**«Использование здоровьесберегающих технологий для формирования познавательной активности на учебных занятиях»**

Преподаватель математики

ГАПОУ СО «ВМТ» г. Нижний Тагил

Орлова Ирина Сергеевна

Приоритетом современного образования, гарантирующим его высокое качество и результативность, является обучение, ориентированное на самосовершенствование и самореализацию личности.

На уроках и во внеурочное время опираемся на положение ФГОС, согласно которому на смену модели "образование-преподавание" пришло "образование-взаимодействие", когда личность ученика становится центром внимания педагога. Считаем, что сформированность у учащихся познавательных интересов позволяет им в полной мере проявить свои способности, развить инициативу, самостоятельность, творческий потенциал. Источником познавательного интереса выступает сам процесс деятельности. Поэтому именно деятельностный подход в обучении внедряем на уроках и во внеурочное время.

Но, чтобы обучающиеся активно принимали участие в познавательн6ой деятельности, как это не парадоксально, они должны быть здоровыми.

От учителя – основной фигуры педагогического процесса - в наибольшей степени зависит, какое влияние на здоровье учащихся оказывает их пребывание в школе, процесс обучения, насколько здоровье сберегающими являются образовательные технологии и вся внутришкольная среда.

***«Здоровье –не всё, но все без здоровья – ничто»***

***Сократ***

Здоровье ученика в норме, если:

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

Наша задача как педагогов: сделать урок таким, чтобы кроме приобретения знаний ученик приобрёл здоровье или хотя бы не потерял его. 1

В структуре урока и во внеурочное время, учителями начальной школы применяются различные способы и методы активизации учебной познавательной деятельности и элементы здоровье сберегающих технологий:

* **положительный эмоциональный настрой на уроке;**
* **оптимальный темп ведения урока;**
* **подача материала доступным рациональным способом;**
* **смена видов деятельности (читаю, слушаю, говорю, думаю, рассуждаю, пишу и т. д.);**
* **наглядность, использование ИКТ;**
* **физкультминутки, динамические паузы, гимнастика;**
* **дифференцированный подход в обучении;**
* **игра, игровые моменты;**
* **групповая работа, работа в парах;**
* **проектная деятельность;**
* **проведение нетрадиционных уроков;**

              1. Большое значение имеет микроклимат в группе, ведь студент только тогда будет с удовольствием ходить в СПО, если в чистом, уютном кабинете его встречает добрый взгляд учителя и его друзья-одногрупники. Очень важен **положительный эмоциональный настрой** перед началом урока - добрых пожеланий успешно усвоить тему.

         Положительный эмоциональный настрой на уроке снимает страх, создает ситуацию успеха.

        2. **Оптимальный темп проведения урока**, демократичный стиль общения позволяют учащимся сосредоточиться на работе, лучше усвоить материал. 2

            3. **Подача материала должна быть в доступной форме**, понятной, с учетом его возрастных особенностей.

* 1. **Смена видов деятельности** (работа у доски, с учебником, устно, в тетрадях и п. д.), разнообразие заданий, направлены на поддержание интереса и снятие повышенной утомляемости.
  2. **Наглядность,** используемая на уроке, способствует конкретизации изучаемого материала, повышает интерес учащихся.

  В качестве наглядности активно используют **компьютерные технологии.**

Провести урок интересным, увлекательным и добиться того, чтобы дети хорошо и прочно усваивали материал невозможно без компьютерных технологий.  
Они позволяют активизировать многие традиционные виды учебно-познавательной деятельности, облегчить понимание учащихся сути изучаемых зависимостей или отношений, превратить работу на уроке в увлекательное занятие по открытию нового. Компьютерные презентации используются учителями на различных этапах урока: для подачи нового материала, в качестве тренажёра при закреплении, для осуществления самоконтроля. Благодаря презентациям, дети, которые обычно не отличались высокой активностью на уроках, стали активно высказывать свое мнение, рассуждать. Мотивы обучения становятся более устойчивыми, появляется интерес к предмету.

Для наилучшего представления условия задачи и способа её решения можно использовать схему, решают задачи на движение. Экран притягивает внимание, которого мы порой не можем добиться при фронтальной работе с классом.

Особенно яркими и результативными с позиции информационных технологий получаются уроки физики, изобразительного искусства, технологии.

Так, использование ИКТ на уроках технологии упрощает инструктаж, появляется возможность продемонстрировать порядок выполнения работы, с помощью штриховки, стрелок можно обозначить необходимые линии, а затем вывести готовый результат. Причём ИКТ даёт возможность с помощью повторов отработать сложные этапы работы.

При использовании на уроке ИКТ структура урока принципиально не изменяется. Сохраняются все основные этапы, изменятся, возможно, только их временные характеристики. Отмечу, что этап мотивации в данном случае увеличивается и несет познавательную нагрузку. Это необходимое условие успешности обучения, так как без интереса к пополнению недостающих знаний, без воображения и эмоций немыслима творческая деятельность ученика. Использование ИКТ позволяет погрузиться в другой мир, увидеть его своими глазами. По данным исследований, в памяти человека остается 1/4 часть услышанного материала, 1/3 часть увиденного, 1/2 часть увиденного и услышанного, 3/4 части материала, если ученик привлечен в активные действия в процессе обучения. Компьютер позволяет создать условия для повышения процесса обучения: совершенствование содержания, методов и организационных форм.

* 1. Среди всех других возможностей оздоровительной работы большое значение имеют **физические упражнения**

            Еще в древности великий философ Аристотель утверждал, что: «Ничто так не истощает и не разрушает человека, как продолжительное физическое бездействие».

            Движение стимулирует процессы роста, развитие и формирование организма, способствует становлению и совершенствованию высшей психической и эмоциональной сферы, активизирует деятельность жизненно важных органов и систем, способствует повышению общего тонуса организма учащихся.

**Физкультминутки –** естественный элемент урока, который обусловлен физиологическими потребностями в двигательной активности человека. Они помогают снять утомление различных мышц, ослабить умственное напряжение, снять зрительное утомление.

На своих уроках я использую различные виды **гимнастики**

***Дыхательная гимнастика*** помогает повысить возбудимость коры больших полушарий мозга, активизировать детей.

***Гимнастика для глаз*** полезна в целях профилактики нарушения зрения, снятия напряжения с глаз.

Большое оздоровительное значение в режиме дня учащихся имеет подвижная перемена. Это хороший отдых между уроками; они снимают чувство усталости, тонизируют нервную систему, улучшают эмоциональное состояние и повышают работоспособность.

* 1. **Дифференцированный подход** в обучении позволяет учитывать индивидуальные способности и возможности обучающихся. Задания разного уровня активизируют познавательную активность детей.
  2. Применение **игровых технологий** на уроке в комплексе с другими приемами и методами организации учебных занятий укрепляет мотивацию на изучение предмета, помогает вызвать положительные эмоции, увидеть индивидуальность детей.

Учащиеся сами придумывают сказки, стихотворения на разную тематику, составляют ребусы, кроссворды, рифмованные задачки и др. Перспектива задать задания одноклассникам стимулирует активную познавательную деятельность.

* 1. Заслуживает внимания **коллективная форма познавательной деятельности.**Это такая форма, при которой коллектив обучает каждого, и в то же время каждый принимает активное участие в обучении всех других.

Р**абота в парах и группах.** Деление класса на группы помогает орга­низовать взаимопроверку работы друг друга и поднимает взаимную ответственность за вы­полнение заданий, а посильные индивидуальные задания каждому ученику в зависимости от его группы помогают слабому чувствовать свою значимость — он тоже выпол­няет посильную часть общей работы.

* 1. Отдельно хочется отметить **работу над проектами.**

Древняя мудрость гласит:

Скажи мне, и я забуду,

Покажи мне, я смогу запомнить.

Позволь мне это сделать самому,

И это станет моим навсегда.  
Действительно, **проект** - это и задание для учащихся, сформулированное в виде проблемы, и их целенаправленная деятельность, и форма организации взаимодействия учащихся с учителем и учащихся между собой, и результат деятельности как найденный ими способ решения проблемы проекта. Проектная деятельность, организованная в ходе управления познавательной деятельностью, помогает самостоятельно добывать знания, но не должна вытеснять классно-урочную систему. Проектное обучение следует использовать как дополнение к другим видам обучения. Метод творческих проектов наряду с другими активными методами обучения эффективно применяется в начальных классах.

* 1. **Проведение нетрадиционных уроков**очень нравится детям.

Наиболее распространенные типы нетрадиционных уроков:

* урок-кейс,
* урок-КВН,
* урок-путешествие,
* урок-спектакль,
* урок-викторина,
* урок-игра,
* урок - аукцион,
* урок-конференция,
* урок-соревнование,

**Нетрадиционные уроки** чаще имеют место при проверке и обобщении знаний учащихся, закреплении и повторении изученного материала.

Правильная организация обучения даёт возможность предотвратить перегрузки и усталость у школьников, активизирует познавательную деятельность, а также помогает детям осознать важность сохранения здоровья.

         В заключение, вслед за великим гуманистом и педагогом Ж.-Ж. Руссо, хочется сказать:

***«Чтобы сделать ребёнка умным и рассудительным, сделайте его крепким и здоровым».***