситуации на уроке, потому что это является важным условием успешной деятельности учащихся.

Для создания «ситуации успеха» на уроке используются следующие формы работы: индивидуально-обособленная, фронтальная (способствует вовлечению в работу всех учащихся группы), групповая (способствует повышению ответственности, формирует интерес к работе одноклассников), коллективная (общее задание между членами микрогруппы дает возможность каждому ребенку чувствовать себя участником событий), парная (применяется чаще при закреплении пройденного материала).

Индивидуально-дифференцированный подход — основное средство оздоровительно-развивающей работы с учащимися, поэтому очень часто на уроках учащиеся имеют возможность работать в индивидуальном темпе, обращаться за помощью, свободно использовать источники информации, высказывать и аргументировать свое мнение, не бояться ошибок. Предлагаемые задания разбиваю по уровням. Для слабых учащихся практикуется отдельный план работы на урок — задания подбираются доступного уровня, присутствуют рекомендации по выполнению, задается индивидуальный темп работы. Каждый ученик имеет право добровольно выбирать для себя уровень усвоения. Именно такой подход способствует психологическому комфорту ученика в школе, формирует у него чувство уважения к себе и окружающим, повышает ответственность за принятое решение. Возможность выбрать уровень усвоения поможет избежать перегрузки ученика и направить его усилия в область склонностей и интересов.

Игровая технология, регулярно применяемая на уроках математики в 5-6 классах, способствует формированию устойчивого интереса к учению, снимает напряжение. В процессе игры ребенок приобретает определенные учебные универсальные действия, обогащает свой внутренний мир, овладевает речью в общении с другими людьми. Игра — сильнейшее средство социализации ребенка, она дает возможность моделировать разные ситуации жизни, искать выход. Игра объединяет класс: открываются умение подстраховать друг друга, выслушать каждое мнение.

Практика **использования информационных технологий** показывает: появляются неограниченные возможности для индивидуализации и дифференциации учебного процесса. Данные возможности ИКТ открывают обучающимся доступ к нетрадиционным источникам информации, повышают эффективность самостоятельной работы, предоставляет совершенно новые возможности для творчества, обретения и закрепления умений и навыков, позволяют реализовывать принципиально новые формы и методы обучения. Происходит существенное изменение учебного процесса, переориентирование его на развитие мышления, воображения, как новых процессов, необходимых для успешного обучения, обеспечивается эффективная организация познавательной деятельности учащихся. Использование мультимедийных презентаций увеличивает познавательную мотивацию, облегчает овладение сложным материалом.

Внедрение в учебный процесс здоровьесберегающих технологий позволяет добиться положительных изменений в состоянии здоровья школьников, позволяет детям легче и успешнее овладеть необходимыми знаниями на уроке, преодолеть трудности, достичь цели и задач обучения.