**Тема:** «Применение здоровьесберегающих технологий на уроках географии – фактор создания комфортных условий для обучающихся»

 Сохранение и укрепление здоровья школьников является актуальнейшей проблемой и предметом первоочередной важности, так как оно определяет будущее страны. Большое место в работе школ на современном стали в последнее время занимать здоровье сберегающие технологии.

    Здоровьесберегающие технологии - совокупность приемов, способов и методов организации учебно-воспитательного процесса без ущерба для здоровья школьников и педагогов.

     **Цель** здоровьесберегающих технологий обучения - обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по ЗОЖ, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

    Особенно велика в процессе здоровьесбережения роль учителя-предметника. В настоящее время можно с уверенностью утверждать, что именно учитель, педагог в состоянии сделать для здоровья современного ученика больше, чем врач. Это не значит, что педагог должен выполнять обязанности медицинского работника. Просто учитель должен работать так, чтобы обучение детей в школе не наносило ущерба здоровью школьников. То есть создавать условия для физического, психического, социального и духовного комфорта обучающихся.

    В арсенале каждого учителя должны быть такие средства и методики, которые позволяют параллельно с главной задачей – качественным обучением – решать проблемы сохранения и укрепления здоровья обучающихся, сберечь нервную систему ребенка, снять стрессы и напряжение, пагубно влияющие на здоровье учащихся.

    Хочу поделиться своими наработками организации уроков с использованием здоровье сберегающих технологий. Я считаю наиболее приемлемым применять на уроках географии интерактивные, в том числе и игровые технологии. При этом использую метод работы в группах. Состав групп постоянно меняется, что дает возможность каждому обучающемуся побывать в роли лидера и повысить свою самооценку.

    При изучении курсов физической географии, то есть для обучающихся 6, 7 и 8 классов особенно эффективны игровые технологии, в том числе и технология ролевой игры. Положительным моментом данной технологии является то, что игра посильна даже слабым ученикам. Более того, слабый может стать первым в игре: находчивость и сообразительность здесь оказывается порой более важным, чем знание предмета. Атмосфера увлеченности и радости, ощущение посильности заданий создают комфортную обстановку на уроках и способствуют преодолению стрессовых ситуаций, связанных с классно – урочной системой.

    Подростков 12 – 14 лет увлекают путешествия. Для них я провожу уроки – экспедиции, уроки – путешествия. Например, в 6 классе «Путешествие капельки» (по теме Гидросфера»), «Полет на воздушном шаре» (по теме Атмосфера), «Восхождение на вулкан» (по теме Литосфера). Курс «География материков и океанов» предоставляет огромные возможности для применения игровых технологий. Вместе с семиклассниками мы путешествуем по океанам и материкам во время обобщения изученного материала: «Тайна четырех океанов» (обобщение по теме Мировой океан), «По следам Дэвида Ливингстона» (Африка), «В царстве бурого медведя» (Евразия), «Вверх по

течению Амазонки» (Южная Америка) и так далее.

    Организацию ролевых игр можно показать на примере урока – экспедиции «Вверх по течению Амазонки». (добавить)

    В старших классах более эффективными являются такие интерактивные методы обучения, как мозговой штурм и групповая дискуссия.

1. ***Технология мозгового штурма***.

Мозговой штурм - это метод продуцирования идей и решений при работе в группе. Правила проведения «мозгового штурма».

* все высказываются и все слушают;
* все имеют равные права;
* называя идеи, нельзя повторяться;
* чем больше список идей, тем лучше;
* разрабатывая проблему, подходите к ней с разных сторон, расширяя и углубляя различные подходы;
* идеи не оцениваются и не критикуются.

    Применяю при изучении тем: «Глобальные проблемы человечества», «Альтернативные источники энергии», «Топливно – энергетический комплекс России» и других.

1. ***Технология групповой дискуссии***.

Групповая дискуссия- специфическая форма беседы, организуемая ведущим, когда у участников на основании своих знаний и опыта имеются различные мнения по какой-либо проблеме. Техника дискуссии:

* + Постановка проблемы.
	+ Деление участников на группы.
	+ Выбор представителя от каждой группы, который будет отстаивать точку зрения группы.
	+ Обсуждение проблемы группой в течение данного ведущим времени, либо индивидуального в зависимости от формы дискуссии.
	+ Решение проблемы.

     Применение здоровьесберегающих технологий дает возможность создавать на уроке атмосферу доверия и взаимопонимания, дают возможность для развития личности ребенка и в конечном счете снижают риск школьных стрессов, которые отрицательно влияют не только на психическое, но и физическое здоровье школьников.

    Естественно, что на каждом уроке невозможно применять интерактивные, игровые технологии. Больше улыбайтесь на уроках – так вы сохраните здоровье и себе, и своим ученикам

• дыхательные упражнения (если необходимо снять острое напряжение, можно сделать глубокий вдох и задержать дыхание на 20-30 секунд;
• упражнения мимических мышц, снижающие напряжение мышц лица (1 – надуть щеки, затем постепенно выпустить воздух через плотно сжатые губы;

* поочередно надувать то одну, то другую щеку, то обе вместе).

Как пробудить творческие силы? Это можно сделать только при наличии положительного эмоционального отношения к учебной деятельности. При объявлении домашнего задания можно сказать: «Выучить параграф. Буду спрашивать про экваториальные леса». А можно объявить, что на следующем уроке предстоит встреча с пигмеями- жителями лесов и необходимо привести в порядок свои мысли и впечатления. Обучая школьников составлению описания различных территорий, важно учить понимать мир как единое целое. «Географ должен воспринимать ландшафт всеми пятью чувствами. В лесу он видит деревья, растущие в несколько ярусов, слышит движение муравьев, чувствует запах цветущих растений и ощущает влагу в воздухе. При этом следует отметить, что чем шире поле использования художественных образов, тем более продуктивно работает головной мозг. Это могут быть:

1. Эпиграфы к уроку

« Россия - огромная равнина, по которой носится лихой человек». А.П.Чехов как эпиграф к теме «Рельеф России» 8кл

Краткая аннотация - система образной карты при изучении районов России. Сахалин и Курилы.