

Опыт использования здоровьесберегающих технологий

А.Н. Дибленкова

Здоровье – самый драгоценный дар, который человек получает от природы. Психическое и физическое состояние подрастающего поколения – важный показатель благополучия государства. Он не только отражает современное состояние общества, но и даёт прогноз его будущего.

Ухудшение состояния здоровья населения, особенно детей, наблюдаемое в последние годы, стало большой проблемой для России. По этой причине основная образовательная программа начального общего образования, в соответствии с требованиями ФГОС, определяет содержание и организацию образовательного процесса на ступени начального общего образования и нацелена на сохранение и укрепление здоровья учащихся. Актуальность данной проблемы обусловлена потребностью человека, общества и государства в здоровьесберегающем образовании. И педагогическая общественность понимает, что учитель может сделать для здоровья школьника гораздо больше, чем врач.

В своей работе я большое значение придаю здоровьесберегающим технологиям: они реально помогают сохранить здоровье ребёнка и приучить его к активному и здоровому образу жизни. Для реализации этих целей я использую различные методики и приёмы: практический метод, познавательную игру, ситуационный метод, игровой и соревновательный метод и др. И выбираю средства, соответствующие конкретным условиям работы: элементарные движения во время занятий, различные виды гимнастики (пальчиковая, корригирующая, дыхательная, для профилактики ОРВИ, для бодрости), самомассаж, тренинги, «Минутки покоя», подвижные перемены, тематические

праздники здоровья, витаминотерапию и т.д.

Здоровьесберегающий урок представляет собой обучение, происходящее в зоне интересов ребёнка. Такой урок не ведёт к утомлению или снижению работоспособности учащихся, не является для них стрессогенным. Внимание коллег хочу предложить свою форму здоровьесберегающего урока на примере математики, который даст представление об эффективности применения здоровьесберегающих технологий.

Тема урока: Таблица умножения. Деление на 8 и 9.

Цели урока:

1) составление и заучивание таблицы умножения и деления на 8 и 9;

2) выведение формулы здоровья.

Задачи урока:

1) выявить новые табличные случаи умножения на 8 и 9;

2) связать их с делением, опираясь на знание взаимосвязи между множителями и произведением;

3) пополнить знания о космосе и профессии космонавта;

4) продолжить работу над решением задач на кратное сравнение;

5) развивать позитивный настрой на приобретение новых знаний;

6) воспитывать желание быть здоровым и умение заботиться о здоровье окружающих.

Оборудование: модели квадратной таблицы умножения, карточки со словами и буквами, рисунки планет, луны, словарь С.И. Ожегова, звёздочки, солнышко с лучиками, цветные карандаши, мультимедийная установка, слайды, конверт с геометрическими фигурами.

Ход урока.

I. Организационный момент.

– Ребята, у нас сегодня праздник. К нам пришли гости! А гостям принято дарить самое дорогое, что есть у хозяина. Представьте, что у вас в ладошках любимая чашка, наполненная крепким здоровьем, добротой, чудесным настроением. Поделитесь этим со всеми присутствующими. (Дети протягивают руки и сдувают.)

Встало солнышко давно.
Заглянуло к нам в окно.
На урок торопит нас –
Математика сейчас.

– А девизом нашего урока я предлагаю взять такие слова (слайд 1):

Я умею думать, я умею рассуждать,
Что полезно для здоровья,
То и буду выбирать.

– Оцениваем ответы звёздочками: красной, жёлтой, зелёной.

II. Актуализация знаний.

Прочитайте дату (12.04 – слайд 2).

– Что это за дата? (*День космонавтики.*)

– А откуда вы это знаете? (*Уроки окружающего мира, читали в энциклопедии, беседовали на классном часе, были на экскурсии в библиотеке.*)

– Да, мы много говорили об этом и ещё будем говорить в преддверии такого замечательного праздника. (Появляется портрет Юрия Алексеевича Гагарина.) 50 лет назад Ю.А. Гагарин открыл новую и очень нужную профессию – космонавт. Как вы думаете, почему именно Гагарин стал космонавтом, ведь было много желающих полететь в космос? (*Выбрали самого смелого, сильного, умного и здорового.*)

– Ребята, а давайте покажем свой ум, смекалку, стремление быть сильными и здоровыми, как космонавты.

– Найдите сумму цифр этой даты. (7.)

– Произведение каких множителей равно этому числу? ($7 \cdot 1$, $1 \cdot 7$.)

– А одним из множителей может быть данное число, если произведение не равно ему? (*Да.*)

– И что тогда получится? (*Таблица умножения на 7.*)

– А мы её уже знаем? (*Да.*)

– Проверим.

Даны табличные случаи умножения и деления на 7. Выберите правильный ответ (слайд 3).

– С какой целью мы выполнили это задание? (*Проверить знание таблицы умножения и деления на 7.*)

III. Постановка учебной проблемы.

– Какое задание вы можете предложить, глядя на эти выражения? (Слайд 4.)

2 · 6	7 · 2	2 · 9	4 · 2
8 · 8	9 · 8	9 · 9	9 · 8
5 · 4	3 · 3	6 · 4	3 · 4

– Что для этого надо вспомнить? (Таблицу умножения.) Решаем «цепочкой».

– Почему нет ответов во 2-й строке? (Ещё не учили.)

– А кто хочет узнать ответы выражений 2-й строки?

– А нужно ли их запоминать? Для чего? (Таблица умножения на 8 и на 9.)

– Сформулируйте тему урока. (Таблица умножения и деления на 8 и на 9.)

– А почему умножения и деления? (Эти действия взаимосвязаны.)

– Сверим с формулировкой в учебнике на с. 46. (Дети читают.)

– К какой же цели мы будем с вами стремиться? (Составить и постараться запомнить таблицу умножения и деления на 8 и 9.)

– Ребята, а я хочу предложить сегодня на уроке вывести формулу. А что такое «формула», мы узнаем у нашего друга – «Толкового словаря» С.И. Ожегова. (Зачитывает ученик.)

Учитель показывает на доску, где прикреплены чистые листы бумаги.

– Пока эта формула закрыта. Но я надеюсь, мы откроем её, подобно тому, как космонавты открывают свои космические формулы. Вот ещё одна цель урока. Согласны?

Учитель прикрепляет карточку со словом «Цель» под одним из чистых листов.

IV. Открытие нового знания.

– Внимательно посмотрите на № 1 на с. 46.

– Почему таблица умножения на 8 начинается со случая $8 \cdot 8$, а не $8 \cdot 1$, а таблица умножения на 9 со случая $9 \cdot 9$, а не $9 \cdot 1$? (Мы уже знаем предыдущие случаи.)

– Возьмите модели квадратной таблицы умножения и раскрасьте зелёным цветом уже известные вам случаи умножения на 8, а жёлтым – новые. Но при выполнении письменных работ помните очень важные и нужные слова доктора-хирурга о том, как выглядит человек с правильной осанкой. Прямая спина, расправленные плечи – это ваше здоровье.

Учитель прикрепляет карточки со словами «Доктор», «Осанка».

– А теперь проговорите друг другу новые табличные случаи на 8.

– Раскрасьте зелёным изученные табличные случаи на 9, а новые – жёлтым.

– Проговорите их друг другу. ($9 \cdot 9 = 81$.)

– Перенесём с комментированием полученные результаты в таблицу в учебнике № 1. (Дети по одному комментируют, а все пишут.)

– Свяжем табличные случаи умножения с делением.

– Если $8 \cdot 8 = 64$, то $64 : 8 = 8$, так как если произведение разделить на один из множителей, то получится другой множитель.

– Глядя на получившуюся таблицу, сделайте вывод о том, как зависят друг от друга компоненты и результаты умножения и деления. (При увеличении одного из множителей произведение увеличивается, а при уменьшении – уменьшается. При увеличении делимого частное увеличивается.)

– Ребята, а с какой целью мы выполнили такую большую работу? (Составили таблицу умножения и деления на 8 и 9 и теперь сможем ею пользоваться при вычислениях.)

Чтоб глазки зорче были
И в очках чтоб не ходить,
Эти лёгкие движенья
Предлагаю повторить.

Учитель прикрепляет карточку со словом «Зрение» (слайд 5).

1. Первичное закрепление.

– Ребята, а с какой целью выращивают комнатные растения? (Для того, чтобы дышать чистым воздухом.)

– Посмотрите на наши земные «иллюминаторы» – окна. На них приземлились звёздочки, чтобы подышать чистым воздухом.

Учитель прикрепляет карточку со словом «Воздух».

– Дети из 1-го ряда подойдут к первому окну, снимут любую звёздочку и займут свои места, из 2-го ряда – ко второму окну, из 3-го – к третьему.

– Выйдите к доске те, у кого звёздочка с заданием.

– Прочитайте задание для 1-го ряда, запишите уравнение на доске и

решите его, а остальные ребята из 1-го ряда будут решать его в своих тетрадах.

1-й ряд – $9 \cdot n = 81$; 2-й ряд – $72 : t = 9$; 3-й ряд – $k : 8 = 8$.

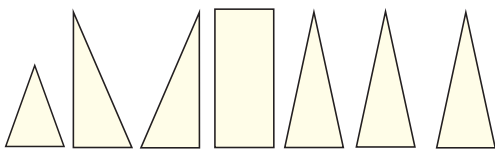
2. Проверка.

– Для чего мы выполняли это задание? (Повторили решение уравнений, закрепили новые табличные случаи умножения и деления на 8 и на 9.)

3. Самостоятельная работа.

Эй, ребята, выше нос!
Солнце грусть не любит.
И пускай работа в парах
Всем на пользу будет.

– На каждой парте в конверте находится задание для совместной работы. Решите по порядку примеры, записанные на геометрических фигурах, соберите детали и скажите, что у вас получилось. (Космическая ракета).



I – $9 \cdot 9$ II – $9 \cdot 8$ III – $8 \cdot 9$ IV – $8 \cdot 8$
V – $81 : 9$ VI – $64 : 8$ VII – $72 : 8$

Проверим свою работу (слайд 6).

– У кого есть ошибки? Нужно подучить таблицу.

– У кого нет ошибок? Молодцы!

– Что полезного было в этой работе? (Закрепляли таблицу на 8 и на 9.)

– Учёба – это серьёзный труд. Вы потратили много энергии. Как её восполнить? (Отдохнуть и поесть.)

Учитель прикрепляет карточки со словами «Отдых», «Еда».

Затем учитель показывает слайд 7 «Физминутка».

Всем зарядку делать надо,
Много пользы от неё,
А здоровье – вот награда
За усердие твоё.

Учитель мигает лазерной указкой, звучит «космическая» музыка.

– Что это?! К нам пришли друзья из космоса?!

– А где же они приземлились?

– Давайте найдём их и пригласим на физминутку.

Дети находят под стульями и партами массажные мячи и выполняют самомассаж.

V. Повторение изученного материала.

Решать задачи – это здорово!

Урок так скучен без задач.

Они нас думать заставляют,

Анализировать и рассуждать.

– Если хочешь быть здоров – закаляйся. А закаливание обязательно входит в режим школьника. И вода для этого – лучшее средство.

Учитель прикрепляет карточку со словом «Режим».

– Давайте решим задачу на с. 47 № 6(б). (Один ученик у доски.)

– Для чего вы выполняли это задание? (Повторили алгоритм решения задачи на кратное сравнение.)

VI. Рефлексия.

– А теперь пришло время открыть формулу. Начинаем отсчёт: 5, 4, 3, 2, 1.

Учитель переворачивает чистые листы и все читают – «Здоровье».

– А какая связь между математикой и здоровьем? (Ответы детей.)

– Достигли мы своих целей? Почему так считаете? (Ответы детей.)

– Если работать на уроке вам было легко и комфортно, прикрепите зелёную звёздочку к планете Земля, которую вы так хорошо изучили.

– Если у вас пока ещё не всё получалось, прикрепите жёлтую звёздочку к Луне.

– Если было трудно, прикрепите красную звёздочку к планете Марс, которая пока ещё мало изучена.

Учитель делает вывод, настраивает на дальнейшую работу.

VII. Домашнее задание.

Учитель показывает слайд 8 «Запомни!»

Хоть математиком ты можешь и не стать, но уж здоровым быть обязан!

– И не только на уроках, но и при выполнении домашнего задания; приняв витаминку, такую же, какая лежит у вас на столе; прочитав памятку, которую прислали вам космонав-

ты (слайд 9: памятка «Как быть здоровым»).

1. Зрение с детства ты береги.
2. К доктору вовремя на приём приходи.
3. Про осанку никогда не забывай.
4. Режим дня строго соблюдай.
5. Отдыхай между учением.
6. Дыши свежим воздухом.
7. Питание должно быть только полезным.

Вот здоровья в чём секрет!
От космонавтов пламенный привет!

– Теперь вы на отлично справитесь с любым понравившимся вам заданием.

Слайд 10. Домашнее задание.
С. 46– 47, задание по выбору.

VIII. Итог урока.

– Ребята, с каким настроением вы уйдёте с урока, такое и солнышко покажите.

– Я рада за вас. Я сегодня самая счастливая учительница. Будьте здоровы! Спасибо за работу на уроке!

Литература

1. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования [Электронный ресурс] / http://www.edu.ru/db-mon/mo/Data/d_09/m373.html
2. *Науменко, Ю.В.* Здоровьесберегающие технологии в начальной школе : метод. пос. / Ю.В. Науменко. – М. : Глобус, 2010.
3. *Елизарова, Е.М.* Справочник учителя начальных классов / Е.М. Елизарова, Ю.А. Киселёва. – Волгоград : Учитель, 2011.
4. Начальная школа плюс До и После. – 2002. – № 10.
5. *Петерсон, Л.Г.* Математика. 2 кл. : метод. реком. для учит. / Л.Г. Петерсон. – М. : Ювента, 2009.

Анна Николаевна Дибленкова – учитель начальных классов МОУ «СОШ № 11», г. Михайловка, Волгоградская обл.