



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «Юурггпу»)

ФАКУЛЬТЕТ ПОДГОТОВКИ УЧИТЕЛЕЙ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ
КАФЕДРА МАТЕМАТИКИ, ЕСТЕСТВОЗНАНИЯ И МЕТОДИКИ ОБУЧЕНИЯ
МАТЕМАТИКЕ И ЕСТЕСТВОЗНАНИЮ

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ОБУЧЕНИИ
МЕДЛИТЕЛЬНЫХ ДЕТЕЙ

Выпускная квалификационная работа
по направлению 44.03.05. Педагогическое образование
Направленность программы бакалавриата
«Начальное образование. Дошкольное образование»

Проверка на объем заимствований:

52,8 % авторского текста

Работа рекомендована к защите
рекомендована / не рекомендована

« 17 » мая 20 18 г.

зав. кафедрой математики,
естествознания и методик обучения
математике и естествознанию
Н.А. Белоусова Н.А. Белоусова

Выполнила:

Студентка группы 508/072-5-1

Полковникова Наталья Васильевна

Научный руководитель:

Кандидат педагогических
наук, доцент

Осолодкова Елена Владимировна

Челябинск
2018

Содержание

Введение	3
Глава 1 Теоретические аспекты использования здоровьесберегающих технологий в обучении медлительных детей в начальной школе.....	6
1.1 Здоровьесберегающие образовательные технологии в начальной школе.....	6
1.2. Феномен медлительных детей.....	11
1.3. Здоровьесберегающие технологий в обучении медлительных детей	15
Выводы по главе 1.....	23
Глава 2 Практическая работа по использованию здоровьесберегающих технологий при обучении медлительных детей.....	25
2.1. Анализ использования здоровьесберегающих технологий в образовательном учреждении.....	25
2.2 Методические рекомендации учителю начальных классов по сохранению здоровья при обучении медлительных детей.....	31
Выводы по главе 2.....	36
Заключение.....	38
Список литературы.....	41
Приложения.....	44

Введение

Законом «Об образовании в РФ» приоритетным направлением государственной политики в образовании стало сохранение здоровья школьников. Сохранение здоровья позволит детям усвоить школьную программу, получить знания, умения и навыки, а впоследствии освоить профессию.

Период начальной школы представляет собой особенно ответственный этап в формировании способности к здоровому образу жизни, сохранения как физического здоровья, так и психоэмоционального. В младших классах дети осваивают достаточно сложный учебный материал, устанавливают межличностные отношения в коллективе сверстников, поэтому на ребенка в этот период действуют много неблагоприятных факторов, которые могут отрицательно сказаться на здоровье ребенка. Отсюда, важной задачей педагога начальных классов является укрепление здоровья младших школьников. Бодрость и жизнерадостность детей напрямую скажутся на их умственному развитию, духовном развитии, формировании веры в свои силы, желании учиться, становлении мировоззрения .

Физическое и психоэмоциональное благополучие каждого школьника, формирование культуры здоровья закладывается в школе. Достижения этой цели можно добиться посредством использования здоровьесберегающих образовательных технологий, использующихся «педагогикой здоровья».

К вопросам сохранения и укрепления здоровья обращались ученые разных научных направлений: философы, психологи, культурологи. Можно называть такие имена известных исследователей, как В.П. Казначеев, Е.А. Климова, И.Т. Фролов, В.Л. Леви, А.Х. Маслоу и др. В работах Н.М. Амосова, Г.Л. Апанасенко, И.А. Аршавского, С.В. Волкова рассматриваются медико-биологические аспекты сохранения здоровья порастающего поколения.

В настоящее время ведется поиск методов оздоровления детей в условиях школы. По мнению исследователей (Н. К. Смирнов, В. Д. Сонькин, Ю. В. Науменко и другие), для сохранения и укрепления здоровья учащихся должны использоваться эффективные и несложные в осуществлении методы, обеспечивающие максимально полный охват, и в то же время не нарушающие воспитательно-образовательный процесс (ВОП) в школе.

Так же в настоящее время не нужно никого убеждать, что все учащиеся обладают индивидуальными особенностями характера, темперамента. Одной

из таких групп, у которых имеются трудности во включении в учебный процесс являются медлительные дети.

Еще в начале 80-х годов, учеными НИИ физиологии детей и подростков АПН СССР, при массовом обследовании детей дошкольников и младших школьников выявили, что 22% детей, имеют затруднения в обучении, связанные с медлительностью. В данном случае следует говорить об истинной медлительности, которая обусловлена особенностями нервной системы, являющихся врожденными. Это слабая подвижность нервных процессов. В других случаях медлительность может возникать как реакция на средовые факторы.

У медлительных детей педагогические и психологические сложности начинаются после поступления в детский сад. После начала школьного обучения сложности обостряются. Детям трудно быстро включиться в работу, дети отстают от темпа класса, не успевают позавтракать за отведенное время на перемене, переодеться в раздевалке и т.п.

Особенно трудно приходится ребенку, если у его родителей и учителей другой личный темп. Необходим поиск средств эффективного включения медлительных детей в учебный процесс без вреда для их здоровья и эмоционального состояния. В этом случае педагогам необходим подбор специальных здоровьесберегающих технологий.

Объект исследования применение здоровьесберегающих технологий в начальной школе.

Предмет исследования использование здоровьесберегающих технологий при обучении медлительных детей.

Цель: изучить теоретические и методические основы применения здоровьесберегающих технологий при обучении медлительных детей.

Задачи работы:

1. Провести теоретический анализ научных подходов к реализации здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе начальной школы.
2. Рассмотреть феномен медлительных детей в психологии и педагогике.
3. Выявить специфику применения здоровьесберегающих технологий в обучении медлительных детей.
4. Разработать рекомендации для педагогов и родителей по применению здоровьесберегающих технологий в обучении медлительных детей.

База исследования: МАОУ СОШ № 8 г. Челябинск .

Структура работы: квалификационная работа состоит из введения, двух глав, выводов по главам, заключения, списка литературы, приложения.

Глава 1 Теоретические аспекты использования здоровьесберегающих технологий в обучении медлительных детей в начальной школе

1.1 Здоровьесберегающие образовательные технологии в начальной школе

Здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов. Проблема здоровья детей сегодня как никогда актуальна. Школу, которая осуществляет свою деятельность по развивающему обучению, должна интересоваться не только успеваемостью, но и то, что чувствует ученик, о чем думает, как относится к себе и другим. Образовательные учреждения должны использовать такие средства для развития детей, которые не окажут негативного воздействия на их здоровье. Так как здоровье является важнейшим фактором работоспособности и гармоничного развития человеческого организма, то и подготовка к здоровому образу жизни ребенка на основе здоровьесберегающих технологий должна стать приоритетным направлением в деятельности каждого образовательного учреждения [3].

Цель современной школы – подготовка детей к жизни. Каждый школьник должен получить за время учебы знания, которые будут востребованы им в дальнейшей жизни. Достижение названной цели в нынешней школе может быть достигнуто с помощью технологий здоровьесберегающей педагогики, которые рассматриваются как совокупность приемов и методов организации учебно-воспитательного процесса без ущерба для здоровья школьников и педагогов.

Младший школьный возраст характеризуется ростом физической выносливости, работоспособности. Но этот рост весьма относительный, так как повышенная утомляемость, эмоциональная чувствительность и ранимость для этого возраста, вполне оправданы. Основная задача учителя не только сохранить уровень физического и духовного здоровья, но укрепить его. Именно поэтому очень важно использовать в учебной деятельности именно начиная с младших классов здоровьесберегающие технологии, так как они предусматривают системный подход к обучению и воспитанию, построенный на стремлении педагога не нанести ущерб здоровью учащихся.

Родоначальником этого понятия стал Н.К. Смирнов, который дал следующее определение: «Это совокупность форм и приемов организации учебного процесса без ущерба для здоровья ребенка и педагога» [28].

На практике к таким технологиям относят те, которые отвечают следующим требованиям (В.Д. Сонькин):

1. Создают нормальные условия для обучения в школе (отсутствие стресса у ребенка, создание доброжелательной атмосферы, адекватность требований, предъявляемых к ребенку).
2. Учитывают возрастные возможности ребенка. То есть, при распределении физической и учебной нагрузки учитывается возраст.
3. Рационализируют организацию учебного процесса (в соответствии с психологическими, культурными, возрастными, половыми, индивидуальными особенностями каждого ребенка).
4. Обеспечивают достаточный двигательный режим.

Основные принципы здоровьесбережения в начальной и средней школе также сформулированы Н.К. Смирновым [28].

- "Не навреди"
- Забота о здоровье учителя и ребенка в приоритете.
- Непрерывность. То есть работа по сохранению и защите здоровья должна вестись не от случая к случаю, а постоянно, комплексно.
- Соответствие содержания обучения возрасту.
- Успех порождает успех. То есть, нейтрализация всего негативного и акцентирование положительных факторов.
- Ответственность. Учитель должен стремиться воспитать у ребенка ответственность за свое здоровье.

Реализация здоровьесберегающих технологий проводится в рамках лично-ориентированного подхода. В основе здоровьесберегающих технологий лежат лично-развивающие ситуации, способствующие эффективному взаимодействию школьников, осуществлению учебной деятельности, личностному развитию.

Внедрение здоровьесберегающих технологий требует участия школьника в приобщении к культуре взаимоотношений человека с человеком, в освоении опыта здоровьесбережения. Этот процесс происходит посредством расширения сферы деятельности школьника, его общения, развития саморегуляции, когда внешний контроль переходит во внутренний самоконтроль. В результате процесса воспитания и самовоспитания формируется активная жизненная позиция, ответственность за свое здоровье и здоровье других людей [15].

По определению В.В. Серикова, технология в любой сфере - это деятельность, в максимальной мере отражающая объективные законы данной

предметной сферы, построенная в соответствии с логикой развития этой сферы и потому обеспечивающая наибольшее для данных условий соответствие результата деятельности поставленным целям [20].

Применение здоровьесберегающих технологий позволяет развить природные способности ребенка, в частности ум, нравственные качества, эстетические чувства, потребность в деятельности и активности, коммуникативные способности и опыт общения с людьми, искусством, окружающей природой.

«Здоровьеформирующие образовательные технологии», по определению Н.К. Смирнова, - это все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни [28].

Как следует из приведенных определений, основная цель здоровьесберегающих технологий - сохранение и укрепление здоровья учащихся. Отсюда возникают основные задачи:

- обеспечение школьнику возможности сохранения здоровья на период обучения в школе;
- снижение уровня заболеваемости учащихся;
- сохранение работоспособности на уроках;
- формирование у учащихся знаний, умений и навыков по здоровому образу жизни;
- формирование системы спортивно-оздоровительной работы.

Специалисты, разрабатывающие данное направление в методологии, предлагают несколько классификаций здоровьесберегающих технологий, учитывающих разные аспекты. Наиболее общая классификация выглядит так:

1. Технологии, которые обеспечивают гигиенически оптимальные условия для обучения.
2. Технологии обучения здоровому образу жизни.
3. Психолого-педагогические технологии, используемые учителями в урочной и внеурочной деятельности. Имеется в виду влияние учителя на учеников на каждом этапе урока и во время внешкольных занятий.
4. Коррекционные технологии [11].

В решении проблемы формирования здоровьесберегающей образовательной среды особенного значения приобретает профессиональная деятельность учителя. Личность и жизнь учителя для учащихся также модель

и образец пути сохранения здоровья, а, следовательно, нравственности и мудрости. Здоровый учитель – это учитель, полный жизненных сил, с конструктивно – позитивным мышлением, позволяющим обнаружить в окружающем мире в первую очередь его положительные стороны. Здоровый учитель — тот, кто ищет пути решения проблемы сохранения здоровья учащихся в образовательном процессе. Это требует изменение логики и способов изложения учебного материала, методов, средств и организационных форм обучения.

Обращаясь к здоровьесберегающей организации учебного процесса, стоит отметить, что она предусматривает решение ряда заданий, в частности:

1. Оптимальное расписание должно отвечать динамике изменений умственной работоспособности учеников определенного возраста. Известно, что в течение учебного дня работоспособность увеличивается от минимальной на первом уроке к оптимальной на втором-третьем (в начальных) или третьем-четвертом (в средних и старших классах), а затем начинает снижаться из-за развитие усталости [32].

Умственная работоспособность также имеет динамику в процессе ученой недели. В понедельник она будет наименьшей, а в среду-четверг максимальной.

2. Внедрение в учебный процесс элементов активного отдыха. Использование с этой целью физкультминуток помогает решить целый ряд заданий: предупреждение ранней умственной усталости и возобновление умственной работоспособности благодаря активизации мозгового кровообращения и переключению внимания; устранение застойных явлений в кровообращении и дыхательной системе; релаксация мышц, которые отвечают за аккомодацию глаза.

3. Обеспечение необходимых гигиенических условий в учебных помещениях;

4. Рациональная организация занятий физической культурой во внеурочное время [32].

Выбор здоровьесберегающих технологий зависит от программы, по которой работает школа, от условий обучения и возможностей школы, от профессионализма педагогов. Здоровьесберегающие технологии эффективнее использовать комплексно, сочетая технологии и выбирая оптимальный вариант, исходя из конкретных условий.

Без сомнения, необходимо и создание психикосберегающего пространства всего учебного заведения.

С целью формирования педагогической культуры родителей, администрации общеобразовательных учебных заведений, необходимо также разрабатывать комплекс просветительских мероприятий, среди которых, – мероприятия по

формированию здоровьесберегающей компетентности. Только тесное сотрудничество администрации, учителей, учеников и родителей, может способствовать решению проблемных вопросов учебно-воспитательного процесса.

1.2. Феномен медлительных детей

Иван Петрович Павлов, первый русский физиолог мира, открыл нервные процессы, в частности, разные виды внутреннего торможения, которые оказывают прямое влияние на социальное приспособление человека: усвоение правил поведения в обществе, понимание требований и их выполнение.

Он указывал, что усвоение правил поведения в человеческом обществе опирается на выработку различных видов внутреннего торможения и именно поэтому проблема внутреннего торможения имеет самое прямое отношение к практике педагогики.

Павлов И.П. открыл и описал два основных вида торможения:

1. Врожденное, безусловнорефлекторное (внешнее);
2. Приобретенное, условнорефлекторное (внутреннее).

У медлительных (инертных) детей сильным является лишь внешнее торможение (врожденное), внутреннее же торможение слабое. Внутреннее торможение постепенно вырабатывается под влиянием воспитания, а внешнее торможение с возрастом ослабевает [6].

Таким образом, мы можем сформулировать понятие медлительности применительно к детскому возрасту.

Медлительность – свойство личности, заключающееся в снижении двигательной активности, медленности психической деятельности, основанное на малой подвижности нервных процессов или возникающее в результате неправильного воспитания [17].

Медлительные учащиеся могут значительно осложнить деятельность классного коллектива, они не могут выполнить учебные действия вовремя, с запозданием реагируют на требования учителя, не успевают переработать поступающую информацию.

В ходе урока медлительные дети не успевают выполнить работу за отведенное время, их ждут другие ученики. Это приводит к появлению нервозности со стороны одноклассников или даже учителей. Но наибольшие неудобства испытывают сами медлительные дети, так как дети могут неохотно играть с ними, усугубляются трудности обучения, раздражаются учителя.

Такие последствия не объясняются низким уровнем умственного развития или худшим уровнем понимания учебного материала. Многие дети,

наоборот, имеют способности к обучению, но они не могут поддерживать предложенный учителем темп работы, он для них слишком быстр, поэтому медлительных детей постоянно торопят, при этом уровень усвоения материала все больше ухудшаются.

По данным М.М. Кольцовой, медлительных детей примерно столько же, сколько и гиперподвижных – около 21-23% [16].

Кольцова М.М., занимавшаяся проблемами медлительных детей, отмечает, что медлительные дети нуждаются в помощи.

В то же время, медлительные дети меньше доставляют проблем, чем гиперактивные дети, их проблемы педагогам не так заметны. Однако, известный физиолог А.Г. Иванов-Смоленский отметил, что многолетние наблюдения свидетельствуют о том, что в школе медлительные дети оказываются в неблагоприятном положении и часто дают неврозы [7].

Американский психолог Дж. Холт ещё в 1956 году на основании своих наблюдений пришел к выводу, что дети даже с небольшой степенью медлительности могут встретиться со школьными неудачами.

Значительное количество медлительных детей вырабатывают собственную систему психологической защиты: они либо перестают напрягаться и смиряются с участью «тихого троечника», либо принимают агрессивно-протестную форму поведения «двоечника» («а я вообще учиться не буду»), либо перестают регулярно посещать школу, прогуливают занятия, проводят время за более приятным занятием во время учебного дня, например, за компьютером.

По словам М.М. Кольцовой, «... при низкой подвижности дело не только в медлительности движений и умственной деятельности – тут возникают качественные отличия в работе мозга, а значит, торопить и подгонять такого ребенка не только бесполезно, но и вредно: он затормаживается еще больше, а так как торопят его постоянно (то есть ставят в стрессовую ситуацию), то появляется и опасность невротизации» [16]. В результате чего часто появляется реакция отказа посещать школу, нарушение коммуникаций между медлительным учеником и учителем. Все это ведет медлительного ребенка к школьной дезадаптации.

Кузнецов А.Н. и Войнова О.С. медлительность относится к причинам нарушения школьной адаптации. По их мнению, в качестве проявлений дезадаптации выделяются: агрессию по отношению к людям и вещам, чрезмерную подвижность, постоянные фантазии, чувство собственной неполноценности, упрямство, неадекватные страхи, сверхчувствительность, неспособность сосредоточиться в работе, неуверенность в принятии решения, повышенную возбудимость и конфликтность, частые

эмоциональные расстройства, чувство своего отличия от других, лживость, заметную уединенность, чрезмерную угрюмость и недовольство, завышенную самооценку, обгрызание ногтей, энурез, гримасничанье, дрожание пальцев рук, говорение с самим собой. Но к числу основных первичных внешних признаков и врачи, и педагоги, и психологи единодушно относят затруднения в учебе и различные нарушения школьных норм поведения [17].

У медлительных детей наблюдается несоответствие психофизиологического статуса ребенка требованиям школьного обучения. Психологические трудности, испытываемые детьми данной категории, чаще всего вторичны, т.к. формируются как следствие неверной интерпретации учителем их индивидуально-психологических свойств.

В начале обучения оценка причин затруднений может быть ошибочной, педагог может несвоевременно выявить детей с затруднениями в овладении учебным материалом. В дальнейшем это приводит к усугублению проблем и снижению успеваемости, особенно в среднем звене, когда большое количество учителей уже не могут уделять достаточное внимание каждому ребенку.

Выработка всех форм внутреннего торможения - очень трудная задача и поведение детей часто сопровождается капризами, плачем, обидами, они очень сердятся. Больше всего страдают от этого медлительные дети, так как взрослые раздражаются на них за их медлительность: их то и дело торопят, бранят, наказывают, дети не очень охотно принимают их в игры и они испытывают трудности в обучении. Темп объяснений и показа учебного материала в образовательных учреждениях для инертных детей оказывается слишком быстрым [6].

В условиях обучения в современной школе — ранее систематическое обучение детей, широкая компьютеризация учебного процесса, ускорение темпа ведения уроков, определяют важность, необходимость и актуальность, своевременного выявления и оказания помощи медлительным детям в период дошкольного детства, отвечая современным запросам в условиях внедрения ФГОС.

Федеральный Государственный Образовательный Стандарт направлен на решение такой задачи: «Обеспечения равных возможностей полноценного развития каждого ребёнка в период детства независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья)». Решение такой важной задачи в соответствии с ФГОС обеспечивает психолого-педагогическое сопровождение «особых» детей и формирования высоких

адаптационных возможностей детского организма к социальным условиям [33].

Таким образом, многолетние наблюдения ученых свидетельствуют о том, что в школе медлительные дети оказываются в неблагоприятном положении и у них плохая успеваемость. По результатам наблюдений ученых, медлительные дети испытывают затруднения при обучении уже в детском саду и они больше подвержены развитию неврозов.

Поэтому своевременное выявление, правильное выстраивание отношений с ними и оказание помощи медлительным детям, является не только физиологической, но важной социальной задачей.

1.3 Здоровьесберегающие технологии в обучении медлительных детей

По данным исследований для большинства медлительных детей самостоятельно справиться со школьными трудностями не представляется возможным. Для педагогов начальной школы можно выделить несколько направлений помощи, которую они могут оказать ребенку в процессе обучения:

1- адаптация непосредственно учебного процесса к особенностям этих детей (профилактика возникновения проблем медлительных детей в учебном процессе, создание условий, в которых медлительные дети будут чувствовать себя комфортнее и в которых их недостаток, медлительность, обернется в достоинство). Например, - введение сдвоенных уроков для этих детей;

2 -коррекция медлительности специалистами или социальным педагогом, в содержание которой должны войти тренинги и упражнения, направленные на увеличение личного темпа реакций и подвижности нервных процессов (по возможности);

3- воспитание у медлительных детей навыков самокоррекции [33].

Каждому педагогу следует знать, что психо - физиологические особенности, характерные для медлительных детей требуют использования индивидуального подхода к работе с ними.

Прежде всего, педагогу требуется выяснить причины медленного темпа работы ребенка. В том случае, когда они обусловлены окружением ребенка, можно проводить коррекцию темпа.

В том случае, когда медлительность истинная педагог подбирает для себя и для родителей подходы по взаимодействию с конкретным ребенком, которые не позволят медлительности негативно сказаться на учебных успехах детей.

Например: медлительных детей нередко считают ленивыми, плохо соображающими, неспособными, но оцениваются при этом не реальные способности детей, а их возможность поддерживать определенный темп работы. Но этот стереотип и не имеет психофизиологических обоснований, у медлительных детей уровень школьных знаний, умений может быть очень высоким. Именно для достижения высоких результатов и используются здоровьесберегающие технологии, которые не просто подгоняют ребенка, а дают ему работать в своем темпе, закрепляя полученные знания [33].

Даже у истинно медлительных детей можно повысить скорость мышления. Для этого организуется коррекционно-развивающая работа в направлении развития произвольности, переключаемости внимания и др.

Психолого-педагогическое сопровождение медлительных детей ставит перед собой следующие задачи:

- диагностика причин медлительности ребенка,
- коррекционно-развивающая работа с ребенком по ослаблению основных причин медлительности (групповая и индивидуальная),
- просветительская работа с педагогами и родителями по особенностям взаимодействия с медлительными детьми.

В начальной школе особенно важно вовремя разглядеть причины медлительности ребенка, т.к. именно в это время идет активное становление умения учиться, развиваются личностные качества ребенка.

На первом, наиболее сложном этапе адаптации (приспособления) к школе, а этот период продолжается у первоклассников почти полтора месяца, может не быть каких-то специфических трудностей письма, чтения и др. Но важно обратить внимание на здоровье ребенка, его жалобы. У него могут проявляться: головные боли, может измениться его поведение. Надо выяснить, в чем причина. Может быть такое, что ребенок просто устает от непосильно быстрого темпа работы и очень старается все успеть, что дается ему высокой ценой [33].

Бывает, что он уже начал отставать, понимает это и расстраивается, огорчается.

Для медлительного ребенка в школе все чрезмерно, поэтому после занятий ему лучше быть дома, в спокойной обстановке.

Рассмотрим специфику работы с медлительным ребенком на уроках русского языка и чтения.

Эти предметы являются трудными для усвоения любого ребенка. Для медлительного ребенка освоения письма и чтения в темпе класса может стать затруднительным. При этом, заставлять такого ребенка писать и читать быстрее нельзя.

Постепенно, по мере взросления ребенка, совершенствуется его деятельность и скорость письма и чтения повышается. В то же время по сравнению с другими детьми у медлительного ребенка скорость чтения и письма все равно будет ниже. Поэтому здесь главным является не допустить форсирования темпа работы, что может привести в конечном счете к неврозу у ребенка.

То есть, если ребенка с низкой подвижностью нервной системы торопить и подгонять, то это не приведет к повышению скорости его работы, а наоборот, вредно скажется на ее выполнении [17].

Приведем трудности, которые возникают у медлительных детей при письме и чтении более подробно. Первоначально родителей и учителя сталкиваются с тем, что ребенок не успевает выполнить задание, при письме. Это хорошо видно по прописям медлительных детей. Ребенок может успеть выполнить только половину страницы, а может только четверть. Это неуспевание связано как с механическими техническими навыками письма, так и с тем, что ребенок не успел понять и осмыслить происходящее на уроке, поэтому тормозится и весь процесс освоения навыка письма.

Еще сложнее тем детям, а таких много среди медлительных, которые в силу индивидуальных особенностей не могут программировать свое действие, составить его план, имеют какие-либо задержки моторного развития, не позволяющие им контролировать свои движения и управлять ими.

Главная трудность у медлительных детей обусловлена тем обстоятельством, что они с трудом переключаются с одной деятельности на другую и не могут воспринять всю информацию от учителя.

Эти дети словно не видят конфигурацию буквы, соотношения ее частей, путают правые и левые части букв, «не видят строку». Отсюда разный наклон, величина, ширина, высота букв. Поэтому первым шагом к обучению письму для них становится развитие умения различить элементы букв, понимание как отдельные буквы располагаются на строке, определение последовательности их написания в словах. Вместо освоения этих навыков медлительный ребенок вынужден успевать за классом, что негативно сказывается на качестве освоения письма. Главным для него становится не отстать от класса. Закономерно, что почерк будет становиться все хуже, и все чаще ребенок будет не успевать на уроке. Несоответствие требуемой и возможной скорости письма часто приводит к тому, что оно словно тормозится [16].

Еще одна особенность медлительных детей, о которой следует помнить, — трудность переключения (особенно быстрого) на новый вид деятельности. Медлительных детей зачастую называют инертными, так как они не могут успеть за меняющейся ситуацией, не улавливают ее. Если во время объяснения математики вдруг спросить, как пишется та или иная буква, ответ ребенка скорее будет неудовлетворительным, а он всего лишь еще не смог переключиться, перестроиться, оттого и не сумел с ходу ответить на вопрос. Эта трудность переключения, невозможность выполнять

быстро меняющиеся задания при быстрой смене деятельности нередко оцениваются как «непонимание», «низкие учебные способности», а ребенок просто не слышит новое задание, так как выполняет предыдущее.

Следующей проблемой для медлительных детей становится чтение, особенно чтение на скорость вслух. Не все учителя начальных классов учитывают особенности медлительных детей при оценке данного вида чтения. В то же время, темп их говорения может быть ниже нормативного. И от ребенка нельзя требовать более быстрого темпа. На практике же учителями оценивается именно скорость, и от ребенка требуется соответствовать нормативам [16].

Необходимо помнить, что скорость чтения вслух не может быть основным критерием успешности формирования этого навыка.

Чтение вслух требует фиксированного внимания к произношению слов, а трудность быстрого произнесения заслоняет смысл слова, теряется связь слов, понимание текста. Нельзя также не учитывать, что чтение вслух можно рассматривать как процесс подачи информации (самому себе), и здесь уже вступают в силу закономерности восприятия информации, которая должна подаваться с определенной скоростью, иначе она плохо воспринимается.

Для повышения психоэмоционального комфорта медлительного ребенка большое значение имеет организация урока.

Учитель строит свой урок в соответствии с динамикой внимания учащихся, учитывая время для каждого задания, чередуя виды работ, чтобы избежать усталость учащихся. Без сомнения, стиль общения педагога с учащимися оказывает влияние на состояние здоровья младших школьников. Наличие внешней мотивации: похвала, поддержка, соревновательный момент и т. п. создает благоприятный психологический климат на уроке, даёт заряд положительных эмоций, полученных школьниками и самим учителем, определяет позитивное воздействие школы на здоровье детей [9].

Количество видов учебной деятельности, которые учитель использует на уроке, а именно: опрос учащихся, письмо, чтение, слушание, рассказ, рассматривание наглядных пособий, списывание, ответы на вопросы, решение примеров, задач, практические занятия и т. д. должно быть 4–7 видов за урок. Однообразный, неинтересный урок способствует быстрой утомляемости школьников. Вместе с тем необходимо помнить, что частая смена одной деятельности на другую требует от учащихся дополнительных адаптационных усилий. А это, в свою очередь, также способствует росту утомляемости.

Для эффективного внедрения в педагогическую практику идей здорового образа жизни немаловажную роль играет повышение

педагогического мастерства самого учителя. Через осознание собственных проблем и особенностей, происходит освоение методов эффективного здоровьесберегающего педагогического взаимодействия с учащимися.

Для сохранения здоровья учеников начальной школы в рамках урока нужно придерживаться правильной структуре урока:

1. Комфортное начало и окончание урока;
2. Необходимо начинать и заканчивать каждый урок с рефлексии как обязательного анализа учащимися собственного психического состояния, эмоционального настроения;
3. Объяснение нового материала должно опираться на субъективный опыт учащихся, как это предлагается в технологии личностно — ориентированного обучения;

Включение в каждый урок психофизиологических разрядок и физических упражнений полезно для психофизической разгрузки учащихся и учителя [29].

Для медлительного ребенка важно начинать выполнение работы, с которой ребенок справляется быстрее, это должен учитывать педагог, выдавая индивидуальные задания.

Также на уроке особенно медлительным детям следует избегать отвлекающих факторов (разговоры, игрушки и т.д.).

Различные тестовые задания с выбором ответа, игровые задания на развитие фантазии, распознавание ошибок, на поиск ошибок позволяет избежать однообразия на уроке, тренируют динамические качества нервной системы. Использование игровых технологий, игровых обучающих программ, оригинальных заданий и задач, позволяют снять эмоциональное напряжение.

Для детей рекомендуется использовать задания для расширения кругозора, которые будут интересны для школьников. У медлительных следует уделить особое внимание формированию положительному отношению как конкретным предметам, так и учебе в целом [19].

Этому способствует использование дифференцированных, индивидуально подобранных заданий, которые позволяют создавать ситуацию успеха для ребенка.

Медлительным детям подходит использование практических заданий, поиска дополнительной информации по конкретным темам в домашней обстановке без ограничений по времени, участие в учебных проектах.

Педагогу следует создавать доброжелательную обстановку на уроке, уделять повышенное внимание к каждому ответу медлительных детей на уроке, давать позитивную реакцию на желание ответить. Для этого также следует пресекать выкрики с места от детей с более быстрой реакцией,

которые могут снизить желание медлительного ребенка отвечать на уроке. Ошибки ребенка надо исправлять тактично, поощрять самостоятельности детей [17].

Обязательной частью уроков должны стать физкультминутки. Они носят общеоздоровительную направленность и являются частью общей системы здоровьесберегающих технологий в образовательном учреждении. Медлительные дети после физкультминутки становятся более активными, их внимание активизируется, появляется интерес к дальнейшему усвоению знаний.

Учитель должен создать положительный настрой у детей в ходе поведения физкультминутки [9].

Для их проведения может понадобиться музыкальное сопровождение. Также в ходе физкультминутки можно делать игровые паузы, зрительную гимнастику, эмоциональную разгрузку.

Педагогу в ходе этого времени требуется провести профилактику переутомления детей, сменить умственную нагрузку на физическую.

Важным в ходе проведения физкультминутки является и оздоровление школьников. Для этого упражнения разнообразятся, меняется темп выполнения.

Физкультминутки дают медлительным детям огромную радость, возможность отдохнуть, переключить внимание с одного вида деятельности на другой.

На уроках дети много пишут и читают, быстрее утомляются. На таких уроках обязательно проводится гимнастика для глаз. Она поможет медлительному ребенку восстановить работоспособность.

В классе на стенах и потолке можно расположить геометрические фигуры, к помощи которых обращаются во время зарядки для глаз [21].

Дети выполняют следующие упражнения:

1. Быстро поморгать и посмотреть на красный квадрат или на оранжевый треугольник.
2. Движение глазами вверх и вниз с максимальной амплитудой.
3. Круговые движения глазами по часовой стрелке и против.
4. Движение глазами по периметру квадрата (на четыре счета).
5. Движение глазами по очертанию цифры 8, но с острыми углами.
6. Движения глазами по дуге — выпуклой и вогнутой.
7. Движение глазами по периметру ромба.
8. Движения глазами вертикальные дуги: вначале по часовой стрелке, потом – против.

9. Зажмуривание глаз изо всех сил, потом широко раскрыть («взгляд испуганного человека»).
10. Моргать веками подобно тому, как машет крылышками бабочка.
11. Переводить взгляд из одного угла в другой по диагоналям квадрата.
12. Свести зрачки к переносице, приблизив при этом указательный палец к носу.
13. Делать движения глазами от левого нижнего угла к правому верхнему и наоборот – от правого нижнего к левому верхнему углу.

Выполнив комплекс, закрыть глаза и в течение 30 секунд массировать веки кончиками указательных пальцев.

Одной из важнейших форм релаксации является игра. После трудного устного упражнения или другого утомительного занятия веселая игра – это идеальная возможность расслабиться. Игры помогают снять скованность, особенно если исключить из них элемент соревнования или свести к минимуму [31].

Медлительный ученик почувствует себя более уверенно и будет участвовать в игре активнее, если цель игры – просто повеселиться, а не считать очки и выигрывать. Хотя элемент соревнования часто добавляет оживление и повышает активность, именно он создает большое психологическое давление на медлительных учеников, они боятся не справиться с заданием, что выводит их из игры. Игры делают процесс обучения, порой трудный и утомительный, веселым, а это усиливает мотивацию к учению.

Например, игра «Здравствуй»

Добрый день, мой милый друг (рукопожатие)

Посмотри-ка ты вокруг (участники поворачивают головы из стороны в сторону).

Здесь есть ты (игроки кладут правую руку на плечо соседа).

Здесь есть я (правую руку участники кладут себе на грудь).

Будем вместе (каждый игрок обе руки ладонями соединяет с руками партнёра, руки необходимо держать на уровне груди)

Жить (каждый участник хлопает в ладоши),

Друзья (партнёры соединяют руки ладонями, держа их на уровне груди).

В такой игре отсутствует элемент соревновательности, в тоже время у ребенка тренируется внимание, умение выполнять задания по команде, строятся доброжелательные отношения между детьми

Медлительным детям трудно удерживать внимание до конца урока и получать знания на последних уроках, так как им трудно отойти от предыдущего материала, когда они уже столкнулись с трудностями и не все

эти проблемы были успешно преодолены. Поэтому детям требуется психологическая тренировка. Для этого может быть полезным проведение аутогенной тренировки [31].

Аутогенная тренировка (АТ) — это система приёмов, саморегуляции функций организма. Она позволяет активно управлять высшими психическими функциями, укрепляет силу воли, улучшает внимание, регулирует частоту сокращений сердца, нормализует дыхательный ритм [25].

Центральной задачей АТ является овладение собственными эмоциями. Обычно аутогенную тренировку проводят в течение 3-5 минут, при необходимости в середине урока. Затраты времени полностью окупаются состоянием релаксации, затем — повышением работоспособности.

Любой урок заканчивать:

- «выбрасыванием» усталости;
- «умыванием лица» теплом близко поднесённых к лицу рук;
- потягиванием.

Можно дополнительно к вышесказанному порекомендовать родителям: не рекомендуется обучение детей с замедленным темпом деятельности в школах повышенного уровня – лицеях, гимназиях. Записывая ребенка в спортивные секции, кружки, нужно избегать тех, которые носят соревновательный характер, вызывают большую физическую нагрузку, перевозбуждение [7].

Нужно выбрать те виды деятельности, где ребенок будет чувствовать себя спокойно, увлеченно занимаясь в течение продолжительного времени.

Таким образом, использование здоровьесберегающих технологий играет большую роль в жизни медлительного ребенка, позволяет легче и успешнее овладеть необходимыми знаниями на уроке, преодолеть трудности, достичь целей и задач обучения.

Выводы по главе 1

Использование здоровьесберегающих технологий в обучение медлительных детей должно проходить непрерывно и целенаправленно. Особенно актуальна эта проблема для начальной школы, так как это связано с кардинальными изменениями в привычном укладе жизни ребенка, освоением им новой социальной роли «ученик».

Здоровьесберегающие технологии способствуют грамотному и рациональному использованию различных приемов и средств обучения. Основой современной педагогики является не только стремление к максимальному развитию творческих и познавательных способностей каждого ребёнка, но и забота о воспитании физически и нравственно здорового поколения граждан.

Следует отметить, что все здоровьесберегающие технологии, применяемые в учебно-воспитательном процессе, можно разделить на три основные группы:

1. Технологии, которые обеспечивают гигиенически оптимальные условия для обучения.
2. Технологии обучения здоровому образу жизни.
3. Психолого-педагогические технологии, используемые учителями в урочной и внеурочной деятельности. Имеется в виду влияние учителя на учеников на каждом этапе урока и во время внешкольных занятий.
4. Коррекционные технологии.

Медлительность – свойство личности, заключающееся в снижении двигательной активности, медленности психической деятельности, основанное на малой подвижности нервных процессов или возникающее в результате неправильного воспитания.

В условиях обучения в современной школе — ранее систематическое обучение детей, широкая компьютеризация учебного процесса, ускорение темпа ведения уроков, определяют важность, необходимость и актуальность, своевременного выявления и оказания помощи медлительным детям в период дошкольного детства, отвечая современным запросам в условиях внедрения ФГОС.

Таким образом, задачами психолого-педагогического сопровождения медлительных детей являются:

- определение причин медлительности ребенка,
- коррекционно-развивающая работа с ребенком по ослаблению основных причин медлительности (групповая и индивидуальная),

□ просветительская работа с педагогами и родителями по особенностям взаимодействия с медлительными детьми.

Глава 2 Практическая работа по использованию здоровьесберегающих технологий при обучении медлительных детей

2.1. Анализ использования здоровьесберегающих технологий в образовательном учреждении

В ходе практической части работы было изучено общеобразовательное учреждение г. Челябинска Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение Средняя общеобразовательная школа №8.

454006, г. Челябинск, ул. 3-го Интернационала, д.61, телефон/факс: 8 (351) 264 40 73 - директор

телефоны:

8 (351) 264 52 08 - секретарь, заместитель директора по УВР

8 (351) 263 88 55 - вахтер, сторож, охрана

8 (351) 261 70 06 - бухгалтерия, заместитель директора по АХЧ

E-mail: school_8_chel@mail.ru

<http://www.school8chel.edusite.ru>

В настоящее время в образовательном учреждении обучаются более 700 детей.

Кадровое обеспечение:

Всего – 42 педагога, из них имеют квалификационную категорию:

- высшую - 18 человек
- первую – 18 человек
- молодые специалисты – 6 человек

Кандидат педагогических наук - 1 человек

Награждены Почетной грамотой Министерства образования и науки РФ - 10 человек

Награждены Почетной грамотой Министерства образования и науки ЧО - 17 человек

Отмечены Грантом Президента РФ - 3 человека

Отмечены Грантом Губернатора Челябинской области - 4 человека

За последние 15 лет школа выпустила 33 медалиста, из них

- 6 человек получили золотые медали
- 27 человек - серебряные

Дополнительное образование представлено следующими направленностями:

- гражданско-патриотическая;
- спортивно-оздоровительная;

- декоративно-прикладная;
- вокально-хореографическая;
- школьное ученическое самоуправление (Совет обучающихся);
- школьный информационный центр.

Цель развития МАОУ СОШ № 8: добиться конкурентно-способного качества образования на основе совершенствования его внутренних и внешних компонентов.

Атмосфера в школе, сам тон её жизни, её традиции, стиль отношений педагогов с учениками является важным позитивным фактором, определяющим положительные тенденции в работе не только педагогического коллектива, но и учеников.

МАОУ СОШ № 8 реализует образовательные программы начального общего образования, основного общего образования, среднего (полного) общего образования, специального (коррекционного) образования для детей с задержкой психического развития.

Все программы, по которым обучаются дети с 1 по 4 классы, имеют государственный статус и их можно разделить на следующие виды:

- 1) традиционные;
- 2) развивающие;
- 3) коррекционно-развивающие.

Образование учащихся на I ступени не ограничивается рамками учебных занятий. Работают группы продленного дня, дети могут посещать кружки дополнительного образования. Работают танцевальный кружок, спортивные секции по волейболу, баскетболу, легкой атлетике, куда дети могут записаться со второго класса.

В рамках практической работы мы опросили 5 учителей начальных классов, предложив им ответить на вопросы анкет.

Возраст педагогов от 27 до 45 лет. Стаж работы от 3 до 30 лет.

Анкеты (Приложение 1, 2):

1. «Использование здоровьесберегающих технологий».
2. «Медлительные дети».

Результаты анкетирования показали следующее.

Все участники анкетирования используют в своей работе здоровьесберегающие педагогические технологии.

Технологии, которые обеспечивают гигиенически оптимальные условия для обучения используются часто, регулярно в 100% случаях.

Технологии обучения здоровому образу жизни также используются часто, регулярно в 100% случаях.

Психолого-педагогические технологии, используемые учителями в урочной и внеурочной деятельности. Используются часто, регулярно в 60% случаях. Используются от случая к случаю, редко – 40%

Коррекционные технологии. Используются часто, регулярно в 40% случаях. Используются от случая к случаю, редко – 60%.

Результаты анкетирования представлены нами на рис.1.

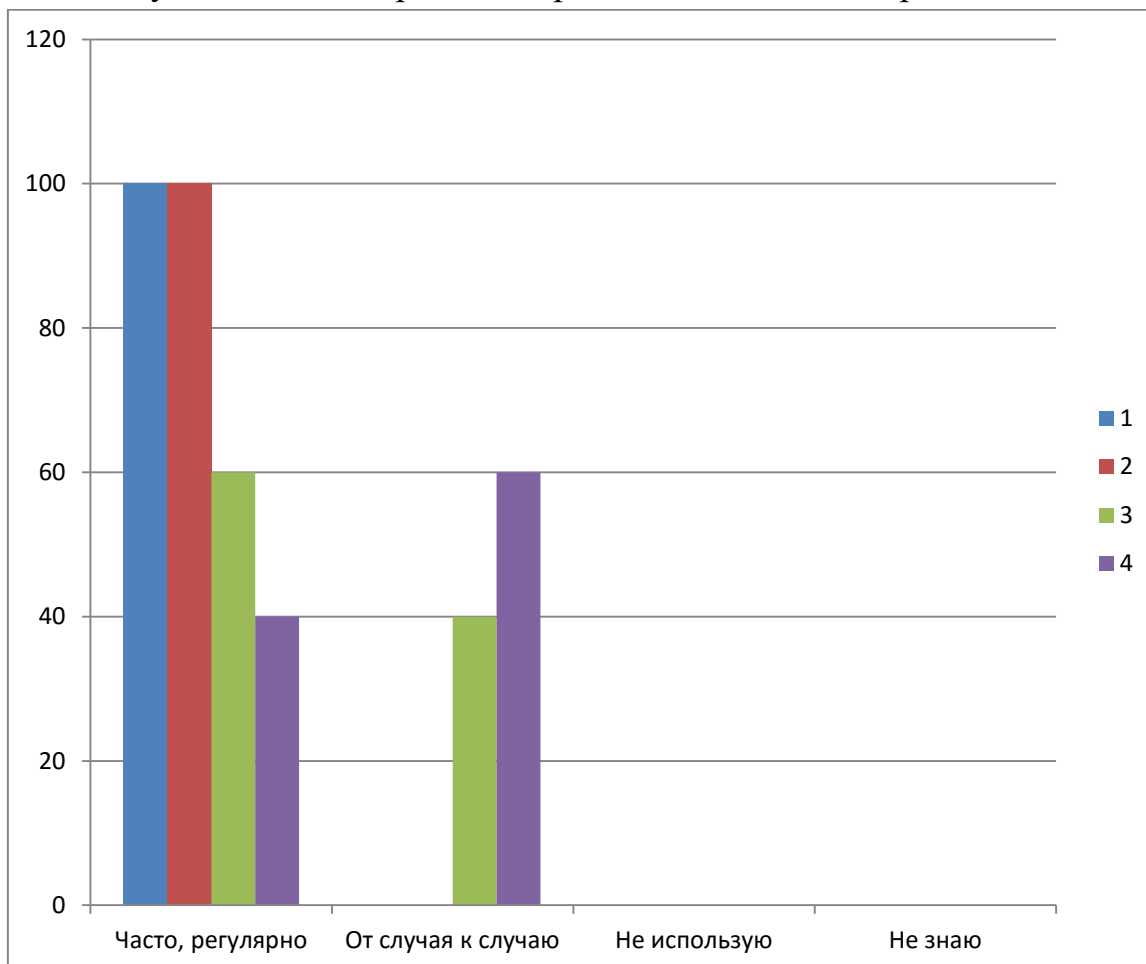


Рис.1 Использование здоровьесберегающих технологий учителями начальных классов

1–Технологии, которые обеспечивают гигиенически оптимальные условия для обучения.

2–Технологии обучения здоровому образу жизни.

3–Психолого-педагогические технологии, используемые учителями в урочной и внеурочной деятельности.

4–Коррекционные технологии.

Таким образом, наиболее редко учителями начальных классов используются коррекционные технологии, а также технологии влияния на учеников в урочное и внеурочное время. В тоже время, при работе с медлительными детьми педагогам необходимо осваивать именно эти направления здоровьесберегающей деятельности.

В качестве наиболее популярных причин, по которым не используются определенные виды технологий было названо следующее:

- неизбежны потери времен для работы по-новому, и этого никто не поощряет (ни материально, ни морально) – 5 ответов.
- нет необходимости, поскольку традиционное обучение дает эффективные результаты – 4 ответа
- отсутствие поддержки со стороны администрации – 3 ответа.

Таким образом, можно констатировать, что у педагогов недостаточно стимулов для освоения новых здоровьесберегающих технологий. На это обстоятельство следует обратить внимание администрации учебного заведения.

Психолого-педагогические технологии, используемые учителями в урочной и внеурочной деятельности – 5 ответов.

Коррекционные технологии – 4 ответа.

Педагоги также готовы делиться опытом по следующим здоровьесберегающим технологиям:

Технологии, которые обеспечивают гигиенически оптимальные условия для обучения – 3 ответа.

Технологии обучения здоровому образу жизни – 2 ответа.

Предоставить возможность как для получения, так и для передачи знаний призвана методическая работа в школе.

Целью проведения второй анкеты стало выяснение особенностей работы с медлительными детьми.

Все педагоги ответили, что знакомы с феноменом «медлительные дети» (100%).

Также 100% педагогов указало, что медлительные дети есть в их классе.

По вопросу значительных трудностей в обучении у данной категории детей 40% отметили, что они имеются. 40% отрицают их наличие, 20% (1 педагог) затруднился ответить.

Значительные трудности

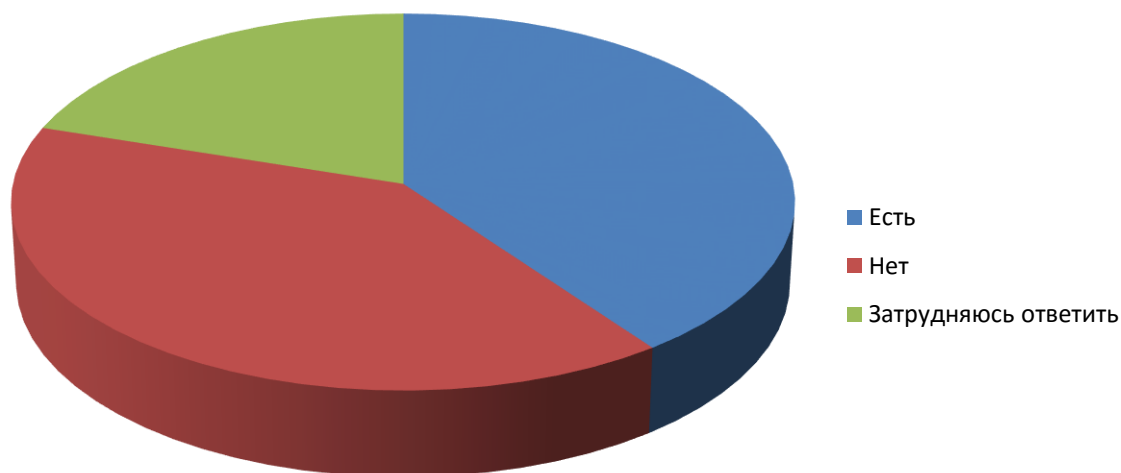


Рис.2 Наличие значительных трудностей при обучении у медлительных детей

Что касается видов трудностей, то на первом месте находится Невыполнение полного объема заданий во время урока (100%). Невыполнение или частичное выполнение домашней работы подтвердили 60% педагогов. Отказ от выполнения заданий во время урока встретили 40% педагогов. Неусвоение школьной программы подтвердили 20%.



Рис.3 Виды трудностей при обучении у медлительных детей

По вопросу использования специальных здоровьесберегающих технологий при работе с медлительными детьми только 40% подтвердили их использование.

В то же время все педагоги (100%) нуждаются в повышении педагогической компетентности по данному вопросу.

Таким образом, педагоги понимают, что у медлительных детей возникают трудности в обучении, но не всегда используют специальные здоровьесберегающие технологии для их преодоления. Все педагоги нуждаются в повышении педагогической компетентности по данному вопросу.

2.2 Методические рекомендации учителю начальных классов по сохранению здоровья при обучении медлительных детей

Для облегчения обучения медлительных школьников мы разработали методические рекомендации учителю начальных классов по сохранению здоровья при обучении медлительных детей.

Организация жизни медлительного ребенка требует выполнения взрослыми некоторых условий.

1) Помнить, что медлительность – свойство нервных процессов. Учить ребенка выполнять все необходимые действия. Особое внимание следует обратить на тренировку движений рук.

Основные правила работы с медлительными детьми:

не спешить, не торопить, не подгонять ребенка;

не работать "на время";

2) Не требовать от детей немедленного включения в деятельность, поскольку их активность в выполнении нового вида заданий возрастает постепенно.

3) В момент выполнения заданий не надо отвлекать такого ученика, переключать его внимание на что-либо другое.

4) Не следует заставлять медлительного отвечать новый, только что пройденный материал.

5) Избегать ситуаций, когда от медлительного нужно получить быстрый устный ответ на неожиданный вопрос; необходимо предоставить ему время на обдумывание и подготовку.

6) Желательно, чтобы ответ был не в устной, а в письменной форме (при достаточной сформированности навыка письма).

7) Нельзя давать для усвоения в ограниченный промежуток времени большой, разнообразный, сложный материал; нужно постараться разбить его на отдельные информационные куски и давать их постепенно, по мере усвоения.

8) Не спрашивать в начале урока, поскольку медлительные учащиеся с трудом отвлекаются от предыдущих ситуаций (например, от дел, которыми они были заняты на перемене).

Учителям лучше спрашивать ребенка только тогда, когда он сам вызывается, не демонстрировать его ошибки всему классу, не акцентировать.

9) Лучше всего не заставлять таких учеников отвечать новый, только что усвоенный на уроке материал; следует отложить опрос на следующий урок, дав возможность ученику позаниматься дома.

10) Во время подготовки ответа нужно дать время для проверки и исправления написанного.

11) Следует в минимальной степени отвлекать его, стараться не переключать внимание, создавать спокойную обстановку.

12) Не требовать от них немедленного включения в работу: их активность в выполнении нового вида задания возрастает постепенно.

13) Следует помнить, что медлительные дети не могут проявлять высокую активность в выполнении разнообразных заданий, а некоторые вообще отказываются работать в такой ситуации.

14) Не нужно требовать от медлительного ученика быстрого изменения неудачных формулировок, ему необходимо время на обдумывание нового ответа; они чаще следуют принятым стандартам в ответах, избегают импровизаций;

15) Почему-то считается, что если трудности в письме — нужно больше писать, если в чтении — больше читать, если ребенок медлительный — то все делать "на скорость". Это большая ошибка, ведь нагрузки трудные, не дающие удовлетворения, убивают радость самой работы. Поэтому не перегружайте ребенка той работой, которая не получается, чередуйте ее с той, что получается хорошо.

16) Особое внимание обратите на тренировку разнообразных графических движений. У медлительных детей часто плохо развита координация движений, и поэтому, полезно использовать специальные упражнения для развития моторики. В процессе выполнения этих упражнений можно одновременно тренировать темп и скорость движений.

В домашних условиях родителям следует придерживаться следующих правил

1) В редких случаях медлительные дети будут знать, что нужно сделать дома. Домашние задания даются, как правило, в конце урока, в классе шумно, а медлительный ребенок не только устал и не слышит учителя, но

может продолжать выполнять задание, которое все давно закончили. Поэтому он может совершенно искренне сказать, что на дом ничего не задали. Что можно сделать? Родителям узнать о домашнем задании у школьного друга своего ребенка, обязательно рассказав ему, почему ваш ребенок не успел записать задание (это очень важно!). На крайний случай можно договориться с учителем, чтобы он передавал вам записку с заданием, по возможности незаметно, иначе ребенок будет чувствовать себя униженным, ущербным.

2) Никогда не торопитесь заставлять ребенка выполнять задание самостоятельно. Предложением "Делай сам!" вы даете толчок страху сделать неправильно. Сначала разберите все, убедитесь, что задание понятно, что ребенок знает, что и как нужно делать.

3) При выполнении домашних заданий постарайтесь, насколько это возможно, уменьшить объем письменных работ (механическое письмо, особенно многократное переписывание, сильно утомляет, а польза минимальная). Лучше оставьте время для специальных (коррекционных) занятий, для любимого дела и отдыха. Общая продолжительность непрерывной работы не должна превышать 15—20 минут. И не забывайте, что паузы после 15—20-минутной работы обязательны.

4) Помогите выполнить побочные задания, сами подпишите тетради. Обычно такой ребенок имеет плохой почерк и может сделать ошибки даже в своей фамилии.

5) Работайте только на "положительном подкреплении": при неудачах подбодрите, поддержите, а любой, даже самый маленький, успех подчеркните. Это будет самым лучшим стимулом для ребенка.

Никогда нельзя наказывать ребенка, запрещая ему смотреть телевизор, гулять, заниматься любимым делом.

6) Любую нагрузку на свойство подвижности (более быстрое выполнение задания, ограничение времени и т.д.) давать на хорошем эмоциональном фоне. – Веселое, оживленное настроение создается лучше всего в игре, поэтому желательно вносить элементы игры в те ситуации, где требуется ускорение реакций медлительного ребенка.

7) Самое важное при оказании помощи ребенку — это вознаграждение. Вознаграждать ребенка не по результатам работы, которые могут не быть хорошими. Взрослые всегда должны оценивать труд и усилия, которые

прилагает ребенок. Если этого не делать, то он будет приступать к работе с мыслью: "Нет смысла напрягаться, так как я все равно не получу хорошую оценку и никто не заметит моих успехов!" Полученное вовремя вознаграждение приносит ребенку много радости и показывает, что его труд и работа не были напрасны.

8) Медлительным детям с трудностями обучения необходим размеренный и четкий режим дня. Надо принять во внимание, что эти дети обычно беспокойны, несобранны, а значит, соблюдать режим дня совсем не просто.

9) Нельзя сравнивать медлительного ребенка с его подвижным сверстником, ведь быстрый темп дается медлительным детям высокой ценой.

Можно предложить следующую памятку для родителей медлительных детей

Как помочь медлительному ребенку?

1. Вы уже поняли, что медлительность вряд ли пройдет с возрастом. Темп работы не зависит от желания ребенка. Поэтому не торопите его. Если его понукать, он может начать суетиться, громче или тише говорить. Но работать быстрее не станет, результат останется прежним. Терпеливо ждите, пока вспомнит правило, пока соберется с мыслями и ответит.

2. Условия работы, обстановка для занятий должны быть привычными. Тогда точность и качество работы будут высокими.

3. Не забывайте, что медлительному ребенку трудно переключаться с одного вида работы на другой. Не ошарашивайте его неожиданными вопросами, пока он занят предыдущим заданием. Он или не услышит вас, или ответит что-нибудь несуразное.

4. Часть классной работы придется делать с ребенком дома. При этом постарайтесь не только разобрать все, что он не успел сделать на уроке, но и создать небольшой запас знаний и умений. Тогда в классе ваш школьник будет чувствовать себя увереннее.

5. Решите, что для вас важнее: оценки любой ценой или психологический комфорт вашего ребёнка. Да, он вряд ли уложится в норматив по скорости чтения, да и писать будет медленно. Но разве лучше, если страдает его самооценка, если он без желания ходит в школу? Попробуйте убедить учителя, что темп работы - не главное. Не получится - привлечите на помощь школьного психолога.

Можно ли "одолевать" медлительность?

Как быть, если вы все-таки хотите увеличить темп работы своего ребенка? Помогут ли ему какие-то упражнения? Да, если тренировку проводить до школы, в 4-6 лет. При этом эффект дает не постепенное ускорение темпа задания или игры, а переход от одной скорости движений к другой.

Используйте игры со сменой движений, например "День - ночь". Взрослый ведет игру, называя в случайном порядке время суток. В ответ на слово "день" ребенок начинает быстро бегать по комнате. При слове "вечер" движения замедляются, при слове "ночь" - становятся совсем плавными, как в замедленной съемке. Здесь важно чередование разной скорости движений.

Можно использовать другие движения: хлопки в ладоши, постукивание карандашом по столу (вы стучите или хлопаете, ребенок повторяет в нужном темпе). Можно рисовать палочки. Постепенно ребенок научится управлять темпом своих движений, ускорять и замедлять их. Но главное - занятия должны быть постоянными и интересными для ребенка.

Выводы по главе 2

В ходе практической части работы было изучено общеобразовательное учреждение г. Челябинска Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Средняя общеобразовательная школа №8.

В рамках практической работы опрошены 5 учителей начальных классов. Возраст педагогов от 27 до 45 лет. Стаж работы от 3 до 30 лет.

Тематика анкет:

1. «Использование здоровьесберегающих технологий».
2. «Медлительные дети».

Анкетирование показало, что не все педагоги владеют полным спектром здоровьесберегающих технологий. Все педагоги знакомы с феноменом «медлительных детей» и имеют таких детей в классах. Также, педагоги понимают, что у медлительных детей возникают трудности в обучении, но не всегда используют специальные здоровьесберегающие технологии для их преодоления.

Все педагоги нуждаются в повышении педагогической компетентности по данному вопросу.

В ходе практической работы мною были разработаны методические рекомендации учителю начальных классов для облегчения обучения медлительных школьников и сохранения здоровья при обучении.

Выполнение взрослыми условий в организации жизни медлительных школьников. Взрослые должны учить ребенка выполнять все необходимые действия. Особое внимание взрослым следует обратить на тренировку движений рук, не требовать от детей немедленного включения в деятельность. В момент выполнения заданий не надо отвлекать такого ученика, не следует заставлять медлительного ребенка отвечать на новый, только что пройденный материал. Следует помнить, что медлительные дети не могут проявлять высокую активность в выполнении разнообразных заданий, а некоторые вообще отказываются работать в такой ситуации.

Особое внимание нужно обратить на тренировку разнообразных графических движений. У медлительных детей часто плохо развита координация движений, и поэтому, полезно использовать специальные упражнения для развития моторики. В процессе выполнения этих упражнений можно одновременно тренировать темп и скорость движений.

В домашних условиях родителям следует придерживаться следующих правил:

Родителям узнать о домашнем задании у школьного друга своего ребенка, на крайний случай можно договориться с учителем, чтобы он передавал вам записку с заданием. Никогда не торопитесь заставлять ребенка выполнять задание самостоятельно. При выполнении домашних заданий постарайтесь, насколько это возможно, уменьшить объем письменных работ. Никогда нельзя наказывать ребенка, запрещая ему смотреть телевизор, гулять, заниматься любимым делом. Самое важное при оказании помощи ребенку — это вознаграждение. Медлительным детям с трудностями обучения необходим размеренный и четкий режим дня.

Можно предложить родителям медлительных детей следующую памятку: Как помочь медлительному ребенку? Можно ли "одолеть" медлительность?

Следует отметить, что постепенно при построении эффективного процесса обучения медлительные дети тренируют свои возможности.

Заключение

В настоящее время здоровьесберегающим технологиям уделяется большое внимание в каждом образовательном учреждении. Данные технологии направлены на решение важнейшей задачи образования – сохранить, поддержать и обогатить здоровье детей. Еще одной важнейшей задачей является обеспечение как можно более высокого уровня здоровья учеников. Стоит также обратить внимание на воспитание психикосберегающей культуры ребенка, которая является основой для формирования осознанного отношения ребенка к здоровью.

Для здоровьесберегающей педагогики с одной стороны характерны задачи формирования у школьников специальных знаний, умений и навыков, которые позволят сохранить и укрепить здоровье, создать индивидуальный здоровый образ жизни. С другой стороны – педагогические технологии должны позволить ребенку самостоятельно усовершенствовать себя, свое физическое и психическое здоровье, улучшить коммуникативные способности детей, воспитать гуманистическое мировоззрение к самому себе и окружающим.

К здоровьесберегающим технологиям относятся педагогические технологии, которые позволяют:

- создавать благоприятные условия учебы ребенка в школе (отсутствие стрессовых ситуаций, адекватность требований, методик обучения и воспитания);
- обеспечивать оптимальную организацию учебного процесса (в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими нормами);
- формировать полноценный и рационально организованный двигательный режим.

Особое значение реализация здоровьесберегающих технологий имеет для такой категории детей как медлительные дети. Медлительность у детей не являются нарушением психики. Они обусловлены индивидуальными особенностями нервной системы ребенка. К таким детям можно отнести примерно 10-20% школьников. У таких детей темп речи, ходьбы, других движений ниже в полтора-два раза, чем у детей с быстрой нервной системой, эти дети отличаются низкой скоростью выполнения сложных действий, в школе к таким процессам прежде всего относятся письмо и чтение. Причем,

качество выполнения действий от этого совершенно не страдает и может быть очень высоким.

В то же время, эти особенности могут порождать школьные трудности, связанные с низким темпом деятельности школьника.

Дети даже с небольшой степенью медлительности могут встретиться со школьными неудачами. Поэтому таким детям требуется специальная психолого-педагогическая помощь со стороны педагогов, причем не тогда, когда проблемы уже имеют место, а с самых первых дней в школе.

Нельзя оценивать темп учебной деятельности по шкале хорошо-плохо, с такими особенностями следует считаться педагогам и родителям и использовать специальные приемы в процессе обучения в классе и дома.

Учет особенностей нервной системы медлительных детей требует от педагога обеспечения спокойной и частой индивидуальной работы с детьми. Информацию им необходимо преподносить в медленном темпе. Важным условием является отсутствие порицания и ограничений во времени, так как они являются психотравмирующими факторами для детей. Возможно следует привлечь к работе школьного психолога.

Практическая часть работы проведена в МАОУ СОШ №8.

Проведено анкетирование 5 учителей начальных классов. Возраст педагогов от 27 до 45 лет. Стаж работы от 3 до 30 лет.

Тематика анкет:

1. «Использование здоровьесберегающих технологий».
2. «Медлительные дети».

Как показало анкетирование, не все педагоги владеют полным спектром здоровьесберегающих технологий. Все педагоги знакомы с феноменом «медлительных детей» и имеют таких детей в классах. Также, педагоги понимают, что у медлительных детей возникают трудности в обучении, но не всегда используют специальные здоровьесберегающие технологии для их преодоления. Все педагоги нуждаются в повышении педагогической компетентности по данному вопросу.

В ходе практической работы нами были разработаны методические рекомендации учителю начальных классов для облегчения обучения медлительных школьников и сохранения здоровья при обучении.

Выполнение взрослыми условий в организации жизни медлительных школьников. Взрослые должны учить ребенка выполнять все необходимые действия. Особое внимание взрослым следует обратить на тренировку движений рук, не требовать от детей немедленного включения в деятельность. В момент выполнения заданий не надо отвлекать такого ученика, не следует заставлять медлительного ребенка отвечать на новый,

только что пройденный материал. Следует помнить, что медлительные дети не могут проявлять высокую активность в выполнении разнообразных заданий, а некоторые вообще отказываются работать в такой ситуации.

Особое внимание нужно обратить на тренировку разнообразных графических движений. У медлительных детей часто плохо развита координация движений, и поэтому, полезно использовать специальные упражнения для развития моторики. В процессе выполнения этих упражнений можно одновременно тренировать темп и скорость движений.

В домашних условиях родителям следует придерживаться следующих правил:

Родителям узнать о домашнем задании у школьного друга своего ребенка, на крайний случай можно договориться с учителем, чтобы он передавал вам записку с заданием. Никогда не торопитесь заставлять ребенка выполнять задание самостоятельно. При выполнении домашних заданий постарайтесь, насколько это возможно, уменьшить объем письменных работ. Никогда нельзя наказывать ребенка, запрещая ему смотреть телевизор, гулять, заниматься любимым делом. Самое важное при оказании помощи ребенку — это вознаграждение. Медлительным детям с трудностями обучения необходим размеренный и четкий режим дня.

Можно предложить родителям медлительных детей следующую памятку: Как помочь медлительному ребенку? Можно ли "одолеть" медлительность?

Изучение феномена медлительности продолжается. Разрабатываются новые приемы компенсации недостаточного темпа усвоения материала. Следует отметить, что постепенно при построении эффективного процесса обучения медлительные дети тренируют свои возможности. Улучшения следует ожидать к концу третьего класса. Но такие улучшения возможны только при активном участии родителей и организации систематической тренировки свойств нервной системы.

Список литературы

1. Айзман, Р.И. Этапы мониторинга здоровья учащихся [Текст]/ Р.И. Айзман // Школьные технологии. – 2010. – №3. – С.87-94.
2. Андреева, И.Г. Сохранение и укрепление здоровья школьников – актуальное направление развития содержания образования на этапе инновационного становления России [Текст]/ И.Г. Андреева //Стандарты и мониторинг. – 2011. – №3. – С.15-19.
3. Антонова, Л.Н. Психологические основания реализации здоровьесберегающих технологий в образовательных учреждениях [Текст] / Л.Н. Антонова, Т.И. Шульга, К.Г. Эрдынеева. – М.: Изд-во МГОУ, 2014. – 100с.
4. Ахмедова, Г.А. Психологическое сопровождение медлительного ребенка [Текст] /Г.А. Ахмедова / Наука и школа. – 2011. – №11
5. Барт, К. Трудности в обучении. Ранее предупреждение [Текст] / К. Барт. – М.: Академия, 2006.
6. Безруких, М.М. Проблемные дети [Текст] /М.М. Безруких. – М.: УРАО, 2010. – 312 с.
7. Безруких, М.М. Трудности обучения в начальной школе. Причины, диагностика, комплексная помощь [Текст] /М.М. Безруких. — М.: Эксмо, 2009.
8. Безруких М.М., Психофизиология ребенка [Текст] /М.М. Безруких, Н. В.Дубровинская, Д. А. Фарбер. – М.: Изд-во НПО «МОДЭК», 2015.
9. Богданова, Е.А., Использование здоровьесберегающих технологий в начальных классах [Текст] / Е.А.Богданова, Е.А. Кувалдина // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2017. – Т. 29. – С. 77–80.
- 10.Гладышева, О. Системная модель здоровьесберегающей школы [Текст] /О. Гладышева // Директор школы.– 2009. – №7.– С.94-100
- 11.Гурьев, А.В. Особенности планирования основных направлений работы по сохранению здоровья субъектов учебно-воспитательного процесса в общеобразовательной школе [Текст] /А.В. Гурьев // Стандарты и мониторинг. – 2011.– №3. – С.20-26.
- 12.Елисеев, В.В. Рекомендации по сохранению здоровья школьников на уроке и оценке эффективности здоровьесберегающей деятельности школы [Текст] /В.В. Елисеев // Практика административной работы в школе. – 2010. – №8. – С.68-69.

- 13.Замышляева, Н.В. Проблема здоровьесбережения: пути её решения на уроке [Текст] / Н.В. Замышляева // Начальная школа. – 2010. – № 6.
- 14.Карасева, Т.В. Современные аспекты реализации здоровьесберегающих технологий [Текст] / Т.В. Карасева // Начальная школа. – 2005. – №11. – С 11.
- 15.Коваленко, В.И. Здоровьесберегающие технологии [Текст] / В.И. Коваленко. – М.: Флинта, 2014.
- 16.Кольцова, М.М. Медлительные дети [Текст] / М.М. Кольцова. – СПб.: Речь, 2003. – 96с
- 17.Кузнецов, А.Н. Медлительность как одна из причин школьной дезадаптации учащихся [Текст] / А.Н.Кузнецов, О.С. Войнова // Ярославский педагогический вестник. – 2011. – №3. – С. 130–137.
- 18.Куинджи, Н.Н. Валеология: Пути формирования здоровья школьников: Методическое пособие [Текст] / Н.Н. Куинджи. – М.: Аспект Пресс, 2010. – С 45.
- 19.Кукушин, В.С. Современные педагогические технологии. Начальная школа. Пособие для учителя [Текст] / В.С. Кукушин. – Ростов н /Д: изд-во «Феникс», 2014. – С 384.
- 20.Кучма, В.Р. Здоровье сберегающие технологии в школе [Текст] / В.Р. Кучма, Н.Н. Куинджи, М.И. Степанова. – М.: Просвещение, 2011.
- 21.Менчинская, Е.А. Основы здоровьесберегающего обучения в начальной школе: Методические рекомендации по преодолению перегрузки учащихся [Текст] / Е.А. Менчинская. – М. : Вентана-Граф, 2008. – 112 с.
- 22.Педагогика и психология здоровья [Текст] / Под редакцией Н.К. Смирнова. – М.: Просвещение, 2013.– 284с.
- 23.Погребняк, Е.В. Здоровьесберегающие возможности деятельностного подхода в образовании в аспекте изменения позиций учителя [Текст] / Е.В. Погребняк // Начальная школа плюс до и после. – 2010. – №3.– С.26-29
- 24.Работа психолога в начальной школе [Текст] / М.Р. Битянова, Т.В. Азарова, Е.А. Афанасьева. – М.: Совершенство, 2014. – 341 с.
- 25.Романцов, М.Г. Современной школе – здоровьесохраняющее образование [Текст] / М. Г. Романцов // Образование в современной школе. – 2003. - № 6. – С. 42
- 26.Середина, Л.В. Психологическая комфортность урока – элемент здоровьесберегающей педагогической технологии [Текст] / Л.В. Середина //Начальная школа. – 2010. – №11.– С.61-63

27. Семёнова, И. Мониторинг эффективности и сохранения и укрепления здоровья: критерии и инструменты работы [Текст] / И. Семёнова // Школьное планирование. – 2010. – №1. – С.38-46
28. Смирнов, Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе [Текст] / Н.К. Смирнов. – М. : АПК и ПРО, 2012.
29. Феоктистова, В.Ф. Образовательные здоровьесберегающие технологии [Текст] / В.Ф. Феоктистова. – М.: Учитель, 2009.
30. Хлопова, А. Разработка программы «Школа – территория здоровья» [Текст] / А. Хлопова // Школьное планирование. – 2010. – №5.
31. Чупаха, И.В. Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе [Текст] / И.В. Чупаха, Е.С. Путаева, И.Ю. Соколова. – М.: Илекса, 2011.
32. Шепенюк, И.Н. Здоровьесберегающие ориентиры современного образования [Текст] / И.Н. Шепенюк // Развитие человека в современном мире: материалы V Всероссийской научно-практической конференции с международным участием (г. Новосибирск, 15–17 апреля 2014 г.) / под ред. Н. Я. Большуновой, О. А. Шамшиковой ; Мин-во образования и науки РФ, Новосиб. гос. пед. ун-т. – Новосибирск : Изд-во НГПУ, 2014. – Часть 2. – С.261-268.
33. Эмих, Х.Д. Психолого-педагогическое сопровождение медлительных детей в начальной школе [Текст] / Х.Д. Эмих, Е.В. Митюкова // Развитие человека в современном мире : материалы V Всероссийской научно-практической конференции с международным участием (г. Новосибирск, 15–17 апреля 2014 г.) / под ред. Н. Я. Большуновой, О. А. Шамшиковой ; Мин-во образования и науки РФ, Новосиб. гос. пед. ун-т. – Новосибирск : Изд-во НГПУ, 2014. – Часть 2. – С.261-268.
34. Якиманская, И.С. Технология личностно-ориентированного обучения в современной школе [Текст] // И.С. Якиманская. – М.: Академия, 2012. – 176 с.

Приложение 1

АНКЕТА ДЛЯ ПЕДАГОГОВ

«Использование здоровьесберегающих технологий»

Уважаемый коллега!

Просим Вас, проанализировав свой практический опыт работы, ответить, как часто Вы используете указанные здоровьесберегающие педагогические технологии и выбрать две-три причины, тормозящие внедрение этих технологий.

1. Укажите, используя свой практический опыт, какие здоровьесберегающие педагогические технологии и как часто вы используете в своей работе.

Название технологии	Использую часто, регулярно	Использую от случая к случаю, редко	Не использую	Не знаком с технологией
Технологии, которые обеспечивают гигиенически оптимальные условия для обучения				
Технологии обучения здоровому образу жизни				
Психолого-педагогические технологии, используемые учителями в урочной и внеурочной деятельности. Имеется в виду влияние учителя на учеников на каждом этапе урока и во время внешкольных занятий				
Коррекционные технологии				

2. Выберите две-три причины, по которым вы не используете данные технологии на практике:

- а) сложно браться за новое, часто привычное берет свое;
- б) нет уверенности, что новое принесет практическую пользу;
- в) неизбежны потери времен для работы по-новому, и этого никто не поощряет (ни материально, ни морально);
- г) нет необходимости, поскольку традиционное обучение дает эффективные результаты;
- д) отсутствие поддержки со стороны администрации.

3. По какому виду технологий вам необходима дополнительная информация?

Название технологии	
Технологии, которые обеспечивают гигиенически оптимальные условия для обучения	
Технологии обучения здоровому образу жизни	
Психолого-педагогические технологии, используемые учителями в урочной и внеурочной деятельности. Имеется в виду влияние учителя на учеников на каждом этапе урока и во время внешкольных занятий	
Коррекционные технологии	

4. По какой технологии вы бы смогли поделиться опытом?

Название технологии	
Технологии, которые обеспечивают гигиенически оптимальные условия для обучения	
Технологии обучения здоровому образу жизни	

Психолого-педагогические технологии, используемые учителями в урочной и внеурочной деятельности. Имеется в виду влияние учителя на учеников на каждом этапе урока и во время внешкольных занятий	
Коррекционные технологии	

Приложение 2

АНКЕТА ДЛЯ ПЕДАГОГОВ

«Медлительные дети»

Уважаемый коллега!

Просим Вас, проанализировав свой практический опыт работы, ответить на следующие вопросы.

1. Знаком ли Вам феномен «медлительных детей»?

- А) да
- Б) нет
- В) затрудняюсь ответить

2. Имеются ли медлительные дети в Вашем классе?

- А) да
- Б) нет
- В) затрудняюсь ответить

3. Наблюдаются ли значительные трудности в обучении у медлительных детей?

- А) да
- Б) нет
- В) затрудняюсь ответить

4. Какие именно трудности встречаются в обучении у медлительных детей?

- А) Невыполнение полного объема заданий во время урока.
- Б) Отказ от выполнения заданий во время урока.
- В) Невыполнение или частичное выполнение домашней работы.
- Г) Неусвоение школьной программы.

Д) Другое _____

5. Используете ли Вы специальные здоровьесберегающие технологии при работе с медлительными детьми?

А) да

Б) нет

В) затрудняюсь ответить

6. Хотели бы Вы повысить свою педагогическую компетентность по данному вопросу?

А) да

Б) нет

В) затрудняюсь ответить