

Хрипливцева Елена Анатольевна,  
МАОУ СОШ № 16 имени К.И.Недурובה,  
ст. Кушевская Краснодарского края  
учитель начальных классов,

## **Использование современных обучающих технологий (здоровьесберегающая, проектная деятельность, групповая работа) в начальных классах**

Здоровье – бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества. В последнее время так много говорят об этом. Важно, чтобы ребенок пришел в школу физически развитым, сохранил и укрепил свое физическое здоровье.

Практически каждый ребенок, пришедший ко мне в 1 класс имел те или иные отклонения в состоянии здоровья. Проанализировав причины болезней, я пришла к выводу о необходимости применения элементов здоровьесберегающей технологии в процессе учебной деятельности. Мне очень нравится система здоровьесберегающих педтехнологий Владимира Филипповича Базарного. На их основе многие годы мы строим учебно-воспитательный процесс на основе телесно-моторной активности, ситуационно-образного моделирования и расширения «зрительных горизонтов». Такой подход давно подготовил систему работы, особенно востребованную современной школой, где главное - здоровье коллектива.

Современные ФГОС определяют приоритет разностороннего развития здоровой личности, а образовательная инициатива «Наша новая школа» поставила во главу угла обеспечение здоровья участников образовательного процесса. Не зря в народе говорят «Здоровому все здорово!». Отсюда и сложилось данное направление работы.

Передо мной стала задача сохранения и укрепления здоровья учеников после поступления в школу, когда возрастает и психологическая и физическая нагрузка на детский организм.

В нашей школе уделяется большое внимание программе «Здоровье», которая охватывает все ступени обучения.

Работая над задачей создания здоровьесберегающей среды, пришла к необходимости увеличения двигательной активности детей. Для выполнения этой задачи были введены следующие спортивно-оздоровительные мероприятия:

**1. Утренняя зарядка.** В начале каждой учебной недели перед занятиями разучиваем комплекс утренней гимнастики. Он проводится с музыкальным оформлением, что способствует хорошему настроению активно работать дальше.



**2. Игровые перемены.** Снять утомление за несколько минут между уроками помогают динамические перемены. Подвижные игры проводим прямо в коридоре перед кабинетами начальных классов. Дети отдыхают не только физически, а получают ещё и заряд положительных эмоций.



### **3. Уроки здоровья.**

«К нам приехал Мойдодыр!», «Если хочешь быть здоров» , «Секреты вкусного и полезного», « Сундучок здоровья для принцев и принцесс», «Доктор Режим»- Эти и другие часы общения проводим в активном поиске истин.



Дети разучивают стихи, участвуют в викторинах, знакомятся или сами разрабатывают правила здорового образа жизни. В результате у детей формируется положительная мотивация к соблюдению этих правил. Часто на таких уроках бывает школьная медсестра, приглашаются работники больницы, родители, спортсмены, люди, пропагандирующие здоровый образ жизни как залог успешности..



#### **4. Мини-проекты на тему «Берегу здоровье!»**

Из сборников, журналов, детских газет детьми собираются пословицы о здоровье; полезные советы из копилки родных. После этого каждый выбирает тему урока народной мудрости.

В течение полугодия формируются папки - портфолио: «Сохранение зрения», «Режим дня и здоровья», «Уход за зубами», «Что такое хорошо и что такое плохо» и т. д. На стендах класса размещаем листовки и плакаты. В конце полугодия проводим встречи с общественностью, где ребята защищают проекты и вовлекают взрослых в их обсуждение.



## Работа в группах



Один из уроков проектной деятельности был посвящен озеленению класса. Каждый ученик выполнил поисковую работу, заполняя черновой рабочий лист с помощью родителей. Определение пользы растения, составляли содержательный определитель полезных комнатных растений под названием «Сад в нашем классе. Красота или польза?». Кроме того каждый ученик старался собрать информацию о классных цветах.

В конце каждой недели ребята ухаживают за классными цветами. Поливают их, протирают пыль с листьев и убирают сухие.



## Работа в группах

Большинство времени своего пребывания в школе мои ученики проводят на уроке. Поэтому наиболее главной задачей остается *организация урока* в условиях здоровьесберегающей технологии.

Начало школьного обучения связано не только с изменениями уклада жизни детей, но и резким увеличением нагрузок на отдельные органы ребенка. Оптима-

лен комбинированный урок с использованием 5 – 10 минут для снятия утомления с включением активных ролевых игр, разучивание физических упражнений. Из всех нагрузок, с которыми ребенок встречается в школе, наиболее утомительно поддержание рабочей позы. Поэтому нельзя требовать от детей неподвижности. Переключение в течение урока с одного вида деятельности на другой должно неизбежно сопровождаться с изменением позы ребенка, передвижением по классу.

Чередую работы сидя, стоя, по инициативе ребенка, со сменой мест и ролей в микрогруппах.



Живо проходят веселые физкультминутки в стихотворной форме, когда двигательные упражнения сопровождается выразительным хоровым произношением четверостиший, когда в тексты включаются трудные задания прошлых уроков, но «работа над ошибками» сопровождается языком движений и жестов, подключая виды памяти, связанные с двигательной активностью.

Провожу специальные уроки по формированию здорового образа жизни, уроки гигиены как самостоятельные уроки и использую элементы на обычных уроках.

-Привлекаю к поддержанию санитарного состояния класса дежурных и санитаров



-Провожу профилактику травматизма путем инструктажа по технике безопасности перед проведением субботников, Дней здоровья, бесед по охране труда и ведение классного журнала техники безопасности.



– Оздоровливаю детей в условиях школы: здоровое питание (работа с родителями по организации стопроцентного охвата горячим питанием в школьной столовой, участие в акции «Школьное молоко»), витаминизация (употребление детских витаминов под контролем медсестры), обеспечиваю питьевой режим через программу «Чистая вода».







-Организовываем конкурсы рисунков и плакатов на тему здорового образа жизни.  
-В работе с родителями большое место занимают совместные классные мероприятия. Среди них особенно можно выделить спортивно-оздоровительные конкурсы и эстафеты: «Папа, мама, я, спортивная семья», «Веселые старты», «Всей семьей на старт» «Мальчики и папы», «Девочки и мамы».Актуальны у нас совместные походы на стадион, поездки по памятным местам района ,экскурсии поездки с программой активного совместного ДОСу.га



### **Приёмы для создания здоровьесберегающей среды на уроке.**

На уроках использую тренажёр для стоп (массажный коврик). Это квадрат 30 см х 30 см из хлопчатобумажной ткани или другого материала с пуговицами и т.д. Тренажер способствует профилактике плоскостопия. снимает усталость. Я использую

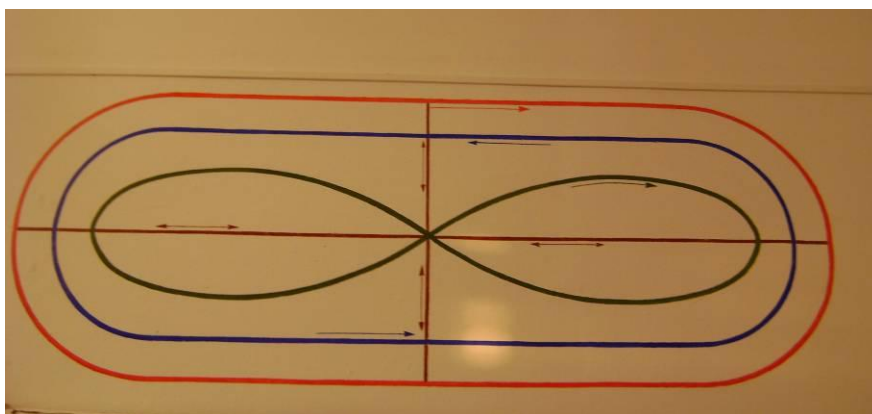
коврик при проведении физминуток (дети становятся на коврик во время физминуток или зарядки для глаз).



Для учащихся младших классов особое внимание следует уделять упражнениям для кистей и пальцев рук. Использую мешочки с мелкими пуговицами или крупой.

*Для профилактики близорукости:*

- Настенный тренажёр для глаз .При постоянном использовании упражнений происходит укрепление мышц шейных позвонков и укрепление мышц глаза



Использую на уроках “Сенсорный крест”. Он укрепляет мышцы спины ,служит для профилактики нарушения осанки “Сенсорный крест” висит посередине доски или с краю на такой высоте, чтобы дети, подойдя к “кресту” не просто достали карточку, а потянулись за ней. В этом случае позвоночник распрямляется, снимается напряжение с плечевого пояса. Ребёнок выбирает карточку понравившегося цвета и выполняет задание.





### **Пальчиковая гимнастика.**

Она способствует развитию мелкой моторики и тактильной чувствительности, позволяет ребёнку учиться прислушиваться к своим ощущениям, влияет на развитие центра речи в головном мозге ребёнка; активизирует нервные окончания, находящиеся на кончиках пальцев



Мои дети ежегодно участвуют в «Веселых стартах» среди учащихся в зачет Всекубанской спартакиады школьников «Спортивные надежды Кубани» и являются победителями и призерами этих соревнований.



Данная система сложилась задолго до образовательных стандартов нового поколения, но она подтвердила актуальность здоровьесберегающих и здоровьеразвивающих технологий. Мои активные, подвижные, успешные ученики, на классе которых апробировалась данная система, неоднократные призёры районных и краевых спортивных и творческих конкурсов, 16 человек из 27 стали призёрами и победителями краевых предметных олимпиад. Сохранение и преумножение успехов объясняется слаженной работой дружного здорового коллектива, где всем и каждому здорово.