

Педагогическая практика поможет будущим специалистам самоутвердиться, убедиться в том, что путь в жизни выбран правильно, сделать первые шаги в постижении тайн учительской профессии.

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ДИНАМИЧЕСКОГО УРОКА В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ

Е.В. Головки, Ю.П. Рыжкова
ФГАОУВПО «Белгородский государственный национальный
исследовательский университет»,
г. Белгород, Россия

Основная задача образовательного учреждения по профилактике нарушений здоровья однозначно должна быть направлена на снижение влияния неблагоприятных факторов, связанных с инфраструктурой школы и организацией учебного процесса.

Одним из видов здоровьесберегающих образовательных технологий, который определяет структуру учебного процесса, способствует предотвращению переутомления, гиподинамии и других дезадаптационных состояний – являются организационно-педагогические технологии. Пути реализации данных технологий в учебном процессе начальной школы различны. Одним из эффективных, на наш взгляд, путей являются динамические уроки. Отказ от «статического урока», на котором учащиеся вынуждены в течение 30-45 минут сидеть за партами, практически не меняя позы – требование времени. Ему на смену должен прийти «динамический урок», на котором различные движения и физические упражнения будут гармонично вплетены в учебно-воспитательный процесс.

Динамический урок требует соблюдения ряда организационно-педагогических условий:

1. Разработка и использование дидактических заданий для учащихся с элементами динамики.
2. Пополнение арсенала движений учащихся на уроке.
3. Периодическая смена в течение урока положения тела учащихся.
4. Периодическая смена местоположения учителя и доски по отношению к учащимся.

Рассмотрим более подробно пример использования дидактических заданий для учащихся с элементами динамики.

Учитель предлагает детям выполнить три учебных задания. На динамическом уроке после каждого выполненного задания ученик должен встать у парты и выполнить упражнения, которые указаны с помощью слов или символов в конце учебного задания. Например, одно приседание и один наклон. При этом по ходу выполнения заданий, количество упражнений увеличивается: после второго задания – два приседания и два наклона, после третьего – три

приседания и три наклона, а в конце сильный ученик, опередивший всех, может получить дополнительное задание от учителя.

Кроме приседаний и наклонов, учащиеся могут выполнять упражнения, сидя на стуле с книгой в руках.

Младшие школьники работают на уроке сидя и наклонившись, что плохо отражается на дыхании. Оно становится поверхностным и неполным, что влечёт следующие последствия: ожирение, впалость груди, узость плеч, отдышку, нарушения в системе кровообращения. Чередование дыхательной гимнастики с выполнением учебных заданий на динамическом уроке предупреждает указанные выше заболевания и деформации тела. Дыхательные упражнения достаточно включать в учебный процесс 3-4 раза в неделю.

Упражнения на дыхание можно выполнять сидя или стоя. Рекомендуется – стоя. Младшим школьникам следует пояснить, что вдох производится через нос, а выдох через полуоткрытый рот. Дышать нужно ритмично, равномерно, без мышечного напряжения. Секунды отсчитываются про себя. Вдыхание производится в несколько этапов, толчками, а выдыхание – плавно без толчков. Прodelьвают упражнение дважды в день 5 -6 раз.

Эти упражнения являются важными физиопрофилактическими средствами против умственного утомления и переутомления, мышечной гипотрофии, гипокинезии и различных дефектов тела, связанных с плохой осанкой. Они улучшают устойчивость процессов в коре мозга, закаляют и повышают защитные силы организма против вредных влияний окружающей среды.

Совмещение учебных заданий с физическими и дыхательными упражнениями позволяет учителю осуществлять дифференцированный подход к учащимся. Дети начинают работать на уроке в едином темпе, так как выполнение динамических упражнений «затягивает» работу отличников и даёт медлительным ученикам дополнительное время на решение учебных заданий, особенно, если присесть и наклоняться они будут быстрее. Учителю по началу выполнения детьми динамических упражнений легко проследить, кто из учащихся быстрее остальных выполняет учебную работу, а кто – сильно отстаёт и ему требуется педагогическая поддержка. Кроме того, появление элемента соревновательности на уроке (стремление учащихся быстрее продемонстрировать всем с помощью физических упражнений, что они уже справились с учебными заданиями), стимулирует детей к более активной учебной работе. На наш взгляд, дидактические задания с элементами динамики следует включать в содержание школьных учебников.

Можно элементарные привычные движения на уроке сделать более динамичными. Например, ввести традицию: не выходить, а выбегать к доске, закончив работу у доски, – потягиваться, делая вдохи и выдохи. Поднимаясь из-за парты, для того чтобы ответить, ученик должен сначала сбоку от парты присесть на корточки, а потом подняться и начать отвечать. Введение таких упражнений, по нашему мнению, сосредотачивает внимание детей, так как им необходимо запомнить, и пользоваться целым арсеналом символов

динамических элементов, означающих разнообразные физические или дыхательные упражнения.

Динамический урок требует от учителя, чтобы на каждом новом этапе учащиеся сменили свою позу за столом, своё местоположение в классе, из состояния покоя перешли в состояние движения. Для этого можно использовать приём «волны». Так, например, если во время опроса домашнего задания учащиеся привычно сидели за партами, то во время актуализации знаний, подготавливающей к изучению нового материала, детям можно предложить встать полукругом возле учителя и побеседовать стоя. Затем, на следующем этапе, они могут опять сесть за парты, для того чтобы что-то записать, а закрепление материала – снова выполнять стоя.

Периодическая смена местоположения учителя и доски по отношению к учащимся предполагает использование некоторых приёмов. Например, приём «полного оборота» учащихся можно применить, повесив таблицу или учебную картину на задней стенке класса. И тогда, в нужный момент, учитель быстро проходит к задней стене класса и просит детей обернуться. Далее несколько минут, знакомясь с новым материалом, дети будут вынуждены находиться в позе полуоборота, пока учитель проведёт беседу. Польза от такого, приёма очевидна: поворот туловища – снимает напряжение в мышцах и повышает внимание, а удаление предметов от глаз детей, сидящих на первой парте и приближение к ученикам последних парт – тренирует их зрение. Можно повесить несколько досок (или крючков для учебных таблиц) на заднюю и боковые стенки класса, расположить в пространстве классной комнаты ориентиры и траектории, по которым дети будут «бегать» глазами.

Таким образом, обучение младших школьников в движении на динамическом уроке – сообразно их природе, и поэтому рассмотренные пути реализации организационно-педагогических здоровьесберегающих технологий в учебном процессе начальной школы, на наш взгляд, могут не только сохранить, но и укрепить здоровье учащихся.

ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОЦЕССА АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКА К ОБУЧЕНИЮ В ШКОЛЕ

О.С. Гладкова,
МОУ «Дальнинская основная общеобразовательная школа»
Валуйского района Белгородской области,
Россия

Утром я проснулась,
Мама улыбнулась.
Белые банты мне закрепила,
В форму нарядила.

Вот крыльцо у школы.
Вот мой первый класс
Первый мой учитель
Неродной мне класс.