

ИГРА КАК ЗДОРОВЬЕ СБЕРЕГАЮЩИЙ ФАКТОР

Дегтярева Т.В.,

Научный руководитель преподаватель естественнонаучных дисциплин

Кривенко Т.А.

Канский педагогический колледж

Образовательный процесс в условиях меняющегося современного мира постоянно усложняется и требует от учеников большого умственного и нервно-психического напряжения. За период обучения в школе происходит значительное ухудшение здоровья детей. По данным исследований, 25-30% детей поступающих в 1 класс имеют отклонения в здоровье. А по окончании школы лишь 10% выпускников считаются здоровыми, 40% имеют различные хронические патологии, а у каждого второго школьника выявлено сочетание нескольких хронических заболеваний. Поэтому проблема здоровья детей, сегодня как никогда актуальна.

В настоящее время можно с уверенностью утверждать, что именно учитель в состоянии сделать для здоровья современного ученика больше, чем врач. Учитель должен работать так, чтобы обучение в школе не наносило ущерба здоровью учащихся.

Здоровье- это радость для больших и маленьких, залог счастливой и благополучной жизни ребенка в гармонии с миром в будущем.

Сухомлинский В.А. справедливо указывал: «от здоровья и жизнерадостности детей зависит их духовная жизнь, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы, успешность обучения».

Исследования показывают, что традиционная организация образовательного процесса создает у школьников постоянные стрессовые перегрузки, которые приводят к «поломке» механизмов саморегуляции физиологических функций и способствует снижению работоспособности, быстрой утомляемости, рассеянному вниманию. Это позволяет говорить о большом здоровьезатратном характере, существующем в системе школьного образования. Поэтому уже на этапе адаптации к школе перед учителем начальных классов встает проблема: как развивать умственную деятельность учащихся, не нанося вреда их здоровью? Существует много секретов хорошего самочувствия и высокой активности учащихся начальных классов в учебном процессе, и одним из таких процессов является игра.

Игра – это необходимый способ обучения детей в начальный период освоения ими знаний, умений и навыков учебного типа.

В настоящее время игра является не только одной из форм обучения младших школьников, но и важным здоровьесберегающим фактором. Подготовка к здоровому образу жизни ребенка на основе здоровьесберегающих технологий (игр) должна стать приоритетным направлением в деятельности каждого образовательного учреждения для детей младшего школьного возраста, для каждого учителя начальной школы.

Педагогическая игра обладает четко поставленной целью обучения и соответствующим ей педагогическим результатом, которые могут быть обоснованы, выделены в ясном виде и характеризующиеся учебно-познавательной направленностью. И в то же время игра способствует сохранению высокой работоспособности в течение урока, снятию мышечного и интеллектуального напряжения, утомления.

Смирнов Н.К. указывает на то, что здоровьесберегающие технологии – это технологии, использование которых в образовательном процессе идет на пользу здоровья учащихся, направляет на воспитание у учащихся культуры здоровья,

мотивации на ведение здорового образа жизни. Это правильно организованный школьный режим, режим дня школьника, правильное питание, здоровье на уроке.

Период обучения детей младшего школьного возраста, явление особенно интенсивное и имеет большое значение для дальнейшего развития личности, поскольку все последующие фазы развития основаны на этой стадии, и применение игровой технологии в младшем школьном возрасте должно занимать ведущее место в учебном процессе начальной школы.

Это говорит о том, что использование здоровьесберегающих технологий приводит к необходимости проведения занятий средствами технологии игровой деятельности.

Во время практики пробных уроков мы проводим нетрадиционные уроки – игры по окружающему миру. Игровой замысел этих уроков позволяет не только лучше усвоить учебный материал, но и снять физическое и интеллектуальное напряжение, и в течение всего урока иметь высокую работоспособность.

Здоровьесберегающие игры мы используем и при организации динамических пауз на уроке. Известно, что просидеть на уроке 45 минут довольно сложно не только первокласснику, но и старшекласснику. Наблюдения показывают, что у младших школьников и, особенно у первоклассников, первые 15 минут урока, работоспособность наиболее высока, а после 30 минут работоспособность снижается. И именно в это время на помощь приходят физ. минутки – игры.

Нами были проведены такие здоровьесберегающие игры, как: «Дрессированный кузнечик», «Подари другу тепло», «Озорные хлопки», «День ночь», «Карлики-великаны».

Использование игровых технологий носит комплексный характер. Во – первых, оно направлено на оптимальное усвоение учебного материала. А во – вторых, помогает предотвратить переутомление.

При использовании здоровьесберегающих технологий на уроке можно не только сохранить, но и укрепить здоровье ребенка, а так же сформировать целостную личность ребенка.

Поэтому учитель должен быть компетентен в вопросах о здоровье, и о том, как нужно правильно строить педагогический процесс, чтобы не навредить ребенку, а способствовать раскрытию его индивидуальности, помогать себя реализовывать и полноценно развивать.