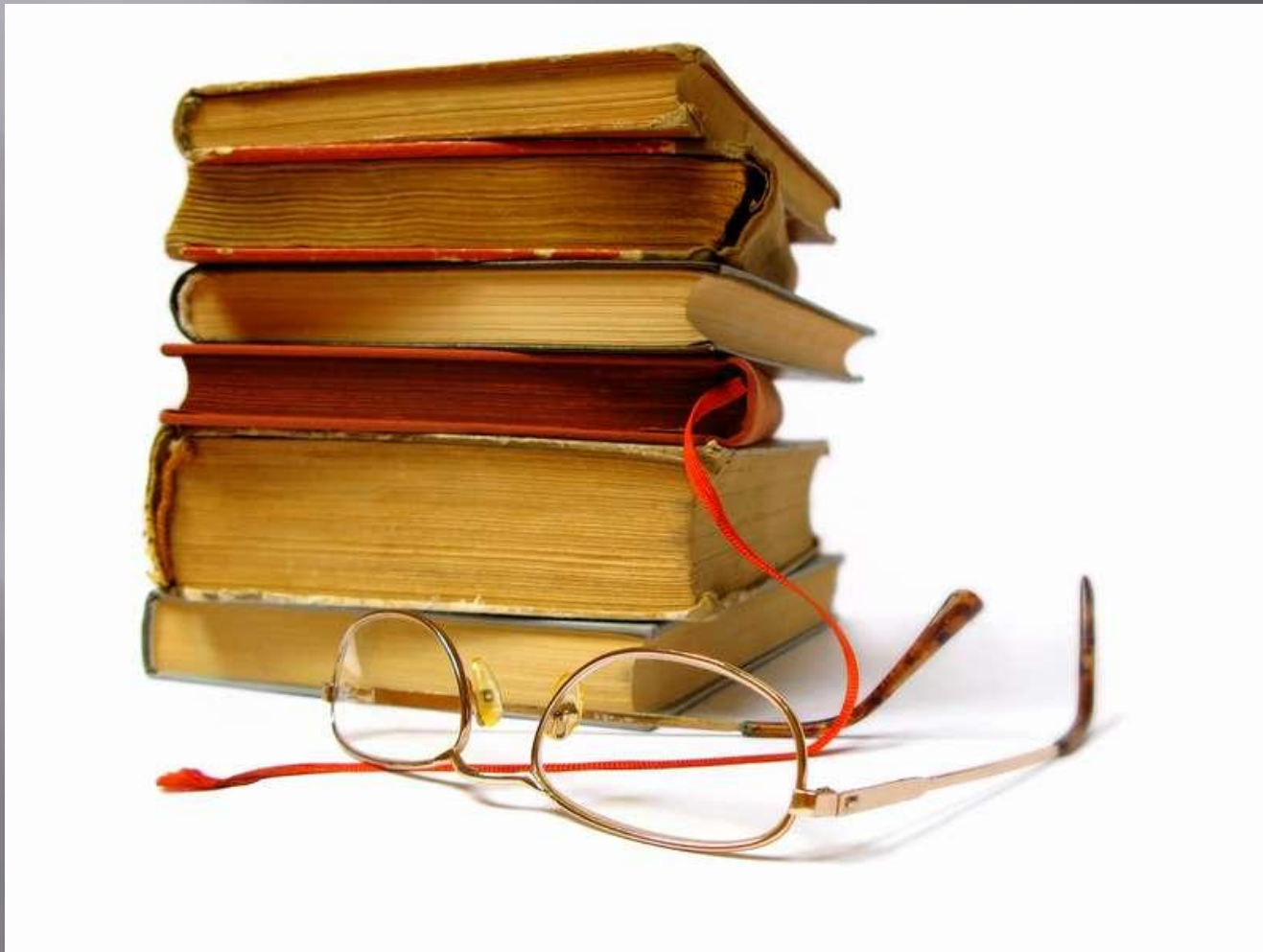


Здоровьесберегающие технологии на уроках русского языка



Русский язык в системе народного образования

Русский язык один из самых сложных предметов в школе

применение здоровьесберегающих технологий просто необходимо.



Восемь заповедей



Словарь мудрых мыслей:

- ▣ “Здоров на еду, да хил на работу”,
- ▣ “Больному и мёд не вкусен, а здоровый и камень ест”, “После обеда полежи, после ужина походи”,
- ▣ “Кто жаден до еды, тот дойдёт до беды”,
- ▣ “По яблоку в день – и доктор не нужен”,
- ▣ “Ешь просто - доживёшь лет до ста”.

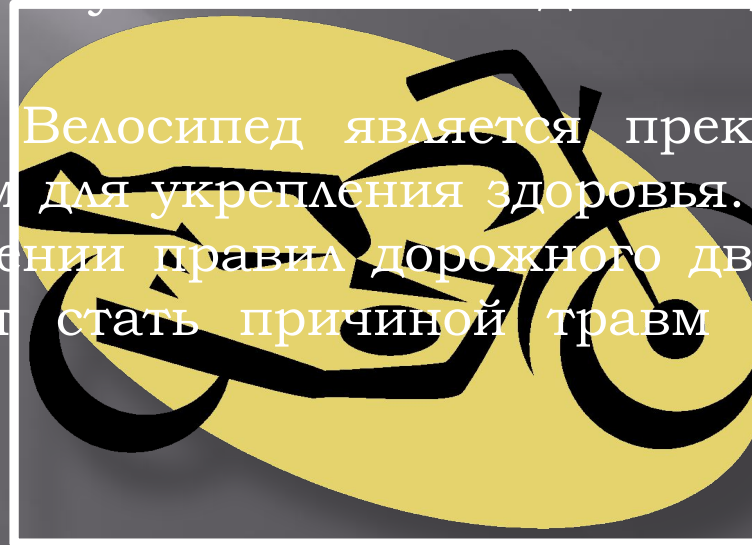


Работа над текстом



В некоторых странах, например, в Индии, Вьетнаме, основное транспортное средство – велосипед. У него много поклонников в России. Лев Николаевич Толстой, как известно, научился велосипедной езде в 67 лет.

Велосипед является прекрасным средством для укрепления здоровья. Но при несоблюдении правил дорожного движения он может стать причиной травм и даже смерти.



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.

Творческий словарный диктант

- ▣ *Дайте определение выражениям.*
- ▣ 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)





- **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” .

- 1. Напишите 5-7 спортивных игр, героем которых является мяч.
- 2. Запишите предложение, заменив один из причастных оборотов придаточным определительным.
- **Великий философ Платон, всю жизнь занимавшийся гимнастикой, называл хромыми людей, пренебрегавших ежедневной тренировкой мышц.**

Результативность

- Цель таких уроков – обогащение словарного запаса учащихся, закрепление орфографических и пунктуационных навыков на материале, который поможет детям грамотно заботиться о своём здоровье, предупредить вредные привычки, будет способствовать их стремлению к здоровому образу жизни.
- Такие уроки повышают интерес к предмету, помогают установить доверительные отношения с детьми, максимально использовать индивидуальные особенности и способности учащихся для повышения результативности их обучения.

Здоровьесберегающее обучение возможно через:

- - учет особенностей класса в целом и каждого ученика в отдельности;
- - использование на основе этого личностно-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.**

Снятие напряжения



■ Психологическая страница.

■ Словарь мудрых мыслей:

- “Хороший смех оздоравливает душу”,
- “Здоровый сон – прекрасное самочувствие днём”,
- “Улыбка – лучшая таблетка”.

■ 3. Текст для орфографического разбора.

- Очень полезно и приятно смотреть 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.





posted at o-priode.com

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.

