

***Здоровьесберегающие
технологии на уроках русского
языка***

Русский язык один из самых сложных предметов в школе



применение здоровьесберегающих технологий просто необходимо.

Здоровьесберегающее обучение возможно через:

- - **учет особенностей класса в целом и каждого ученика в отдельности;**
- - **использование на основе этого лично-ориентированных методик и технологий;**
- - **создание условий для самовыражения учащихся;**
- - **инициацию разнообразных видов деятельности;**
- - **предупреждение гиподинамии;**
- - **использование содержания учебных упражнений в воспитательных целях.**

Чередование видов работы

- **Игровые моменты,**
- **работу с учебником (устную или письменную),**
- **комментированное письмо,**
- **выполнение небольших творческих заданий.**

Текст

В Древней Греции огромное значение придавали силе и красоте гармонически развитого тела. Недаром именно здесь зародились олимпийские игры... Это было одно из наиболее почитаемых празднеств Эллады. Победители олимпийских игр пользовались исключительным почётом и уважением. В их честь сочинялись хвалебные оды, им ставились памятники. Спортсмены освобождались от налогов и пожизненно обеспечивались питанием за счёт государства. Олимпийские игры считались праздником мира. Во время их проведения прекращались все военные действия между враждовавшими государствами.

Словарь «Мудрых мыслей»

“Пешком ходить - долго жить”,

**“Будешь двигаться - через хребет
перевалишь,**

«Будешь сидеть - в яму скатишься»,

**“Систематически заниматься
спортом - значит заботиться о
своём здоровье”,**

**“Воздух, солнце и вода – три кита
здоровья”**

Варианты заданий

I. Напишите 5-7 спортивных игр, героем которых является мяч.

II. Запишите предложение, заменив один из причастных оборотов придаточным определительным.

Великий философ Платон, всю жизнь занимавшийся гимнастикой, называл хромыми людей, пренебрегавших ежедневной тренировкой мышц.

Творческий словарный диктант.

- 1. Вид спортивной гимнастики (аэробика)**
- 2. Система физических упражнений, способствующая общему развитию организма и укреплению здоровья (гимнастика)**
- 3. Расслабление и снятие психического напряжения (релаксация).**
- 4. Правила времяпровождения (распорядок дня)**

Текст

Очень полезно и приятно посмотреть на аквариум с разноцветными рыбками. Плавно раскачивающиеся водоросли и плавающие рыбки погружают нас в состояние невесомости. Всё наше тело медленно расслабляется, кровеносные сосуды расширяются, сердце начинает биться ровнее, полностью исчезают напряжение в теле и головная боль. Аквариум - прекрасное средство от страха в зубном кабинете.

Внедрение в обучение здоровьесберегающей технологии ведет к снижению показателей заболеваемости детей, улучшение психологического климата в коллективах. Учителям, освоившим эту технологию, становится и легче и интереснее работать, поскольку исчезает проблема учебной дисциплины и происходит раскрепощение учителя, открывается простор для его педагогического творчества.