

ИГРА, КАК ОДНА ИЗ ФОРМ РЕАЛИЗАЦИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В 1 КЛАССЕ

Мухамметшина Д.А.,

учитель начальных классов

МБОУ «Лицей №23»

Ново - Савиновского района, г. Казани

Школа – это учреждение, в котором ребёнок проживает значительную часть своей жизни. Основная задача школы – дать необходимое образование, но не менее важная задача сохранить в процессе обучения здоровье детей.

С состоянием здоровья связана и успешность обучения. После поступления в школу, возрастает и психологическая и физическая нагрузка на детский организм. Образовательный процесс в условиях меняющегося современного мира постоянно усложняется и требует от детей младшего школьного возраста большого умственного и нервно – психического напряжения. А.А. Чирков отмечал, что «каждый третий ребенок, поступающий в школу, имеет то или иное хроническое заболевание. Но многие школьники приобретают заболевания в процессе обучения. Это происходит потому, что во многих ОУ не соблюдаются санитарно-гигиенические нормы, плохо ведется оздоровительная работа, дети нередко испытывают учебные и психоэмоциональные перегрузки, как правило, на фоне недостаточной двигательной активности»[2. Педагогическая валеология– наука о формировании здоровья].

По данным Министерства образования России, среди причин, влияющих на здоровье школьников, 21% составляют факторы внутришкольной среды. Поэтому проблема здоровья детей сегодня как никогда актуальна.

Согласно Федеральному государственному образовательному стандарту начального общего образования программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни должна представлять собой комплексную программу формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического,

психологического и социального здоровья обучающихся на ступени начального общего образования как одной из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Основополагающей целью здоровьесберегающих образовательных технологий обучения является обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья в период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

На протяжении многих лет своей работы я стараюсь применять различные здоровьесберегающие технологии на уроках. Хочу поделиться опытом реализации здоровьесберегающих технологий в 1 классе.

Очень большое значение имеет микроклимат в классе, ведь ребёнок только тогда будет с удовольствием ходить в школу, если его встречает добрый взгляд учителя и друзей-одноклассников.

В 1 классе в адаптационный период для создания доброжелательной обстановки в классе мы выполняем упражнение «Домик, подоконник, окошечко». Учащиеся показывают руками крышу, ставят подбородок на ладошки(подоконник) и раскрывают ладошки перед лицом(окошечко) и улыбаются друг другу.

На первой неделе, когда дети еще не знают имен друг друга, актуально поприветствовать свою пару прикосновением ладошки и одновременно называть свое имя, начинает учитель, дотрагиваясь до ладошки ученика с первой парты и произнося свое имя, и так по цепочке до последнего ученика.

Для смены обстановки на уроке и концентрации внимания очень помогает упражнение «Змейка», когда весь класс по одному(змейкой) садится, а потом встает.

Для развития образной памяти и разрядки обстановки на уроках помогает игра: «Выйди, кого описали». Ученик или учитель описывает внешность любого одноклассника, он должен себя узнать и выйти к доске и т.д.

Урок физкультуры начинаем с разучивания пословицы о здоровье и произносим ее громко, как речевку. Когда накапливается определенное количество выученных пословиц, устраиваем соревнования, чья команда прокричит дружно большее количество пословиц.

Знаменитый ученый Э.Берн пишет: «... весь процесс обучения ребенка мы рассматриваем как обучение тому, в какие игры следует играть и как в них играть» [1,с.46]. Детские психиатры, сталкиваясь с нарушениями здоровья, особенно с отклонениями в психике, выносят диагноз: «Дети в детстве не доиграли». Есть даже такое выражение «Игровая дистрофия детей». В своей практике я использую различные игры на развитие глазомера, на мгновенную реакцию, на развитие внимания, памяти, наблюдательности, представленные в книге профессора-педагога С.А.Шмакова «Игры-шутки, игры-минутки».

« Игрою можно диагностировать и познать ребенка, с помощью игры можно корректировать, улучшать, развивать в детях важные психические, человеческие личностные качества» [3,с.5].

Литература

1. Берн Э. Игры, в которые играют люди.:Лениздат, 1992. С.46
- 2.Чирков, А.А. Педагогическая валеология – наука о формировании здоровья [Электронный ресурс]//http://bank.orenipk.ru/Text/t10_381.htm
- 3.Шмаков С.А. Игры-шутки, игры-минутки.:Москва 1993.с.5-6