**Содержание**

Введение…………………………………………………………………………...1

Глава I

Нетрадиционные формы урока и влияние на здоровье школьника

1.1.Нетрадиционные уроки и их классификация……………………………….4

1.2.Понятие здоровья в педагогической валеологии…………………………...8

1.3.Типологии нетрадиционных форм обучения………………………………12

Глава II

Анкетирование учителей по вопросу влияния нетрадиционных форм обучения на здоровье учащихся………………………………………………...23

Заключение……………………………………………………………………….26

Список использованной литературы…………………………………………...28

Приложение 1……………………………………………………………………29

**Введение**

Здоровье помогает нам выполнять свои планы, успешно решать основные жизненные задачи, преодолевать трудности, а если придется, то и значительные перегрузки. Здоровье, разумно сохраненное и укрепляемое самим человеком, обеспечивает ему долгую и активную жизнь. Однако состояние здоровья юных россиян вызывает опасения: в среднем каждый российский ребенок имеет несколько хронических заболеваний. В 40% причиной этого специалисты называют несбалансированное питание, лишь в 15% случаев ссылаются на организацию медицинского обслуживания, столько же приходится на генетические особенности, остальное определяется образом жизни, индивидуальными привычками.(5)

Многие годы ребенок проводит в стенах образовательного учреждения и поэтому ценностное отношение к здоровью не может формироваться без участия педагогов.(7)

Сохранение и укрепление здоровья школьников является актуальнейшей проблемой и предметом первоочередной важности, та как оно определяет будущее страны. Хорошее здоровье - один из главных источников счастья, радости человека, неоценимое его богатство, которое медленно и с трудом накапливается, но которое можно быстро и легко растерять.

Отличное здоровье, крепкое и закаленное тело . сильная воля, формируемые в процессе занятий физической культурой и спортом, являются хорошей основой, для интеллектуального и умственного и развития человека.(5)

Определенную роль играет состояние здоровья ученика на старте школьного обучения, но не менее важна и правильная организация учебной деятельности.(7)

В последние десятилетия все большее внимание привлекает проблема детских стрессов, которые влекут за собой различные нервные расстройства и повышенную заболеваемость. Детские стрессы - это следствие дефицита положительных эмоций у ребенка и отрицательной психологической обстановки в семье. Из-за излишнего шума и нервозности в школе из-за «заорганизованности» воспитательно-образовательного процесс, отсутствия гибких режимов дня и рационального чередования умственной нагрузки с физическими упражнениями. Физиолог Н.М. Щелованов писал «Эмоции не только составляют наиболее ценное психологическое содержание жизни ребенка, но и имеет важное физиологическое значение в жизнедеятельности организма».

Детские стрессы нарушают нормативное течение физиологических процессов, что неизбежно влечет к ухудшению здоровья ребенка.

В двигательной деятельности хорошо формируются дружественные отношения, которые учат ребенка вступать в контакт со сверстниками, решать общие задачи, помочь товарищу, несут ответственность перед ровесниками. Играя в подвижную игру, тренируются волевые черты характера. В процессе обучения движениям у детей развиваются умственные способности. Нравственные и эстетические качества. Формируется сознательное отношение к своей деятельности.(5)

Проблема современной школы - потеря многими учащимися интереса к учению. Причины такого негативного явления неоднозначны. Это и перенагрузка однообразным учебным материалом, и несовершенство методов, приемов и форм организации учебного процесса, и недостаточная

объективность оценки знаний и умений, и утомляющая детей

неорганизованность и не сложившиеся межличностные отношения. Отрицательно сказываются также и весьма ограниченные возможности для творческого самопроявления.

Для осмысленного усвоения знаний и умений учащимся необходима собственная познавательная деятельность. Активизация ее – важнейшая задача учителей.(8)

*Целью* исследования является изучить нетрадиционные формы обучения как средства создания здоровьесберегающей сферы в классе.

*Объект* исследования: здоровьесберегающая сфера в классе. *Предметом* исследования являются нетрадиционные формы обучения.

*Гипотеза.* Предполагаю, что использование нетрадиционных форм обучения должно привести к улучшению здоровья школьников.

*Метод* исследования - теоретический анализ литературы.

*Материалом* для исследования послужили научные статьи, учебные пособия, методическая литература ,посвященная данной проблеме ,а так же различные Интернет - сайты.

*Базой* исследования явилась МОУ Гавровская средняя общеобразовательная школа.

**Глава I.**

**Нетрадиционные формы урока и влияние их на здоровье школьника.**

**1.1.Нетрадиционные уроки и их классификация.**

*Понятие и особенности нетрадиционного урока*

Современные образовательные учреждения, особенно с углубленным содержанием обучения, характеризуются повышенным объемом учебной нагрузки и интенсификацией учебного процесса в условиях дефицита учебного времени. В результате детский организм, наиболее чувствительный в этот период к воздействию неблагоприятных факторов окружающей среды, приобретают целый ряд нарушений состояния здоровья, который получил название «школьные болезни». При этом в процессе обучения в школе у детей отмечается рост хронических заболеваний, нарушений физического развития и, как следствие этого, снижение функциональных возможностей детского организма (4)

Для организации благоприятного климата , ориентирующего учащихся на коммуникацию , необходимо выбирать такие формы урока , которые будут стимулировать деятельность учащихся.

Для плодотворной и эффективной деятельности учащихся характерны нетрадиционные формы проведения занятий.

Нетрадиционный урок- это ипровизированное учебное занятие, имеющее нестандартную (неустановленную) структуру.

Нетрадиционные формы проведения занятий направлены на повышение эффективности деятельности учащихся.

Опыт школьных преподавателей и исследования педагогов – новаторов показали, что нетрадиционные формы проведения уроков поддерживают интерес учащихся к предмету, повышаю мотивацию учения.

Формирование положительной мотивации должно рассматриваться учителем как специальная задача. Как правило, мотивы связаны с познавательными интересами учащихся, потребностью в овладении новыми знаниями ,навыками, умениями.

Нетрадиционные формы урока реализуются, как правило, после изучения какой-либо темы или несколько тем, выполняя функции обучающего контроля. Такие уроки проходят в необычной, нетрадиционной обстановке .Подобная смена привычной обстановки , носящая игровой , увлекательный характер занятий , снижает стрессовый фактор проверки уровня развития; создает атмосферу праздника при подведении итогов проделанной работы, снимает психический барьер , возникающий в традиционных условиях из-за боязни совершить ошибку , позволяет детям , отличающимся повышенной тревожностью , в более полной мере продемонстрировать свои истинные возможности.

Нетрадиционные формы урока осуществляются при обязательном участии всех учеников класса, а также реализуются с непременным использованием средств слуховой и зрительной наглядности.

На таких уроках удается достичь самых разных целей методического, педагогического и психологического характера, которые можно суммировать следующим образом:

\_осуществляется контроль знаний, навыков и умений учащихся по определенной теме;

\_обеспечивается деловая, рабочая атмосфера ,серьезное отношение учащихся к уроку;

\_предусматривается минимальное участие на уроке учителя.

Методически высоко эффективными, реализующими нетрадиционные формы обучения, развития и воспитания учащихся являются дидактические игры , урок – спектакль , урок – интервью , урок –праздник ,урок – экскурсия, видео – урок, интегрированный урок , урок –проект , урок –мюзикл ,урок –экскурсия.

*Классификация нетрадиционных уроков*.

Анализ педагогической литературы позволил выделить несколько десятков вариантов нетрадиционных уроков. Их названия дают некоторое представление о целях , задачах , методике проведения таких занятий.

Ниже рассматривается вариативность классификации нетрадиционных уроков в соответствии с «классической» типологией по основным дидактическим целям – планируемым результатам обучения.

|  |  |
| --- | --- |
| Типы уроков | Варианты нетрадиционных уроков |
| Уроки формирования новых знаний | Интегрированные (межпредметные) уроки;  Учебные конференции (пресс-конференции);  Уроки-экскурсии (экспедиции, путешествия);  Уроки исследования. |
| Уроки обучения умениям и навыкам | Практикумы; уроки – диалоги ; уроки с ролевой, деловой игрой. |
| Уроки повторения и обобщения знаний , закрепления умений | Повторительно- обобщающие диспуты;  Семинары внеклассного чтения;  Игровые уроки: »КВН»,»Что? Где? Когда? » , «Поле чудес», «Счастливый случай»;  Уроки-инсценировки (урок-суд, урок- концерт);  Уроки-конкурсы;  Уроки-соревнования |
| Уроки проверки и учета знаний и умений | Уроки - консультация;  Зачетные уроки;  Уроки викторины;  Смотр знаний;  Защита творческих работ, проектов. |

Классификация нетрадиционных уроков позволяет определить их место в реализуемой учителем системе и более обоснованно планировать, используя всю их « политру » добиваясь поставленных целей.

В приведенной классификации к нетрадиционным отнесены и хорошо известные варианты урока , педагогический потенциал которых используется явно недостаточно.

Мнения учителей на нетрадиционные уроки расходятся : одни видят в них прогресс педагогической мысли, правильный шаг в направлении демократизации школы, а другие считают такие уроки нарушением педагогических принципов, вынужденным отступлением учителей под напором обленившихся учеников, не желающих и не умеющих серьезно трудиться.

Использование нетрадиционных уроков обнаружило ряд существенных недостатков, снижающих педагогическую эффективность учебного процесса:

-стихийность и бессистемность использования таких уроков;

-отсутствие прогноза положительных изменений – роста качества формируемых знаний и умений , сдвигов в развитии учащихся;

-преобладание репродуктивных технологий обучения.

Нетрадиционные уроки, необычные по замыслу, организации, методике проведения , больше нравятся учащимся , чем будничные учебные занятия со строгой структурой и установленным режимом работы.(2)

Поэтому практиковать такие уроки следует всем учителям .Но превращать нетрадиционные уроки в главную форму работы , вводить их в систему нецелесообразно из-за большой потери времени , отсутствия серьезного познавательного труда , невысокой результативности.(3,10)

и регулярности.(5)

**1.2.Понятие здоровья в педагогической валеологии.**

*Педагогический фактор как фактор риска разрушающий здоровье школьника.*

Значительное негативное влияние на состояние здоровья детей имеет сам процесс образования. По данным института возрастной физиологии РАО «вклад» внутришкольной среды в школьника составляет 21%.

Учитель часто бывает серьезной силой, разрушающей здоровье, психику и интеллект ребенка, в то время как он должен быть силой, созидающей здоровье его тела, души и разума.

Здоровье ребенка находится в прямой зависимости от учителя.

Разрушение здоровья детей в условиях педагогического процесса во многом является результатом некомпетентности учителя в области здоровья человека и построения здоровьетворящего образования.

Негативно сказывается:

-интенсификация учебного процесса, провоцирующая перегрузку нервной системы, эмоциональное напряжение и нервное истощение у детей;

-завышение объема дневной и суммарной недельной учебной нагрузки. приводящее к уменьшению продолжительности сна, прогулок на свежем воздухе, отсутствия времени для разностороннего развития детей вне стен школы;

-раннее начало обучения детей, не достигших «школьной зрелости», что приводит к затруднениям в адаптации к школьной жизни, учащегося болезней, увеличенного риска развития близорукости, нарушений осанки и множеству других негативных последствий для их дальнейшего развития;

-несоответствие программ и технологий обучения функциональным и возрастным особенностям учащихся;

-бесконтрольное введение инноваций;

-несоблюдение физиолого-гигиенических требований и организации учебного процесса;

-сокращение необходимого объема суточной двигательной активности;

-низкая эффективность существующей системы физического воспитания.

Большинство авторов, использующих изменения состояния здоровья детей в процессе обучения, здоровья детей в процессе обучения, приходят к выводу, что современная традиционная школа замедляет психосоматическое развитие детей и препятствует естественному росту их адаптивных возможностей.

Многие годы ребенок поводит в стенах общеобразовательного учреждения и поэтому ценностное отношение к здоровью не может формироваться без участия педагогов. Определенную роль играет состояние здоровья ученика на старте школьного обучения, но не менее важна и правильная организация учебной деятельности.

Здоровье – это состояние полного физиологического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических недостатков .Сюда же следует отнести и энергетическое равновесие.(1)

Здоровье – ценность не только личная и социальная, но и образовательная.(5)

Физическое здоровье как ценность принимается личностью, когда речь идет о перспективах ее индивидуальных достижений. Педагогические средства реализации такого подхода заложены не только в учениях о сохранении и улучшении здоровья или оздоровительных практиках.

Отношение к физическому здоровью как ценности передаются преимущественно через профессионально – личностную позицию педагога , личным примером утверждающего преимущества здорового образа жизни.

Психологическое здоровье выступает тем видом здоровья личности , которое обеспечивает благополучие связанных с нею других людей. Психологически здоровая личность рассматривается как условие эмоционального благополучия окружающих. Забота педагога о собственном эмоциональном здоровье обеспечивает благоприятный психологический климат в образовательном учреждении.

Профилактика психоэмоционального истощения становится в этом случае первой профессиональной обязанностью учителя. Забота о здоровье для себя автоматически оборачивается о здоровье других.

Социальное здоровье личности на одной из всероссийских научно-практических конференций было провозглашено как национальная идея современной России. Здоровая личность с точки зрения ее социального развития активно реализует отношение к своему здоровью. Как к средству жизнеобеспечения семьи, выбора просоциальной стратегии самоопределения в социуме, реализации предназначения гражданина государства. Социальное здоровье личности органично включает в себя здоровье физиологическое и психологическое.

В современных условиях российского образования (это вынужденная смена школ детьми и педагогами из-за миграции и безработицы населения, экономически неблагополучное положение учительства, рост социального сиротства…) работа педагогов направлена на поддержку социального здоровья личности школьными средствами щадящей образовательной среды. Такая среда исключает как манипулирование, так и безоговорочное подчинение стандартным требованиям.

Щадящая образовательная среда предполагает гибкое сочетание высокой образовательной системы школы с ее задачами обеспечения школьников учебниками, питанием, теплом, светом, а учителей – зарплатой, достаточной для экономического выживания.(9)

*Интенсификация учебного процесса и здоровье.*

На состояние здоровья детей существенное влияние оказывают как генетическая обусловленность, неблагоприятные социальные и экологические условия развития, так и факторы риска, вызванные особенностями организации учебного процесса (интенсификация и нерациональная организация учебного процесса , несоответствие методик обучения возрастными возможностями школьников).

Интенсификация идет различными путями.

Первый – увеличение количества учебных часов.

Фактическая учебная нагрузка, особенно в лицеях, гимназиях , классах с углубленным изучением ряда предметов , составляет в начальной школе в среднем 6.2-6.7 ч.в день , в основной школе 7.2-8.3 ч. в день ,в средней школе – 8.6-9.2 в день .Вместе с приготовлением домашних заданий рабочий день современного школьника составляет 9-10 ч. в начальной,10-12 ч.- в основной и 13-15 ч. в средней школе.

Существенное увеличение учебной нагрузки не проходит бесследно : у детей чаще отмечают нервно – психические нарушения, быструю утомляемость , сопровождаемую гормональными дисфункциями ,низкую сопротивляемость болезням.

Другой вариант интенсификации учебного процесса - уменьшение количества

учебных часов при сохранении или увеличении объема учебного материала. Это приводит к увеличению домашних заданий и интенсификации учебного процесса.

*Ученик и компьютер.*

Значительную проблему для здоровья школьников в последние годы преподносит компьютер. Эта нужная и полезная вещь при неправильном пользовании наносит существенный урон физическому состоянию ребенка.

*Здоровье и движение.*

Гиподинамия означает недостаток активности , малоподвижный образ жизни Уже в школьные годы ребенок долго сидит на уроках , потом дома длительное время делает домашнее задание ,ведет малоподвижный образ жизни . В результате организм не успевает сжечь все калории , которые получает ,они откладываются под кожей , засоряют сосуды.

Необходимо совершать регулярные прогулки и игры на свежем воздухе должны быть не менее часа, нельзя забывать о физкультуре, занятиях на тренажере, плавании. Подвижный образ жизни- это эффективное лекарство от стрессов и депрессий.

Занятия должны базироваться на принципах постепенности и последовательности, повторности и интенсивности, индивидуализации и регулярности.(5)

**1.3.Типологии нетрадиционных форм обучения**

*Уроки с использованиями современных технических и аудиовизуальных средств обучения.*

*Интернет-урок*

В связи со своими большими возможностями Интернет вскоре после своего возникновения привлек внимание преподавателей - практиков и методистов. Интернет используется сейчас для обучения самым различным предметам.

Интернет обладает колоссальными информационными возможностями и не менее впечатлительными услугами.

Готовясь к очередному уроку, учителю важно иметь в виду дидактические свойства и функции каждого из отбираемых средств обучения, четко представляя себе, для решения какой методической задачи то или иное средство обучения может оказаться наиболее эффективным.

Если иметь в виду предмет нашего обсуждения – Интернет, то также важно определиться, для каких целей мы собираемся использовать его возможности и ресурсы. Например:

- для включения материалов сети в содержание урока;

- для самостоятельного поиска информации учащихся в рамках работы

над проектом;

- для ликвидации пробелов в знаниях;

Включение материалов сети в содержание урока позволяет учащимся

лучше понять жизнь на нашей планете, участвовать в совместных,

исследовательских, научных и творческих проектах, развивать

любознательность и мастерство.

Самое простое применение Интернета – это использовать его как источник дополнительных материалов для преподавателя при подготовке к занятию. Материалы могут распечатываться и использоваться затем в ходе традиционного занятия.

*Видео урок*

Достоинством видеофильма является его эмоциональное воздействие на учащихся. Поэтому внимание должно быть направлено на формирование у школьников личностного отношения к увиденному . Использование видеофильма помогает также развитию различных сторон психической деятельности учащихся . и прежде всего внимания и памяти. Во время просмотра в классе возникает атмосфера совместной познавательной деятельности .В этих условиях даже невнимательный ученик становится внимательным.

Психологические особенности воздействия учебных видеофильмов на учащихся способствуют созданию благоприятных условий.

Практика показывает, что видео-уроки являются эффективной формой обучения.

*Интегрированный урок.*

Межпредметная интеграция дает возможность систематизировать и обобщать знания учащихся по смежным учебным предметам. Обучение в «интегрированном» составе ориентировано на разностороннее развитие учащихся, их общее образование и воспитание; помогает формировать у учащихся более целостную картину мира.

*Урок – игра*

В последнее время все большее распространение получают игровыеметоды обучения*.* Учебные, деловые или деятельностные игры основаны на принципе имитационного моделирования ситуаций реальной профессиональной деятельности в сочетании с принципами проблемности и совместной деятельности.

Достоинство игры в том, что через эмоции сопереживания, внимание учащихся концентрируется на ответе “сильного” учащегося, прошедшего отборочный тур, в результате чего лучше усваивается и закрепляется учебный материал. А установка в начале урока на то, что им самим придется оценивать свои знания и знания одноклассников, вызывает чувство ответственности каждого члена команды за общий результат, побуждает к более строгому само- и взаимоконтролю

Цели:

1) Формирование навыков самоанализа, само- и взаимоконтроля.  
2) Развитие познавательной активности и самостоятельности, направленной на поиск, обработку и усвоение информации.  
3) Воспитание ответственности перед коллективом, критического отношения к достигнутому результату.

*Урок-проект*

Проектная методика отличается кооперативным характером выполнения заданий при работе над проектом, деятельность. которая при этом осуществляется , является по своей сути креативной и ориентированной на личность учащегося. При подборе темы проекта учитель должен ориентироваться на интересы и потребности учащихся,их возможности и личную значимость предстоящей работы, практическую значимость

результата работы над проектом.

Выполненный проект может быть представлен в самых разных формах: статьях, рекомендации, альбом, коллаж. Разнообразны и формы презентации проекта: статья, рекомендации, альбом, коллаж. Разнообразны и формы презентации проекта: доклад, конференция, конкурс, праздник, спектакль.

Урок- проект формирует умения самостоятельной работы.

Главным результатом работы над проектом будут актуализация имеющихся и приобретение новых ЗУНов и их творческое применение в новых условиях.

*Уроки творчества*

*Урок-экскурсия*

В наше время, когда все шире и шире развиваются связи между разными странами и народами, знакомство с русской национальной культурой становится необходимым элементом процесса обучения.

Учителя, сознавая стимулирующую силу страноведческой и культурологической мотивации, стремятся развивать у учащихся познавательные потребности путем нетрадиционного проведения урока.

*Урок-спектакль*

Эффективной и продуктивной формой обучения является урок-спектакль.

Подготовка спектакля - творческая работа, которая способствует раскрытию индивидуальных творческих способностей у детей .Учащиеся получают удовлетворение от такого вида работы.

*Урок-праздник*

Весьма интересной и плодотворной формой проведения уроков является урок-праздник. Эта форма урока расширяет знания ребенка о традициях и обычаях. существующих как в России , так и в других странах .Создает , проведение такого урока , приятный , теплый климат в классе.

*Урок-интервью*

Урок – интервью – это своеобразный диалог по обмену информацией.

В зависимости от поставленных задач тема урока может включать отдельные подтемы «Свободное время», «Планы на будущее», «Биография». Во всех этих случаях мы имели дело с обменом значимой информацией. Такая форма урока требует тщательной подготовки. Учащиеся самостоятельно работают над заданием, готовят вопросы, на которые хотят получить ответы

*Урок-мюзикл*

Известно, что в Древней Греции многие тексты разучивались пением , а во многих школах Франции это практикуется сейчас. В Индии в настоящее время в начальной школе азбуку и арифметику выучивают пением.

Урок-мюзикл содействует эстетическому и нравственному воспитанию школьников, более полно раскрывает творческие способности каждого ученика.

Благодаря пению мюзикла на уроке создается благоприятный психологический климат, снижается усталость. Во многих случаях он служит и разрядкой , снижающий напряжение и восстанавливает работоспособность учащихся.

*Дидактическая игра*

Дидактическая игра от игры вообще отличается наличием четко поставленной цели обучения и соответствующими ей педагогическими результатами.

Дидактическая игра состоит из следующих основных компонентов ,- игровой замысел ,игровые действия , познавательное содержание или дидактические задачи , оборудование ,результаты игры.

Дидактическая игра имеет определенный результат , который выступает в форме решения поставленного задания и оценивания действий учащихся. Все структурные элементы дидактической игры взаимосвязаны и взаимообусловлены. Характерной особенностью урока с дидактической игрой является включение игры в его конструкцию в качестве одного из структурных элементов урока .(9) (10)

*Йогическая система*

Эта система призвана способствовать познанию и объединению духа, души и тела, то есть разума интеллектуально–психической сферы, эмоционально–вегетативной и костно–мышечной систем.

Хатса йога – является структурным элементом йогической системы ,направленным на поддержание психофизического здоровья человека.

Основные средства хатса йоги–асаны (психофизические упражнения ), техники релаксации,образные представления, массаж ,которые используют в здоровьесберегающей учебной работе с учащимися МОУ СОШ №6 г .Южно -Сахалинска. Главной особенностью асан хатса йоги,отличающей ее от других оздоровительных практик является сильное практическое воздействие на эндокринную систему человека , происходит гармонизация работы желез внутренней секреции , оптимизация выделения гормонов , что положительно сказывается на общем здоровье человека.

Правильное дыхание улучшает здоровье. Так при смехе дыхание помогает преодолеть чувство страха. Смех позволяет справиться с стрессом , победить депрессию , уменьшает хронические боли. Смех меняет ритм сердцебиения, после продолжительного смеха снижается кровяное давление.(10)

*Ароматерапия*

В школе не придают значения миру запахов. Запахи – своеобразный мир красок ,который может опьянить , усыпить , пробудить , морально подавить , взбодрить , вызвать реакции раздражения.

Русский врач В.А.Манассеин предложил применять некоторые запахи для лечения определенных болезней; в 30-е годы прошлого столетия врач А.А.Кюнцель один из первых в нашей стране предложил термин «ароматерапия», т.е. «лечение запахами».

Ароматерапия – лечение с применением натуральных эфирных масел , которые попадают в систему кровообращения и таким образом разносятся по всему организму. Есть растения, которые выделяют приятные ароматы .Комнатные растения не только смягчают интерьер помещения , обогащают его кислородом , успокаивают зеленым цветом зрительный нерв, но и ароматизируют атмосферу .Но следует помнить , что дети , склонные к астматическим заболеваниям , могут болезненно реагировать на эфирные масла ароматических растений. В этом случае растения следует удалить из класса.

*Цветотерапия*

Цветовая гамма – это своеобразная школа ,по которой можно узнать о настроении , вкусах , привычках ,характере человека .Цвет способен мешать и помогать , отталкивать и притягивать и даже лечить .Цветовой климат всего помещения имеет огромное значения для решения интерьера .Выбор его во многом обусловлен характером психофизиологического воздействия на человека .По этому параметру все цвета делятся на 3 группы: возбуждающие, тормозящие ,нейтральные.

Профессор университета в канадской провинции Альберта-Г.Ухолфорт установил , что изменение цветовой гаммы и освещения в школах привело к повышению успеваемости , сокращению пропусков занятий и укреплению дисциплины. Была проведена замена цветов :желтые , красные , оранжевые на белый ,бежевый , коричневый , а лампы дневного цвета на лампы накаливания.

Французский врач Ферре исследовал взаимосвязь производительности труда и цвета. Установил, что при работе рассчитанной на короткий срок ,производительность труда увеличивается при красном свете , а при синем снижается.

При длительной работе повышению производительности труда способствует зеленый свет , а индиго и фиолетовый снижает ее.

Румынский врач Стефанику – Гоанга исследовал влияние цвета на дыхание и частоту пульса. Частота пульса и дыхания увеличивается при пурпурном, красном, оранжевом и желтом цветах, в то время как при воздействии зеленого ,индиго и фиолетового пульс и дыхание замедляются. Физиологическое воздействие должно сводится к силе выразительности , то есть сами цвета вызывают определенные физиологические реакции . Стальные опоры должны быть окрашены в светлые цвета , низкие помещения могут стать «выше» если окрасить потолки в светло –зеленый , светло –голубой цвета.

Контрастные цвета (желтый, черный) особенно подходят для маркировки опасных участков.

*Шумовой ландшафт в школе.*

Звуки определенной силы ,частоты и окраски нам полезны и необходимы .Человек не может жить в абсолютной тишине (40 часов в абсолютной тишине и человек теряет чувство реальности) –возникают галлюцинации , уменьшается пульс .По данным австрийских исследователей ,шумовое загрязнение в городах снижает продолжительность жизни человека на 8-12 лет.

Инфразвук – звуковые колебания с частотой ниже 20 Гц. Вызывает заболевание похожее на приступы морской болезни.

Неслышимый звук может быть причиной общих недомоганий , головокружений.

Шум ухудшает сон человека , сужает кровеносные сосуды и вызывает головную боль , значительно понижает уровень адреналина в периферической крови ; повышается кровяное давление , замедляется ритм сердечных сокращений , понижается секреция слюнных и желудочных желез , нарушаются функции щитовидной железы и коры надпочечников , изменяется электрическая активность мозга.

Учащиеся и педагогические работники школ не придают серьезного значения борьбе с шумовым загрязнением школьных зданий.

Призывая детей к порядку в коридорах , мы не только защитим себя от шума и пыли , но и привьем определенные этические нормы .Для шумных игр должны быть отведены и благоустроены дворовые участки.

Существуют звуки, которые лечат или способствуют творческой деятельности . Удачно выбранный музыкальный аккомпанемент –надежный способ преодоления усталости .В использовании музыки заложено и очень эффективное средство развития эмоционального мира личности. Использование музыки в качестве психотерапевтического средства получило широкое распространение на производстве , в медицине , спорте.

В школах Ростова-на-Дону накопили опыт в использовании музыки как средства эмоционального воздействия на учащихся.В школе №2 музыку как фон уроков по живописи , природоведению , чтению в начальных классах до последнего времени широко практиковали педагоги И.А Ледовская ,Ю.В.Фисенко .

Русский физиолог И.Р.Тарханов своими оригинальными доказал , что мелодии ,доставляющие человеку радость , замедляют пульс , увеличивают силу сердечных сокращений , способствует расширению сосудов и нормализации артериального давления , музыка , которую охотно слушают стимулирует выделение пищеварительных соков и повышает аппетит.

По исследованиям врача– психотерапевта С.Мамулова , кларнет влияет исключительно на кровообращение .Скрипка и фортепиано лучше всего успокаивают .А самым расслабляющим действием обладает флейта.

Музыка активирует гораздо больше зон головного мозга, чем речь, эмоции вызванные симфонией, приводят к гормональным и биохимическим изменениям, влияют на обменные процессы, дыхательную и сердечно-сосудистую систему, тонус головного мозга.

Музыку можно использовать на занятиях и переменах.

В качестве элементов воздействия при моделирования настроения в музыкальные образы могут включаться фрагменты из следующих произведений : при переутомлении, нервном истощении - «Утро» Э.Грига, «Полонез» М.Очинского ; при меланхолическом настроении – «К радости»Л.Бетховена; при выраженной раздражительности ,-«Хор пилигримов» В.Вагнера, «Сентиментальный вальс» П. Чайковского, «Лунный вальс» К.Дебюсин, «Грезы» Р.Шумана.

На уроке, как и на перемене во всем школьном здании музыкальное звучание должно быть негромким.

*Зоотерапия*

Животные обладают сильнейшими чувствами , как и человек , если не более.

Поглаживание кошки несколько раз в день в течение 10 – 15 минут понижают кровяное давление у гипертоников на 20-30 % , может предотвратить инфаркт.

Взаимоотношения детей с животными .Общение ребенка с дельфином оказывает терапевтическое воздействие .

Иппотерапия – лечебное общение детей и подростков с лошадьми. Этот метод лечения важен для детей с ограниченными возможностями здоровья – глухих и слабослышащих , инвалидов детства.

Уход за животными на ипподроме или в специальном питомнике , их кормление , снаряжения , верховая езда и сам процесс общения и управления такими животными приносят подросткам неописуемую радость , формируют адекватную самооценку , физически их развивают и корректируют эмоциональную сферу.

В нашей стране число конезаводов и ипподромов , а также дельфинариев ограниченное конничество , поэтому шанс профилактики многих психических расстройств и дефектов эмоциональной среды подростков мал .

В школах делают живые уголки природы и приюты для бездомных кошек и собак, но это только в крупных городах.

Зоотерапия должна быть непрерывной и системной.(1)

**Глава II.**

**Анкетирование учителей по вопросу влияния нетрадиционных форм обучения на здоровье учащихся.**

С целью изучения влияния нетрадиционных форм обучения на здоровье учащихся, было проведено анкетирование учителей в количестве 19 человек.

(Приложение 1)

Базой исследования явилась МОУ Гавровская средняя общеобразовательная школа.

Проанализировав данные анкет, были получены следующие результаты.

Преподаватели, чей педагогический стаж составляет от 1.5 до 12 лет, (5 учителей) понимают под нетрадиционными формами обучения занятия, отличающиеся от традиционных; то что не соответствует общепринятым стереотипам; такие формы, которые соответствуют духу современного времени.

Под формами нетрадиционных уроков учителя понимают в основном компьютерные технологии (60%), ролевые игры (40%).

Учителя считают необходимым внедрение таких уроков в школьном обучении и применяют их на своих занятиях 2-3 раза в месяц.(100%)

На вопрос о том, как нетрадиционные формы обучения способствуют созданию здоровьесберегающей сферы в классе 60% преподавателей ответили, что такие уроки мало способствуют созданию здоровьесберегающей сферы в классе, а 40% учителей с небольшим педагогическим стажем считают, что такие уроки сильно способствуют для ее создания.

Ответы учителей с большим педагогическим стажем(14 учителей) отличны от ответов учителей с небольшим педагогическим стажем. Они считают нетрадиционные уроки более эффективными для создания здоровьесберегающей сферы 71.4% учителей; 28.56% учителей считают мало способствующей. Но ни один преподаватель не считает вовсе не способствующей.

На вопрос, что понимают под такими формами обучения, были получены интересные ответы:

- это формы работы, которые позволяют ребенку мыслить и не боятся высказаться,- это все, что необычно и ново,

- это новые формы, апробированные учителями-новаторами, новые методики,

-это те уроки, которые способствуют оптимизации и эффективности обучения в несколько раз.

К формам нетрадиционных уроков учителя относят: урок-суд, урок- портрет, урок-путешествие, урок-игра, урок-концерт, урок-расследование, урок– проект.

Практически все преподаватели считают обязательным использование компьютерных технологий.

Применять нетрадиционные формы обучения считают необходимым все учителя, участвовавшие в анкетировании. 21% учителей проводят их чаще, чем это необходимо ( каждые 1-2 недели) что может снизить интерес учащихся к предмету и превратить такие уроки в традиционные. 49.9% учителей предпочитают использовать их один раз в месяц. 28.7% учителей используют не чаще одного раза в месяц, в зависимости от закрепления учебного материала учащимися.

Среди анкетируемых учителей, на вопрос – «Почему Вы не используете нетрадиционные формы обучения? » был получен следующий ответ: «Не имею компьютера в кабинете»!

А ведь кроме компьютерных технологий существует масса других форм проведения таких уроков, например, урок-праздник и т.п. Но и на этом нельзя ограничивать работу с нетрадиционными формами обучения.

Нельзя забывать о мире запахов в школьных стенах. О цветовой гамме, которая по- разному воздействует на самочувствие учащихся, возможно даже использование негромкой классической музыки во время занятия или на переменах, а также обустройство живых уголков природы.

Но педагоги по разным причинам не отнесли все эти формы к нетрадиционным. Но невозможно сохранить или восполнить урон здоровья учеников с помощью использования одних лишь уроков-игр или, тем более, компьютерных технологий.

Следовательно, моя гипотеза об использовании нетрадиционных форм обучения с целью улучшения здоровья школьников, подтверждается.

Таким образом, видно, что учителя по- разному осведомлены об использовании нетрадиционных форм обучения.

Учителя с большим педагогическим стажем более развернуто отвечали на поставленные вопросы. Они считают применение нетрадиционных форм способствующим для создания здоровьесберегающей сферы.

При этом у преподавателей с маленьким педагогическим стажем применение нетрадиционных форм обучения ограничивается использованием только компьютерных технологий и ролевых игр. Также, преподаватели относят нетрадиционные уроки к мало способствующим для создания здоровьесберегающей сферы в классе.

**Заключение**

Эффективность учебного процесса во многом зависит от умения учителя правильно организовать урок и грамотно выбрать ту или иную форму проведения занятия.

Образование должно развивать не только интеллект, но и оптимизм, ответственность, социальную компетентность, укреплять физическое и психологическое здоровье ребенка. Именно по этой причине, данная тема в настоящее время очень актуальна. Нетрадиционный урок– это импровизированное учебное занятие, имеющее нестандартную структуру.

Опыт школьных преподавателей и исследования педагогов-новаторов показали, что нетрадиционные формы проведения уроков поддерживают интерес учащихся к предмету, повышают мотивацию учения. Причем, формирование положительной мотивации должно рассматриваться учителем как специальная задача.

Использование нетрадиционных уроков в школе помогает обеспечить благоприятный климат в классе, эмоциональную устойчивость и следовательно профилактику хронических заболеваний у школьников.

Нетрадиционные формы урока реализуются после изучения какой-либо темы.

Методически высоко эффективными, реализующими нетрадиционные формы обучения, развития и воспитания учащихся являются дидактические игры, урок-спектакль, урок-интервью, урок-праздник, урок-экскурсия, видео -урок,интегрированный урок, урок-проект, урок-мюзикл. Существуют следующие типы уроков: уроки формирования новых знаний, обучения умениям и навыкам, повторения и обобщения знаний, закрепление умений, уроки проверки и учета знаний и умений.

Многие годы ребенок проводит в стенах школы и поэтому ценностное отношение к здоровью не может формироваться без участия педагогов. Важно сохранить не только физическое здоровье ученика, но и психологическое и социальное.

В некоторых школах вводятся еще более нетрадиционные формы обучения. Йогическая система, ароматерапия, цветотерапия, шумовой ландшафт в школе, зоотерапия. Но эти формы обучения, благоприятные для здоровья школьников, практикуются в школьной системе очень редко из-за незнания об их существовании или из-за отсутствия условий для проведения.

Нетрадиционные формы проведения уроков дают возможность не только поднять интерес учащихся к изучаемому предмету, но и развивать их творческую самостоятельность, обучать работе с различными источниками знаний. Такие формы проведения занятий « снимают» традиционность урока, оживляют мысль.

Однако необходимо отметить, что слишком частое обращение к подобным формам организации учебного процесса нецелесообразно, т.к. нетрадиционное может быстро стать традиционным, что в конечном счете приведет к падению у учащихся интереса к предмету.

Подводя итог выше сказанному еще раз хочется отметить актуальность выбранной темы и рекомендовать учителям уделять большее внимание нетрадиционным урокам, так как это поможет сохранить здоровье учащихся.

После проведения анализа анкет можно увидеть как важны нетрадиционные формы обучения. Что является важным правильное применение таких уроков, чтобы создать здоровьесберегающую сферу в классе.

Список использованной литературы

1. Дыхан Л.Б., Кукушин В.С., Трушкин А.Г.Педагогическая валеология.

с.1-10,с.132,136,с.232-233,с.244,247,с.265-268, с.271,с.274-278,с.357-364.

2. Конюшко В.С., Чубаро С.В, Павлюченко С.Е .Методика обучения биологии

3. Нетрадиционные формы уроков по русскому языку. http://revolution \pedagogics\000-12295 o httml.

4. Программа «Здоровье»\\Учитель в школе№4.-2007г.

5. Синягина М.Ю. Кузнецова И.В.Как сохранить и укрепить здоровье детей. Психологические установки и упражнения.с.3-4,с.11,с.27-28,с.53,с.112

6. Смирнова Е.О., Абдулова Е.А.. Искусство воспитания – путь к здоровому развитию toy-museum@mail.ru

7. Сорванова М.А.Формирование культуры здоровья на уроках технологии// Школа и производство №7.2007г., с.64-66.

8. Титов С.В., Шабаева Г.И.Тематические игры по ОБЖ. Методическое пособие для учителя.- М.;ТУ Сфера ,2005.-176с.

9. Черникова Т. В. Здоровьесберегающий потенциал профильного обучения-М.2005 г. с.5-6.

10) http:// kursovya - online.ru 25161 html