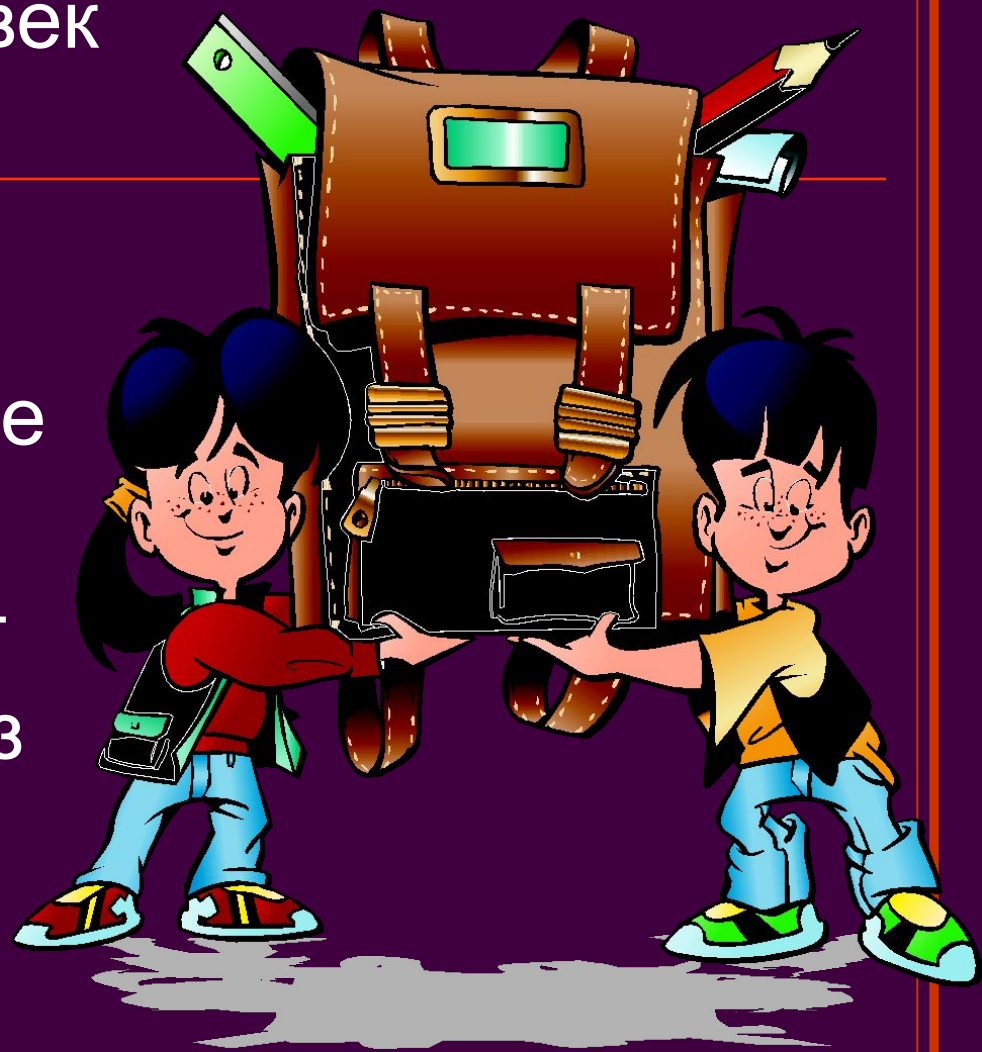


# Здоровьесбережение на уроках математики

---



Многие годы человек  
проводит в стенах  
образовательных  
учреждений, и  
поэтому ценностное  
отношение к  
здоровью не может  
формироваться без  
участия педагогов



# Заказ общества

---

« Прежде, чем сделать ребёнка умным и сообразительным – сделайте его здоровым»!

*Ж.Ж. Руссо*

# Цифры, цифры...

---

- Только 14% детей школьного возраста здоровые;
- 50% имеют функциональные отклонения;
- 35 – 40% - хронические заболевания;
- У каждого четвертого выпускника - паталогия сердечно – сосудистой системы;
- У каждого третьего – близорукость, нарушение осанки;
- 50% нуждаются в помощи психолога.

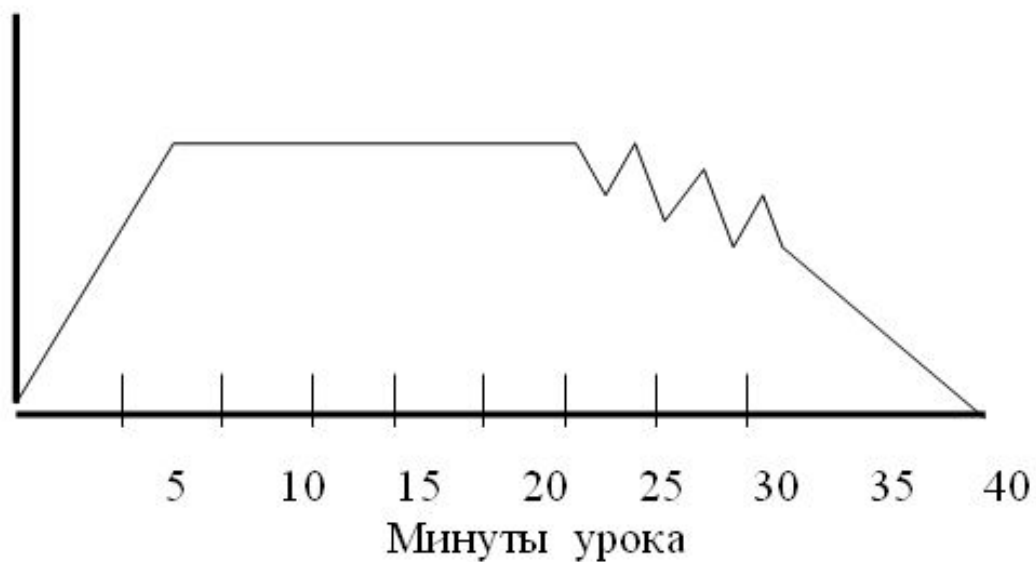
# В чём причина?

---

- Интенсификация учебного процесса;
- Стрессовые последствия авторитарной педагогики;
- Несоблюдение элементарных физических и гигиенических требований к организации учебного процесса.

# *Динамика работоспособности на уроке (для среднего и старшего звена)*

*Динамика работоспособности на уроке (для среднего и старшего звена)*



# Динамика работоспособности в течение дня

- **Первый пик** с 10 до 12 час. дня;
- **Второй пик** с 16 до 18 час.



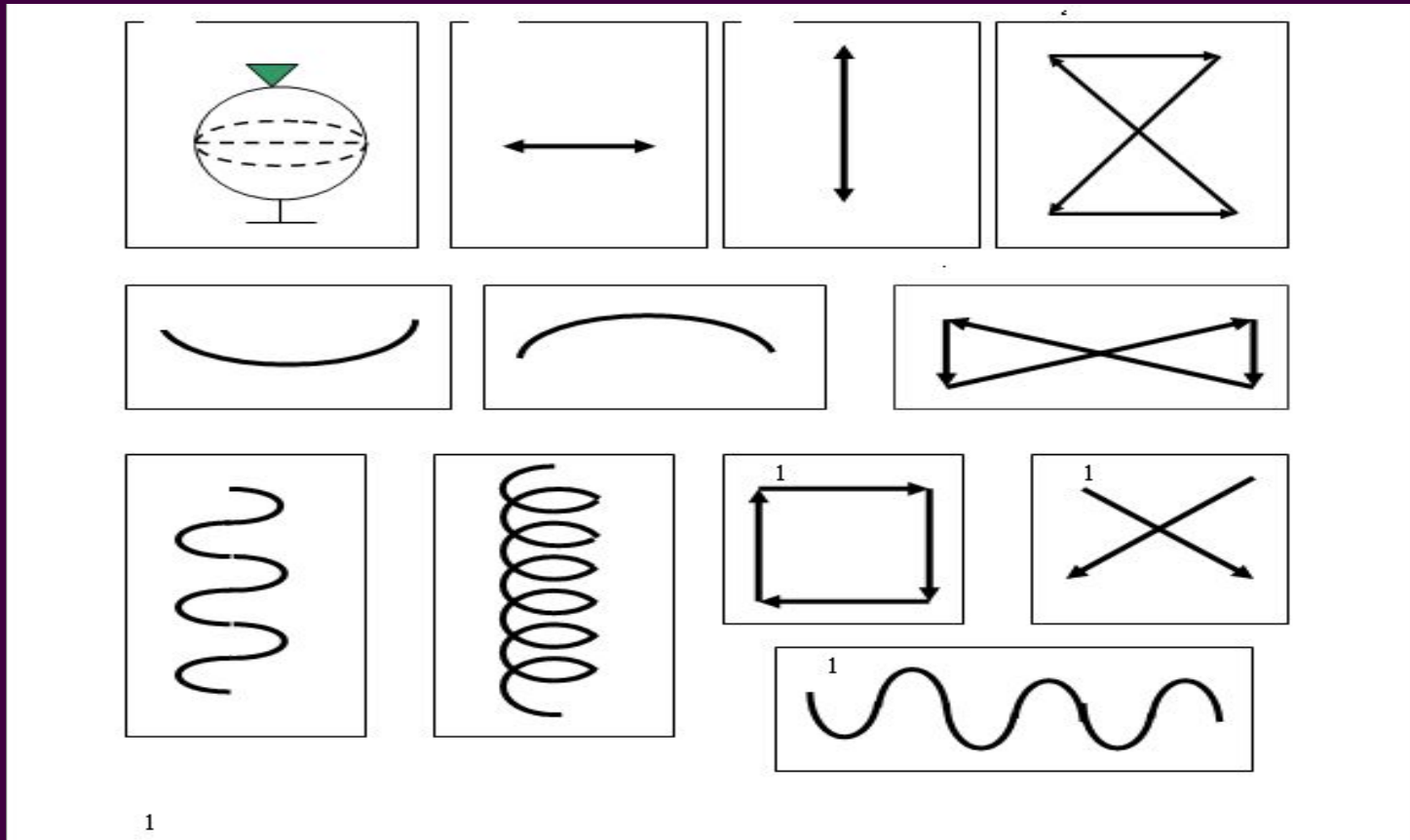
# Подготовка к уроку

---

- « Радуга»
- Цвет одежды;
- Входите в класс первыми;
- Дайте выйти предыдущему классу.



# Гимнастика для глаз



# Здоровый психологический климат

---

- I уровень квалификации (самый низкий).
- II уровень квалификации.
- III уровень квалификации.
- IV уровень квалификации (самый высокий уровень мастерства).

# *Уровень квалификации* (самый низкий)

---

Учитель игнорирует эмоциональные проявления учеников, вызывая тем самым их враждебность;

Его собственные высказывания не соответствуют его чувствам, они не искренни, за исключением тех случаев, когда он осуждает или ругает кого-то.



## *II уровень квалификации*

---

Учитель реагирует не на истинные чувства ученика, а на те, которые он сам ему приписывает;

В высказываниях иногда бывает искренним, но положительные эмоции старается не обнаруживать.



## *III уровень квалификации.*

---

Учитель реагирует на поверхностные чувства ученика, но делает это довольно точно и часто;

Не боится выражать и положительные, и отрицательные чувства, но не подтверждает это словесными высказываниями.



## *IV уровень квалификации* (самый высокий уровень мастерства)

---

Учитель реагирует на скрытые, глубинные чувства ученика, помогая тем самым ему осознать, почему он чувствует то, что чувствует;

Проявляя искреннюю (и положительную, и отрицательную) реакцию как на вербальном, так и на невербальном уровнях, причём отрицательная реакция не унижает чувства собственного достоинства ученика.



# Ключ к мини - тесту

---

- Если выбрано 5 или более букв **В**, то учитель стоит на позиции гуманистической педагогики, интуитивно находит свои способы и приёмы такого взаимодействия с детьми, которое не задевает их чувства собственного достоинства и сохраняет внутреннюю свободу. Зачастую такому учителю просто не хватает конкретных практических знаний.
- Если выбрано 3 – 4 буквы **В**, то какие-то положения гуманистической психологии могут показаться учителю неприемлемыми, возможно, из-за сомнений в их эффективности, хотя в целом гуманистические установки ему не чужды.
- Если выбраны две и менее букв **В**, учитель внутренне убеждён в том, что только с позиции «твёрдой руки» можно по настоящему эффективно взаимодействовать с детьми и подростками, он не верит в то, что ребёнок способен делать самостоятельные конструктивные выборы.

# Мониторинг

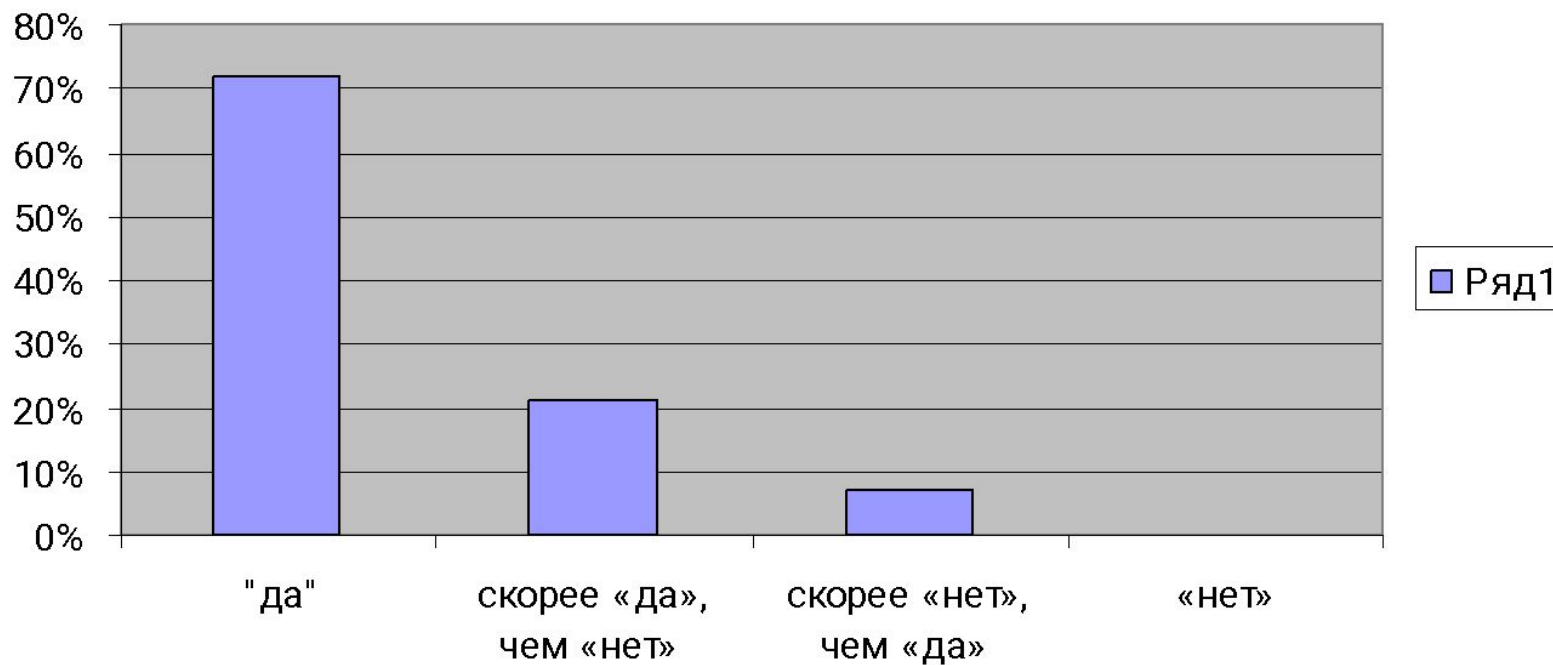
---

Для того чтобы здоровьесберегающая направленность урока не носила декларативный характер, необходимы отслеживание и оценка деятельности педагога на уроке. Наиболее эффективным способом отслеживания вклада учителя в здоровьесбережение является мониторинг, средства мониторинга использую для самооценки своей деятельности.



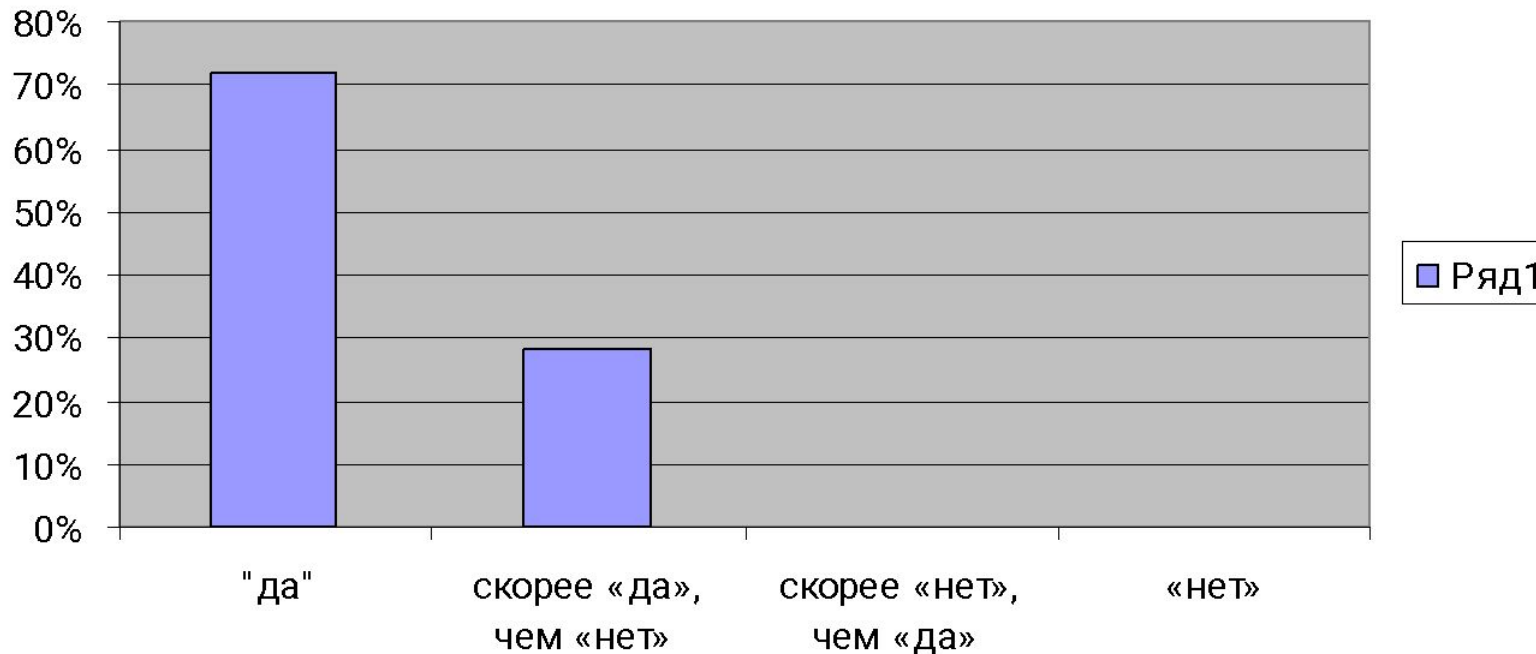
# Результаты мониторинга в 10 а классе

## На уроке я чувствую себя уверенно



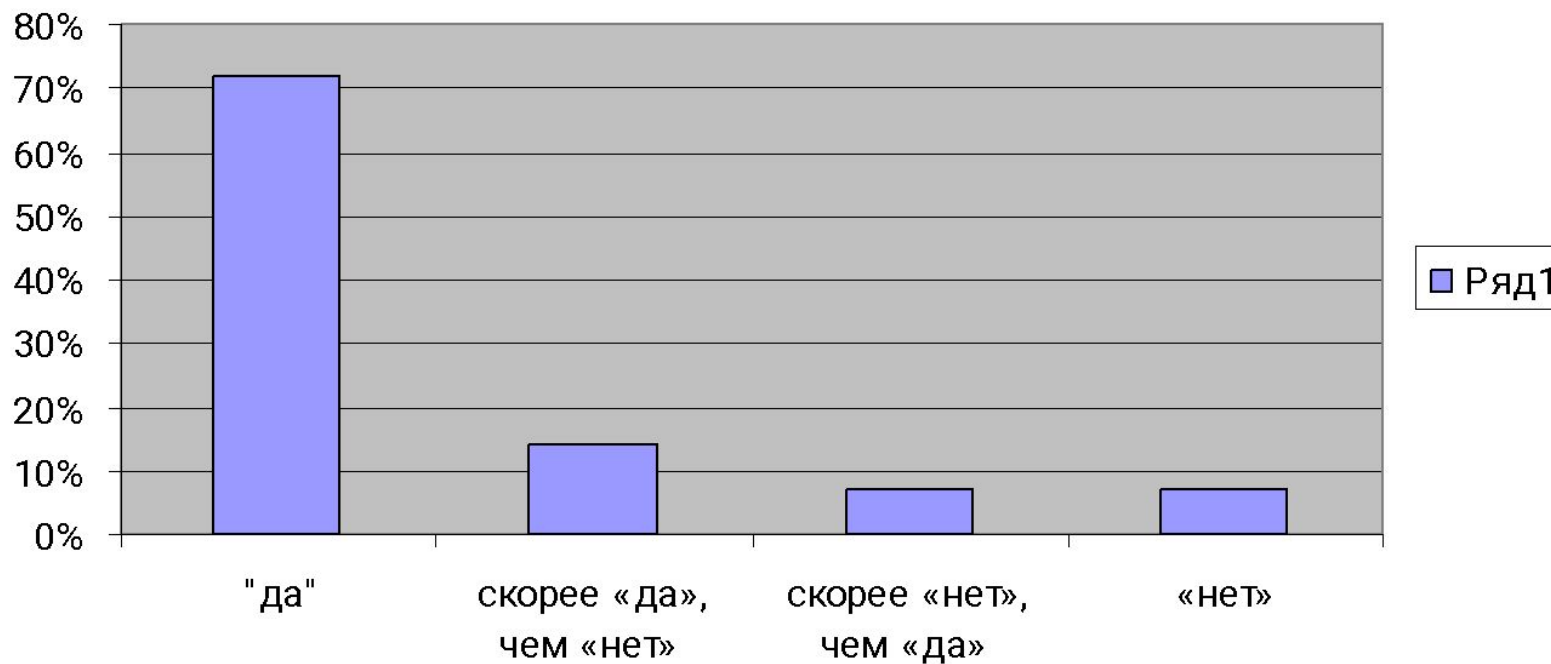
# Результаты мониторинга в 10 а классе

На уроке я не боюсь высказывать своё мнение



# Результаты мониторинга в 10 а классе

## На уроке я не чувствую себя усталым



# Концепция здоровьесбережения

---

Рассмотрим концепцию здоровьесбережения в форме структурно-логической схемы: цель – принципы – средства – результаты - условия.

# ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЕ ОБУЧЕНИЕ

---

направлено на создание условий для укрепления и развития как психического, так и физического здоровья учащихся и воспитанников.

# ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЕ ОБУЧЕНИЕ

---

- *опирается*

на научность, креативность, личностно-деятельностный подход, системность, природосообразность, преемственность, вариативность, прагматичность (практическая ориентация).

# ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЕ ОБУЧЕНИЕ

---

- *достигается*  
*через создание благоприятного*  
*психологического фона на уроке;*  
*использование приемов, способствующих*  
*появлению и сохранению интереса к*  
*учебному материалу; создание условий для*  
*самовыражения учащихся; инициацию*  
*разнообразных видов деятельности;*  
*предупреждение гиподинамии.*

# ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЕ ОБУЧЕНИЕ

---

*приводит*

к предотвращению усталости и утомляемости; повышение мотивации к учебной деятельности; прирост учебных достижений.



# ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЕ ОБУЧЕНИЕ

---

- *зависит*

от личного примера педагога;  
применения специальных  
педагогических технологий,  
использования эффективных средств  
самооценки деятельности педагога на  
уроке.

---

На уроке применяю  
специальные  
педагогические  
технологии в  
обеспечении  
здоровьесбережения  
на уроке.

# 1. Технология личностно-ориентированного обучения

предполагает развитие личностных (социально-значимых) качеств учащихся посредством учебных предметов. Спектр социально-значимых качеств достаточно разнообразен: мыслительные, речевые, поведенческие, коммуникативные, творческие, физические, эмоционально-чувственные. Важно подчеркнуть, что личностно-ориентированный подход создает оптимальные условия для самовыражения учащихся, поскольку самовыражение в данном случае выступает в роли эффективного способа закрепления тех или иных личностных качеств.

## 2. Технология дифференцированного, в том числе индивидуализированного обучения

- опирается на изучение особенностей человека (социально-демографических, социально-психологических, индивидуально-личностных, экзистенциально-личностных). Ее цель – оказание психологической и методической помощи учащимся в том, чтобы они были успешными в учебной деятельности. Следовательно, применение данной технологии позволяет осуществлять, прежде всего, учет особенностей аудитории, а также создавать условия для самовыражения учащихся, подбирать приемы, влияющие на появление и сохранение интереса к учебному материалу.

### 3. Технология проблемного обучения

---

предполагает постановку развивающей цели, формулирование проблемной ситуации или проблемного вопроса, а также поиск вариантов решения. Данная технология создает условия для самовыражения учащихся, учета особенностей аудитории, разнообразия учебной деятельности, а также позволяет использовать разнообразные приемы, способствующие появлению и сохранению интереса к учебному материалу.

## 4. Технология ненасильственного обучения

содержит информацию о психологических и педагогических средствах ненасильственного воздействия на человека. Владение этой технологией помогает педагогу уйти от авторитарного стиля управления на уроке, дает возможность увлечь, заинтересовать учащихся учебным материалом, побуждать их к размышлению, а также позволяет использовать разнообразные формы коллективной мыслительной деятельности, способствует созданию благоприятного психологического микроклимата, сохранению интереса к учебному материалу, влияет на предупреждение гиподинамии через разнообразные формы коллективной деятельности.

## 4. Технология эффективной речевой деятельности

---

позволяет управлять речью. Владея этой технологией, учитель способен постоянно отслеживать качество, как своей речи, так и речи учащихся, причем независимо от того, какой предмет он преподает. Данная технология помогает педагогу создавать благоприятный психологический микроклимат главным образом через этикетность речи.

## 5. Технология диалогового обучения

дает возможность педагогу строить урок на диалоговой основе, т.е. превратить урок в пространство эффективного общения, где реализуются такие грани диалога как: информативная (информационный обмен), интерактивная (организационный аспект общения), эмотивная (эмоциональный контакт), конативная (обратная связь), креативная (обмен идеями), биоэнергетическая (энергетический обмен). Это означает, что на уроке приоритетными становятся такие тенденции как взаимоуважение, взаимопонимание, взаимообогащение, взаимодополнение, взаимоподдержка. Следовательно, создаются условия для самовыражения учащихся, учета особенностей аудитории, благоприятного психологического фона, использования приемов, влияющих на появление и сохранение интереса к учебному материалу, активизации разнообразных видов деятельности.



## 6. Технология рефлексивного обучения

---

содержит информацию о рефлексии, ее сущности, этапах, видах. Используя данную технологию, учитель имеет возможность отслеживать в процессе урока уровень понимания учащимися учебного материала, особенности их психологического состояния (степень усталости, утомляемости, заинтересованности), отношение к изучаемому материалу и уроку в целом посредством обратной связи. Названная технология помогает создать условия для самовыражения учащихся, инициирует разнообразные виды деятельности.

# Метод проектов

---

Во все эти технологии как нельзя лучше вписывается метод проектов, который в свою работу я внедряю на протяжении трёх лет.