



## Использование здоровьесберегающих технологий как средства развития личности и повышения мотивации учащихся к изучению русского языка и литературы

**Аннотация.** Статья посвящена вопросам использования здоровьесберегающих технологий на уроках русского языка и литературы. Автор предлагает список современных технологий как средства развития личности и повышения мотивации у учащихся к изучению предмета.

**Ключевые слова:** русский язык и литература, здоровьесберегающие технологии, принцип природосообразности.

**Раздел:** (06) педагогика; история педагогики и образования; теория и методика обучения и воспитания (по предметным областям).

Состояние здоровья российских школьников вызывает серьёзную тревогу специалистов. По данным Всероссийского съезда педиатров здоровье каждого ребёнка ухудшается по мере обучения в школе минимум в пять раз. Исследования показывают, что традиционная организация образовательного процесса создаёт у школьников постоянные стрессовые перегрузки, которые приводят к поломке механизмов саморегуляции физиологических функций и способствуют развитию хронических болезней.

В последние годы всё больше говорят о необходимости внедрения в школе здоровьесберегающих технологий. Среди современных педагогических технологий не выделяется специальная «здоровьесберегающая технология» как особая образовательная технология [1], поэтому понятие «здоровьесберегающие технологии» должно объединять в себе все направления деятельности педагога по формированию, сохранению и укреплению здоровья учащихся. Что может сделать учитель в своей педагогической практике и что должен он изменить в своей индивидуальной методической системе по здоровьесбережению?

Психологические исследования показывают, что состояние здоровья школьников во многом (если не в основном) определяется не нормированием нагрузки, а психологическими факторами. Состояние стресса, то есть перегрузка нервной системы, возникает не тогда, когда ребёнку дают слишком много заданий, а когда отсутствует внутренняя мотивация учебной деятельности. Поэтому доминирующим критерием валеологической обоснованности урока является соблюдение принципа природосообразности, который понимается как соответствие образовательного процесса базовым потребностям и психофизиологическим возможностям ребёнка [2]. Принцип природосообразности предполагает, прежде всего, применение образовательных технологий личностно ориентированного характера. Но идею личностно ориентированного подхода не стоит принимать как обычную методическую инструкцию. В связи с этим в основу конструируемой методической системы должна быть положена актуализация способностей учителя к осознанному и проектируемому профессионально-личностному развитию.

Анализируя результаты качества уроков русского языка и литературы, можно отметить, что необходимо отказаться от традиционной организации образовательного процесса и следует организовать на уроке социальное и пространственное окружение, отвечающее задачам здоровьесбережения и здоровьесформирования как средства развития личности и повышения мотивации учащихся к изучению русского языка и литературы.



Необходимость смещения акцентов в работе в сторону использования здоровьесберегающих образовательных технологий требует повышения педагогического мастерства в данном направлении. Каждый педагог должен начать строить индивидуальную траекторию профессионально-личностного развития с целью преодоления здоровьезатратного характера образовательного процесса, научиться так строить методический процесс, чтобы в каждой его ситуации проявлялись важнейшие функции личности: выбор ценностей, рефлексирование смысла работы на уроке, реализация способностей и задатков учащихся. Ребёнок должен стать активным субъектом образовательного процесса.

В существующей классификации образовательных технологий [3] по Г. К. Селевко выделяются технологии развивающего обучения: личностно-ориентированные, предметно-ориентированные, игровые и др. Все эти технологии успешно применяются в работе учителей, но аспект сохранения здоровья школьников не выделяется в них как основной. Главный компонент любых педагогических технологий – цели и задачи – не отражают здоровьесберегающий аспект обучения. Поэтому следует определиться: здоровьесберегающими методами, приёмами и технологиями можно назвать те, которые не наносят вреда здоровью учащихся и учителей, которые направлены на формирование личностных качеств, способствующих сохранению и укреплению здоровья, повышению мотивации учащихся на уроках русского языка и литературы.

Использование современного компетентного подхода в работе педагогов определяет усиление личностной ориентированности целей урока, следует постоянно пополнять арсенал методических средств. Валеологически обоснованными являются образовательные технологии, ориентированные на свободный выбор, творчество и самореализацию учеников [4]. Важнейшее педагогическое условие для здоровьесбережения и становления индивидуальности ученика в процессе обучения, как показывает педагогическая практика, это создание на уроке ситуации выбора. На уроках педагог, предлагая ребёнку совершить осознанный и желанный выбор, тем самым помогаем ему формировать свою неповторимость. Уникальность индивидуальности учащихся заключается не в том, что они представляют собой неповторимое сочетание некоего набора признаков, а в том, что они как личности формируются в процессе свободного выбора жизненного пути в определённых природных и социокультурных условиях. Ситуация выбора – это спроектированный элемент (этап) урока, когда ученики поставлены перед необходимостью отдать своё предпочтение одному из вариантов учебных задач и способов их решения для проявления своей активности, самостоятельности и индивидуального стиля познания. Например, на этапе изучения нового материала по теме «Причастие» предоставляется возможность шестиклассникам выяснить, морфологические признаки какой часть речи встречаются у причастия. Для этого они самостоятельно знакомятся с изложенной в учебнике информацией, а затем отвечают по выбору на два варианта вопросов, записанных на мультимедиапроекторе. Предложенные варианты отличаются по степени сложности задания. Если ответы на вопросы 1-го варианта ученики могут найти в тексте учебника, то 2-ой вариант, составленный из вопросов повышенного уровня сложности, требует использования учащимися умения устанавливать причинно-следственные связи, знаний из ранее изученных тем. При проверке результатов выполнения заданий предоставляется сначала слово ученикам, выбравшим 1-ый вариант, а потом отвечают ребята, избравшие вопросы 2-го варианта.

Ситуация выбора позволяет поставить каждого ребёнка в позицию субъекта деятельности, не снижая при этом общий уровень преподавания, изменить «Я» – концепцию ре-



ребёнка: сильные утверждаются в своих способностях, слабые получают возможность испытать учебный успех [5]. Всё это помогает повышению мотивации на уроках, соблюдению принципа природосообразности, и оказывает развивающее влияние на его личность.

При подготовке и проведении учебного занятия отправными точками являются следующие принципы:

- урок – это открытие, поиск и осмысление истины, ключевым результатом которого является развитие интеллекта и духовное обогащение каждого ученика;

- урок – это часть жизни ребёнка, и проживание этой части должно совершаться на уровне высокой общечеловеческой культуры. Если на уроке изучается истина, высвечивающая одну из сторон жизни, значит, изучается сама жизнь. При таком подходе меняется отношение школьника к обучению, иным образом конструируется процесс обучения;

- высшей ценностью на уроке является человек. Гуманизация воспитания [6] – ключевой элемент моего педагогического мышления. На уроках стараюсь устанавливать атмосферу доверия, уважения к личности ребёнка и сотрудничества с ним.

Важно также грамотно структурировать содержание урока, выделить ключевые линии, основные понятия темы, продумать на их основе рациональную логику процесса обучения. Продуманная структура содержания урока помогает учащимся в усвоении знаний и умений и положительно сказывается на физическом и психическом состоянии учеников. При этом не следует увлекаться количеством интеллектуальных методик обучения, эксплуатирующих левополушарные области мозга, так как это может привести к ухудшению эмоциональной составляющей психического здоровья школьников.

Часто на уроках используются технологии эвристического обучения, стимулирующие развитие творческих способностей учащихся. Это и методы, инициирующие развитие образного мышления, воображения и фантазии, интуиции. Ситуации творчества позволяют учащимся легче переносить учебные нагрузки, снимают мышечное напряжение. На уроке ребятам предоставляются следующие задания:

Замени схему предложением, и ты совершишь открытие.

1. Давайте между глаголом и существительным устроим состязание, кто может принять больше разных форм? Какая часть речи победит?

2. Послушайте музыку несколько минут. Пока она звучит, представь картинки к ней, а затем попытайся написать об этом словами.

Использование в технологиях обучения игровых методов и приёмов, оптимальное сочетание их с другими методами помогают мне повысить учебную мотивацию учащихся, способствуют менее затратному (без напряжения) достижению учебных задач. Применение игровых технологий позволяет снять эмоциональное напряжение и активизировать мыслительную деятельность. Особенно любимы учащимися тематические кроссворды, чайнворды, ребусы, задания «Шпионы вокруг нас», работа с текстом и лексикой в форме «Домино», ролевые игры, ситуативные игры, деловая игра «Я учитель», задания «Третий лишний», микроисследования как одна из форм реализации игровых технологий, уроки-путешествия «В стране морфемики». Игровым методам и приёмам присущи психотерапевтические функции, позволяющие изменить отношение ребёнка к себе.

В настоящее время каждый педагог должен научиться преломлять дидактические категории в образовательных технологиях так, чтобы они гарантировали здоровьесберегающий характер обучения и повышали мотивацию учащихся. Доминирующая ранее в работе репродуктивно-иллюстративная образовательная технология в настоящее время не должна занимать лидирующие позиции на уроках.



При работе над грамматической стороной языка чаще нужно применять индивидуально-дифференцированный подход, что обеспечивает не только повышение мотивации, но и уровня обученности. Внутрикласная дифференциация обучения, при которой оказывается методическая помощь каждому учащемуся более эффективна. Она позволяет выстроить индивидуальную траекторию успеха каждому ребёнку. Отбор материала для фонетической или речевой зарядки по теме урока производится, исходя из доступности, информативности, познавательности и интриги, что является непременным условием для создания эмоционального фона и обеспечения мотивации в течение всего урока. Проверка домашнего задания должна строиться по принципу интерактивного обучения, что позволяет реализовать воспитательные и развивающие цели урока, актуализировать и скорректировать опорные понятия учащихся. Дифференцированный подход к домашним заданиям [7] даёт возможность каждому ученику реализовать свои способности в полном объёме, тем самым повысить свою самооценку. Использование дифференциации на основе интересов учащихся и уровня их обученности, когда школьнику предоставляется свобода выбора учебных задач, повышает самостоятельность школьников, позитивно влияет на эмоционально-волевую сферу личности, а, следовательно, укрепляет здоровье.

Учитель на уроках должен использовать и собственные технологии. Например, «Погружение в грамматику», когда новые лексические единицы в течение 8–10 минут используются во всех грамматических аспектах на протяжении нескольких уроков (склонение существительных и прилагательных, спряжение глаголов, образование множественного числа существительных и другие) и у доски работают все учащиеся. Данная методика позволяет эффективно усвоить изучаемый материал и формировать коммуникативные компетенции учащихся.

Проведение уроков в нетрадиционной форме помогает поддерживать интерес к изучению русского языка и литературы. Очень любят учащиеся такие уроки как «Учебный турнир», «В гостях участей речи», «Калейдоскоп», «Звёздный час», «К барьеру». Постановка проблемы и поиски путей решения этой проблемы в сочетании парных и групповых, индивидуальных форм работы на нетрадиционных уроках способствует развитию личности учащихся, снимает динамическое напряжение, подогревает любознательность ребят, поддерживает их инициативу, стремление открыто высказывать точку зрения по проблеме, обосновывать и отстаивать свои взгляды и убеждения, эмоционально насыщает учебный процесс. С помощью проблемных, провоцирующих поиск истины, наводящих на цель вопросов педагоги добиваются повышения познавательной активности учащихся. В качестве примера можно привести творческие работы в виде рефератов, сборников стихотворений, сочинений «Радость жизни и вдохновенье рождается в дружбе со спортом», «Я умею видеть красоту!», «Здоровый образ жизни Л. Н. Толстого», Великие люди о пользе физических упражнений», «Чтобы не было беды».

Преодоление здоровьезатратного характера образовательного процесса требует систематического включения в урок специальных приёмов, направленных на сохранение и укрепление здоровья учащихся. К подобным приёмам следует отнести все способы увеличения двигательной активности ребят: физкультминутки («Отдых позвоночника», зарядки в форме игр «Часы идут тик-так», «Гуляем по лесу» и другие); использование приёмов пассивной и активной релаксации.

(«Релаксационные упражнения для мимики лица», «Упражнения для глаз», формой релаксации является и исполнение стихотворений, поговорок, пословиц в виде песен на известные всем мелодии); режим динамических поз; массаж активных точек («оживлялки»); музыкальные паузы; дыхательные упражнения по Стрельниковой и





психологический настрой на урок – всё это помогает снять эмоциональное напряжение и активизировать мыслительную деятельность учащихся.

Разработанные занимательные дидактические материалы «Энциклопедия здоровья на уроках русского языка» помогают организовывать учителю предметные уроки как уроки здоровья. Эти материалы собраны в четыре раздела: «Консультируемся с доктором», «В здоровом теле – здоровый дух», «Секреты здорового питания», «Физический рост человека – от головы до земли, нравственный – от головы до неба». На каждом уроке ребята работают над заданием из названных выше разделов. Основное содержание упражнений связано с воспитанием у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, мотивацией на ведение здорового образа жизни. Одновременно предложенные задания позволяют школьникам закрепить орфографические и пунктуационные умения и навыки, развить речь, обогатить словарный запас, почерпнуть немало интересных дополнительных сведений. Данный вид работы очень нравится многим воспитанникам, и они, проявляя инициативу, на каждом уроке пополняют дидактические материалы собственными сочинениями-рассуждениями, связанными со здоровым образом жизни.

Ребята 5–7 классов ведут орфографические словари, в которые под рубрикой «Спортивный мир» записывают спортивные термины. Овладевая речью, ученики приобретают дополнительные возможности для приёма и передачи информации, что создаёт основу для развития общего, лингвистического и общеобразовательного кругозора.

Несмотря на значимость материальных, санитарно-гигиенических, дидактических и психологических условий, ключевую роль в решении задач развития личности, повышения мотивации учащихся на уроках и сохранения здоровья детей играет личность учителя. Задачи охраны и укрепления здоровья школьников могут успешно решаться только в том случае, если учитель сам будет обладать психическим и соматическим здоровьем. По результатам анкетирования учащихся «Каким должен быть современный учитель» наиболее часто ребятами отмечаются такие качества, как «доброта», «чувство юмора», «справедливость», «красота», «умение радоваться», «умение увлечь», «душевное богатство». Вот почему так важно уметь регулировать собственное поведение, анализировать педагогическую деятельность с позиции доминантной профессиональной ценности – личности ребёнка. Проектируя стратегию профессионального роста каждый учитель, прежде всего, должен продумать усилия по сохранности и поддержанию собственного здоровья, особенно психического. Оптимизм и чувство юмора помогают педагогу создать непринуждённую атмосферу на уроке. Увлечение фотографией и музыкой позволяют на уроках уделять большое внимание росту познавательной активности учащихся, использовать фотоработы и видеоролики для подготовки презентаций на уроках, школьных мероприятий. Музыка прекрасно снимает усталость, выравнивает ритм сердца, создаёт хорошее настроение, придаёт бодрость.

Собственная установка педагога на личностный рост, развитие здоровьесберегающего потенциала личности становится залогом и успешного здорового личностного становления учащихся.

Подход к уроку с позиции здоровьесбережения обеспечивает рост интереса к изучению русского языка и литературы, что является одним из условий повышения мотивации ребят и подтверждается показателями успеваемости и качества знаний учащихся.

## Ссылки на источники

1. Соловова Н. А. Здоровьесберегающая деятельность педагога: формы, методы, средства. – Самара: ГОУ СИПКРО, 2007. – 140 с.
2. Там же.



3. Цабыбин С. А. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе. – Волгоград: Учитель, 2009. – 172 с.
4. Смирнов Н. К., Амосов М. В. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы. – М., 2001.
5. Ананьев В. А. Введение в психологию здоровья. – СПб., 1992.
6. Смирнов Н. К., Амосов М. В. Указ. соч.
7. Советова Е. В. Оздоровительные технологии в школе. – Ростов на Дону: Феникс, 2009. – 282 с.

**Elena Raudina,**

*teacher of the Russian language and Literature, School № 32, Togliatti*

**The use of health-technology as a means of personal development and motivation of students to the study of the Russian language and Literature**

**Abstract.** The author deals with the use of health-technology on the lessons of the Russian language and Literature. The author provides a list of modern technologies as a mean of personal development and motivation of students to study the subject.

**Key words:** Russian language and literature, health-technology, the nature of the correspondence principle.

**References:** 1–7 – Russian Sources.

ISSN 2304-120X



9 772304 1120142

**Рекомендовано к публикации:**

Горевым П. М., кандидатом педагогических наук, главным редактором журнала «Концепт»;

Утёмовым В. В., кандидатом педагогических наук