



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЛЕНИНАУЛЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №1»
368155 РД, Казбековский район с. Ленинаул**

« 25 » ноябрь 2024г.

**Отчёт
об использовании современных здоровьесберегающих технологий
в образовательном процессе
Узденовой Джамилат Ибрагимовны,
учителя родного языка и литературы
МКОУ «Ленинаульская СОШ №1 »**

Медицинские исследования последних лет свидетельствуют, что здоровье наших детей под угрозой. За годы школьного обучения и без того слабое здоровье ученика ухудшается. Каждый из нас знает, что сегодня в листе здоровья на предпоследней страничке журнала все меньше становится детей, у которых была бы запись «здоров». Поэтому одной из приоритетных задач нового этапа модернизации системы образования становится сбережение и укрепление нравственного, психического и физического здоровья учащихся, формирования у них ценности здоровья, здорового образа жизни. А для учителя на первый план выдвигается задача выбора образовательных технологий, устраняющих перегрузки и сохраняющих здоровье обучающихся.

Под здоровьесберегающими технологиями я понимаю систему мер по охране и укреплению здоровья учащихся, учитывающую важнейшие характеристики образовательной среды и условия жизни ребенка, воздействующую на их здоровье.

Работаю над проблемой «Здоровьесберегающие технологии на уроках биологии и во внеурочной деятельности». Изучала научную литературу по этой проблеме.

Посещала уроки своих коллег, знакомилась с методами и приемами здоровьесберегающей технологии через сеть Интернет. В настоящее время накопила достаточно опыта по использованию здоровьесберегающих технологий на уроках, во внеклассной деятельности. В своей работе использую упражнения из

«Гимнастики мозга» на утренней зарядке и физминутках, смена деятельности учеников в течение урока, дифференцированные задания, занимательные упражнения с историями о здоровье.

Важная составная часть здоровьесберегающей работы педагога – это **рациональная организация урока**. От соблюдения гигиенических и психолого-педагогических условий проведения урока в основном и зависит функциональное состояние школьников в процессе учебной деятельности. Показателем рациональной организации учебного процесса являются:

- объем учебной нагрузки – количество уроков и их продолжительность, включая затраты времени на выполнение домашних заданий;
- нагрузка от дополнительных занятий в школе;
- занятия активно-двигательного характера: динамические паузы, уроки физической культуры, спортивные мероприятия и т.п.

Для повышения умственной работоспособности детей, предупреждения преждевременного наступления утомления и снятия у них мышечного статического напряжения, я провожу **физкультминутки**, кроме того, определяю и фиксирую психологический климат на уроке, провожу эмоциональную разрядку, строго слежу за соблюдением учащимися правильной осанки, позы.

На своих уроках стараюсь использовать не менее четырех видов деятельности. Работу с наглядным материалом, работу с карточками, видеофрагменты, презентации и др. Разнообразные по форме уроки способствуют поддержанию интереса к предмету, а смена видов деятельности снижает утомляемость и напряженность. На своих уроках я отслеживаю здоровьесохраняющие компоненты учебного процесса: педагогические (организация мотивационной основы занятий, педагогически рациональная форма проведения уроков, активные методы обучения), физиологические (соблюдение санитарно-гигиенических норм, физиологически грамотное построение занятий), психологические (благоприятный эмоциональный фон занятий, создание ситуаций успеха).

Главный упор, который я делаю на уроках – это рациональная организация урока, использование активных методов и активных форм обучения.

К примеру, если в течение урока используется один вид деятельности или 30-35 минут занимает фронтальная работа, то это приведет к не восприятию материала.

Использую на уроках различные виды упражнений для профилактики близорукости, сколиоза, плоскостопия. Для создания хорошего настроения часто использую музыкальные фрагменты.

Кабинет в котором мы работаем способствует сохранению здоровья школьников. В кабинете был сделан ремонт. Парты расставлены в соответствии с нормами СанПиНа. Доска зеленого цвета благоприятно влияет на зрение детей. Доска снабжена дополнительным светильником. В кабинете есть компьютер, проектор, принтер, сканер. Все это помогает проводить интересные и запоминающиеся уроки, разнообразить методы и приемы. В кабинете есть растения, что создает уют и способствует очищению воздуха. Знакомимся с режимом дня школьника, изучаем основы здорового питания.

Из опыта своей работы я могу сделать вывод, что, применяя разнообразные средства, приемы и методы активизации деятельности учащихся, чередуя их

согласно требованиям здоровьесберегающей педагогики, используя знания о природном потенциале ученика, включая в работу все каналы восприятия (аудиальные, визуальные, кинестетические), мы не только сохраняем здоровье наших учеников, но и способствуем развитию их интеллектуальных возможностей. Такой подход к обучению и воспитанию способствует включению каждого ребенка в процесс познания, делая обучение комфортным и успешным. Это способствует формированию ребенка как личности, как субъекта учебного процесса, способного к самообучению. У ребенка формируются не только знания, но и система умений и навыков по добыванию знаний. Основные задачи учителя, работающего над формированием здоровьесберегающей среды, заключаются в том, чтобы подготовить ребенка к самостоятельной жизни, вырастить его нравственно и физически здоровым, научить грамотно, ответственно и эффективно сохранять здоровье.

Директор МКОУ «Ленинаульской СОШ №1»



Х.Н.Аскендерова