

Использование здоровьесберегающих технологий в работе с одарёнными детьми

Трубачева Марина Владимировна,

учитель начальных классов

МБОУ СОШ №5 с УИОП г. Шебекино Белгородской области

«Чтобы сделать ребёнка умным и рассудительным, сделайте его крепким и здоровым: пусть он работает, действует, пусть он находится в постоянном движении»

Действительно, о качестве образования можно говорить тогда, когда в нем присутствует здоровьесберегающая и здоровьеукрепляющая основа.

Социологические исследования утверждают, что двигательная активность младших школьников на 50% меньше, чем дошкольников, а у старшеклассников она составляет только 25% от времени бодрствования. Два школьных урока физической культуры, конечно, не могут компенсировать дефицит движения детей. В результате у них снижается жизненный тонус, быстрее наступает утомление, что в свою очередь ведёт к малоподвижности. Поэтому сегодня учитель вынужден ориентировать школьников и на физическое, и на духовное самосовершенствование, помогать формированию потребностей в самостоятельных занятиях физическими упражнениями, учить использовать их во время досуга для восстановления активности.

Особую тревогу вызывают одарённые дети, у которых проявляются симптомы стресса: ребёнок не может контролировать свои эмоции, сдерживать себя, растёт возбудимость, одновременно отмечается спад успеваемости, возрастает риск психосоматических заболеваний. Определяются основные причины этих явлений: малоподвижный образ жизни, неудовлетворённость собой. Дети с признаками интеллектуальной одаренности, но с физической инфантильностью, отличаются несоответствующей своему возрасту физической формой.

Методы:

- Учёт особенностей каждого ученика.
- Создание благоприятного микроклимата на уроке, во внеурочной жизни.
- Использование приёмов, способствующих появлению и сохранению интереса к учебному материалу.
- Создание условий для самовыражения учащихся.
- Инициация разнообразных видов деятельности.
- Предупреждение гиподинамии.

Ожидаемые результаты:

- Предотвращение усталости и утомляемости.
- Повышение мотивации к учебной деятельности.
- Прирост учебных достижений.

