**Формирование здоровьесберегающей среды школы**

 **как основного средства сохранения и укрепления здоровья учащихся и педагогов**

Сохранение и укрепление здоровья обучающихся и педагогов осуществляется посредством развития здоровьесберегающей и здоровьеформирующей среды в образовательном учреждении. Через здоровьесберегающие проекты достигается одна из главных целей – обеспечение повышения качества обучения и воспитания. Все эти проекты объединены вектором деятельности, направленным на развитие самого ценного – здоровья детей. Здоровье является базовым компонентом гармоничного развития человека.

Здоровье ребенка, его психическое и физическое развитие, социально-психологическая адаптация в значительной степени определяются условиями его жизни и, прежде всего, условиями жизни в школе. В немалой степени неблагополучие здоровья школьников зависит от недостаточного уровня грамотности в вопросах сохранения и укрепления здоровья – самих учащихся, их родителей и педагогов. Необходимо развитие личностных качеств,необходимых для реализации здоровьесберегающих технологий: толерант­ности, доброжелательности, чувства юмора и др.

Необходимый уровень грамотности (знаний, умений, навыков), т.е. обучение здоровью обеспечивается как путем интеграции вопросов здоровья в содержание большинства школьных программ (ОБЖ, биологи, физической культуры и др.), так и путем введения элективных курсов, через классные часы, уроки здоровья, которые проводятся не только в традиционной форме, но и с использованием тренингов, дискуссий, видеопросмотров с последующим обсуждением, практических занятий.

В программе каждой учебной дисциплины необходимо отводить время на рассмотрение вопросов, связанных с пропагандой здорового образа жизни, мероприятий по сохранению и укреплению здоровья, экологическим проблемам.

Одним из направлений сохранения здоровья является организация правильного питания. Мы говорим о правильном питании на классных часах. Проводим уроки здоровья. Ведь правильное питание – один из «краеугольных камней», на котором базируется здоровье человека. На таких уроках ребенок не только учится сам, но и учит других – своих друзей, родителей. Взрослые члены семьи отмечают, что о многих секретах правильного питания они узнали от своих детей.

Сегодня остро стоят проблемы снятия утомления школьников в процессе урока и повышения их двигательной активности.

Школа является местом активной деятельности ребенка на протяжении 9 лет. Поэтому одной из главных целей педагогического коллектива сегодня становится формирование и развитие здоровьесберегающей образовательной среды, в которой школьник ведет здоровый образ жизни. Здоровьесберегающая среда в школе предоставляет каждому ученику реальную возможность получить полноценное образование, адекватное его способностям, возможностям, склонностям, потребностям и интересам.

 **Критерии здоровья:**

1. Критерий, характеризующий потенциальные возможности человека его антропологическим показателям в соответствии с возрастом и полом.

2. Соматическое и физическое здоровье - « я могу»

3. Психическое здоровье – « я хочу»

4. Нравственное здоровье - « я должен»

**Компоненты здоровья:**

1. Физическое здоровье - уровень роста и развития органов и систем организма. Отсутствие болезней или физических дефектов.

2. Психическое здоровье - полный душевный комфорт.

3. Эстетическое здоровье – здоровый ребенок, отличающийся здоровым видом, привлекательностью, заряжая окружающих своей положительной энергией.

4. Соматическое здоровье - текущее состояние органов и систем организма человека.

5. Нравственное здоровье - мотивация в потребностно-информативной сфере жизнедеятельности, где основа нравственные ценности.

Основная задача школы – создание необходимых условий, гарантирующих охрану и укрепление здоровья школьника. В обязанность медицинского работника входит выяснение причин заболеваемости и определение способов лечения, а также дальнейшая профилактика выявленных заболеваний. Медицинский работник – воздействует на причины болезни, школа – на причины здоровья.

**Факторы, влияющие на причины здоровья ученика:**

1. Состояние климата в семье и школе.

2. Уровень учебной нагрузки на организм учащихся.

3. Состояние внеурочной воспитательной работы в школе.

4. Состояние лечебно-оздоровительной работы в школе.

5. Уровень психологической помощи учащимся.

Активная среда, где обучение учащихся происходит не за счет ресурсов его здоровья – это актуальная задача современной школы.

Каждый педагог должен знать, какие результаты должны быть получены в ходе их деятельности по реализации решений, направленных на обеспечение здоровьесбережения детей. Для этого создается модель ученика.

**Модель личности ученика школы:**

Это – человек:

- физически развитый;

- стремящийся к физическому совершенствованию;

- без вредных привычек;

- знающий способы поддержания здоровья.

[Здоровье - дело не только личное, но и общественное](http://www.zpzr.ru/healthcare_education/4172.html)
По данным Госкомстата России заболеваемость подростков за последние пять лет увеличилась. При этом увеличение заболеваемости подростков отмечено по всем классам болезней. Довольно высокий показатель заболеваемости детей туберкулёзом. Зарегистрированы ВИЧ – инфекции детей.

[Оригинальная гимнастика](http://www.zpzr.ru/healthcare_education/4182.html)
Частично гимнастика основана на произношении гласных звуков. По утверждению древних индейцев, именно протяжное произношение гласных, с доброй усмешкой на лице, положительно отражается на формировании организма.

[Правильная поза учащегося во время занятий](http://www.zpzr.ru/healthcare_education/4181.html)
за столом (партой) Длина сиденья стула должна соответствовать длине бедер ребенка. Высота ножек стула должна равняться длине голеней. Голеностопный, коленный, тазобедренный суставы при сидении образуют прямой угол. Между краем стола и грудной клеткой сидящего ученика необходимо выдержать ...

[Одна из важнейших технологий здоровьесбережения - школьная оценка](http://www.zpzr.ru/healthcare_education/4174.html)
1. Ребенок должен постоянно ощущать себя счастливым, помогите ему в этом. 2. Каждый урок должен оставлять в душе ребенка только положительные эмоции. 3. Дети должны испытывать ощущение комфорта, защищенности и, безусловно, интерес к вашему уроку.

[Роль педагога в здоровьесберегающей педагогике](http://www.zpzr.ru/healthcare_education/4179.html)
Проблема здоровья детей сегодня как никогда актуальна. В настоящее время можно с уверенностью утверждать, что именно учитель, педагог в состоянии сделать для здоровья современного ученика больше, чем врач.

[Рекомендации по организации здоровьесберегающей деятельности в школе](http://www.zpzr.ru/healthcare_education/4173.html)
Школьное образование в наши дни предъявляет большие требования к здоровью учащихся. Поэтому сейчас, как никогда, актуальны здоровьесберегающие технологии в учебно-воспитательном процессе.

[Принципы здоровьесберегающей педагогики](http://www.zpzr.ru/healthcare_education/4170.html)
Принцип не нанесения вреда Принцип приоритета действенной заботы о здоровье учащихся и педагогов (то есть все происходящее в образовательном учреждении – от разработки планов программ до проверки их выполнения, включая проведение уроков, перемен, организацию внеурочной деятельности .

[Анализ проведения урока с позиций здоровьесбережения](http://www.zpzr.ru/healthcare_education/4169.html)
Чтобы проанализировать урок с точки зрения сохранения здоровья школьников, присутствующим на уроке экспертам целесообразно обратить внимание на следующие аспекты урока: Гигиенические условия в классе (кабинете): чистоту, температуру и свежесть воздуха, рациональность освещения класса и др.

[Функции здоровьесберегающей технологии](http://www.zpzr.ru/healthcare_education/4165.html)
ФОРМИРУЮЩАЯ осуществляется на основе биологических и социальных закономерностей становления личности. В основе формирования личности лежат наследственные качества, предопределяющие индивидуальные физические и психические свойства.

[Основные компоненты здоровьесберегающей технологии](http://www.zpzr.ru/healthcare_education/4167.html)
АКСИОЛОГИЧЕСКИЙ, проявляющийся в осознании учащимися высшей ценности своего здоровья, убежденности в необходимости вести здоровый образ жизни, который позволяет наиболее полно осуществить намеченные цели, использовать свои умственные и физические возможности.

[Типы технологий](http://www.zpzr.ru/healthcare_education/4166.html)
Здоровьесберегающие (профилактические прививки, обеспечение двигательной активности, витаминизация, организация здорового питания) Оздоровительные (физическая подготовка, физиотерапия, аромотерапия, закаливание, гимнастика, массаж, фитотерапия, арттерапия) Технологии обучения здоровью.

[История вопроса](http://www.zpzr.ru/healthcare_education/4171.html)
Понятие «школьные болезни» было введено немецким врачом Р.Вирховым в 1870 г. Уже тогда для «устранения главнейших причин школьных болезней» предлагалось использовать в образовательных учреждениях игры, танцы, гимнастику и все виды изобразительного искусства.

Анализ работы показывает, что **использование здоровьесберегающих технологий** в учебном процессе **позволяет более успешно адаптироваться** в образовательном и социальном пространстве, раскрыть свои творческие способности, а учителю эффективно формировать основы правильного поведения.

Уроки по всем предметам строится с **учётом индивидуальных особенностей** учеников. Учителям школы необходимо активно применять следующие образовательные технологии здоровьесберегающей направленности:

          технология **личностно-ориентированного обучения** предполагает развитие личностных качеств учащихся посредством учебных предметов;

          технология **дифференцированного** обучения позволяет осуществлять учёт особенностей;

          технология **проблемного обучения** создаёт условия для самовыражения учащихся, позволяет использовать разнообразные приёмы, способствующие появлению и сохранению интереса к учебному материалу;

          технология **безотметочного обучения** усиливает внутреннюю мотивацию учеников и обеспечивает комфортное состояние учащихся.

          технология **диалогового обучения** даёт возможность педагогу превратить урок в пространство эффективного общения, создаются условия для самовыражения учащихся, благоприятного психологического фона;

          технология **рефлексивного обучения** даёт возможность отслеживать в процессе урока уровень понимания учебного материала;

          **педагогика сотрудничества** – помогает реализовывать задачи сохранения и укрепления здоровья учащихся и педагогов.

 Использование **игровых технологий** также благотворно влияет на здоровье. В работе с ослабленными детьми осуществляется **щадящее педагогическое воздействие**, освобождение от дополнительных занятий, дозировки нагрузки с учётом состояния здоровья детей.

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.Если для участников учебного процесса будут созданы оптимальные условия: гуманизация содержания урока, целесообразные формы организации учебного процесса, эффективные методы обучения, разнообразные виды поддержки ученика, право свободного выбора, комфортная  пространственная среда, то это будет способствовать адаптации участников образовательного процесса на уроке.

Хочу поделиться своими наработками организации уроков с использованием здоровье сберегающих технологий. . Атмосфера увлеченности и радости, ощущение посильности заданий создают комфортную обстановку на уроках и способствуют преодолению стрессовых ситуаций, связанных с классно – урочной системой.

 Наиболее приемлемым считается применение на уроках интерактивных, в том числе и игровых технологий. При этом используется метод работы в группах. Состав групп постоянно меняется, что дает возможность каждому обучающемуся побывать в роли лидера и повысить свою самооценку. Очень 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. Игра «Испорченный телефон».

 В качестве физминутки, либо в начале урока могут быть использована и игра "Испорченный телефон", которая, в первую очередь, направлена на развитие кратковременной памяти и слухового восприятия, снимают статическое напряжение мышц, накопленное в ходе изучения нового материала. Применяется такая игра при закреплении новых понятий, правил, которые необходимо запомнить. Суть игры заключается в безошибочной передаче определения по цепочке от одного ребёнка другому. Учитель шёпотом проговаривает ребёнку, сидящему за первой партой, необходимую фразу, ребёнок поворачивается к сидящему за ним ученику и повторяет услышанное. Последний учащийся, получив информацию, встаёт и вслух озвучивает её, либо записывает на листочке и отдаёт учителю. Победившим считается тот ряд, в котором наиболее точно передали определение. Примеры фраз и определений на уроке швейного дела: Обтачка- это полоска ткани для обработки срезов. Кромка - обработанный на фабрике край ткани. Обтачки бывают долевыми, косыми, поперечными и т.д.

Таким образом, использование тематических физминуток на уроках не только активизирует двигательную активность и улучшает работоспособность учащихся, стимулирует мыслительные функции, но и является эффективным средством закрепления знаний учащихся. В движении дети лучше запоминают изученный материал, поскольку в ходе выполнения физминуток активизируется межполушарное взаимодействие, развиваются межполушарные связи, синхронизируется работа полушарий.

Существуем несколько видов физминуток:

1. упражнения для снятия общего или локального утомления;
2. упражнения для кистей рук;
3. гимнастика для глаз; гимнастика для улучшения слуха;
4. упражнения для профилактики плоскостопия;
5. упражнения, корректирующие осанку;
6. дыхательная гимнастика.

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

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 вашим ученикам На моих уроках я использую методы позитивной психологической поддержки ученика на уроке, учет индивидуальных особенностей учащегося и дифференцированный подход к детям с разными возможностями, поддержание познавательного интереса к географии, и также принцип двигательной активности на уроке.

Урок – зона психологического комфорта.
В результате введения в урок видов деятельности, поддерживающих положительное отношение ребенка к себе, уверенность в себе, в своих силах и доброжелательное отношение к окружающим, изменился микроклимат на уроке. Атмосфера на уроках стала более благоприятной для обучения и для межличностного общения. С этой целью использую методы эмоциональной раскачки, медитативно релаксационные упражнения, упражнения на рефлексию, визуализацию и релаксацию.
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; 2 – поочередно надувать то одну, то другую щеку, то обе вместе).

С учётом возрастных особенностей детского организма и потребности в двигательной активности на уроках швейного дела рекомендуется проводить физкультминутки для предупреждения утомления, нарушения осанки, зрения, а также для повышения работоспособности и активизации мыслительных процессов, улучшения памяти и внимания.

Внешними проявлениями утомления являются частые отвлечения, потеря интереса и внимания, ослабление памяти, снижение работоспособности. Физминутки положительно влияют на аналитико-синтетическую деятельность мозга, активизируют сердечно-сосудистую и дыхательную системы, улучшают кровоснабжение внутренних органов и работоспособность нервной системы. В то же время, многие психологи отмечают значимость активных форм деятельности на уроке как условия успешного обучения.

Упражнение «Комплименты».

Дети по очереди говорят друг другу добрые слова, стараясь акцентировать достоинства своих одноклассников.

Игра «Вам-сообщение».
По кругу передается сообщение, например «Я рад тебя видеть». «Ты сегодня хорошо выглядишь» и т.д.
Одним из важных средств создания благоприятного микроклимата является, на мой взгляд, похвала ученика. Невербальные методы поощрения: улыбка, жесты, мимика, аплодисменты и т.д.

Вспоминается высказывание К.Д. Ушинского: «Учитель! Помни, твоя улыбка стоит тысячи слов».
Похвалу учителя можно выразить в раздаточных жетонах, карточках.
Оценивание в виде солнышка, где лучики выдаются в виде бонуса за удачный ответ. Побеждает тот, чье солнышко ярче. На своих уроках я достаточно широко практикую самооценивание и взаимооценку.
Например, оцени свою работу на уроке:
 (хорошо)
 (нормально)
 (попробуй еще!)
2.Индивидуальный и дифференцированный подход
на уроках осуществляется через учет личных интересов и особенностей ученика и возможность выбрать свой уровень и объем задания. Дополнительный языковой материал подбирается с учетом увлечений ученика. Организуя виды взаимодействия , учитываю уровень экстравертированности /интровентированности учащихся.
Например, для выполнения определенных заданий на уроках разрешается выбрать либо индивидуальный, либо групповой стиль работы.
Разделение учащихся на 3 типа синтетический, аналитический, и кинестетический – позволяет индивидуализировать стиль и предпочтительные методы работы на уроке.
Практикую на своих уроках элементы уровневого обучения:
 Активное поведение учащихся на уроке обеспечивается за счет использования рифмовок, стихотворений, песен на основе движений и проведения физкультминуток: на уроке проводятся физкультминутки по 2-3 минуты продолжительностью через 15-20 минут после начала урока.
Обязательным условием эффективного проведения подобных форм – положительный эмоциональный фон.
 Для повышения мотивации, особенно на старшем этапе, подходит метод проектов.
В своей работе я опробовала несколько типов проектов: творческие и информационные .
Метод проектов поддерживает мотивацию к учению – в проектной работе она всегда положительная, проект отражает интерес учащихся, их собственный мир.

**Структура рациональной организации урока**

Факторы урока Уровень гигиенической рациональности Урока
1 Плотность урока Не менее 60% и не более 75%
2 Число видов учебной деятельности 4-7
3 Средняя продолжительность различных видов учебной деятельности Не более 10 минут
4 Частота чередования видов учебной деятельности Смена не позднее, чем через 7-10 минут
5 Число видов преподавания Не менее 3
6 Наличие эмоциональных разрядок (число) 2-3
Таблица заимствована у Н.К. Смирнова «Здоровьесберегающие образовательные технологии»
Данная структура оптимально подходит для проведения уроков, позволяет избежать утомления учащихся, свести к минимуму учебный стресс, помогает достичь хороших результатов в преподавании.

Рациональное чередование видов деятельности помогает избежать снижения внимания, усталости. Разнообразие типов взаимодействия на уроке обеспечивает активный стереотип поведения учащихся на уроке и снимает усталость, делает урок более эмоциональным.

**ОСНОВНЫЕ УСТАНОВКИ УЧИТЕЛЯ ГУМАННОГО ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ПРОЦЕССА: (принципы технологии Ш.А. Амонашвили)**

* + ***Законы*** ***учителя:***
	+ любить ребенка,
	+ понимать ребенка,
	+ восполняться оптимизмом к ребенку;
	+ **Руководящие принципы учителя :**
	+ принцип очеловечивания среды вокруг ребенка,
	+ принцип уважения личности ребенка,
	+ принцип терпения в становлении ребенка;
	+ **Заповеди учителю :**
	+ верить в безграничность ребенка,
	+ верить в свои педагогические способности,
	+ верить в силу гуманного подхода к ребенку;
	+ опоры в ребенке :
	+ стремление к развитию,
	+ стремление к взрослению,
	+ стремление к свободе;
	+ **Личностные качества учителя :**
	+ доброта,
	+ откровенность и искренность,
	+ преданность.

***СВОД ПРАВИЛ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ.***

* Проявляйте живой интерес к жизни ребенка, к его радостям, огорчениям, стремлениям, успехам, неудачам, к его личностным переживаниям; при необходимости содействуйте, помогайте, выражайте ему “сорадость”, сочувствие.
* Общайтесь с ребенком как со взрослым, от которого ждут взаимного доверия, уважения, понимания.
* Делайте день рождения каждого ребенка праздником в классе, высказывайте ему пожелания, преподносите ему в подарок уроки, рисунки, сочинения о нем, давайте ему почувствовать, как его любят, уважают учитель и товарищи, каких успехов они от него ждут.
* Устанавливайте с каждым ребенком личные, доверительные взаимоотношения, вызывайте доверие и искренность ребенка к вам вашей доверительностью и искренностью к нему.
* Любите смеяться вместе с детьми, веселитесь, играйте, шалите вместе с ними.
* Говорите с детьми спокойным, располагающим к себе голосом и экспрессией.
* Свою раздражительность поведением ребенка выражайте ноткой намека на то, что вы от него этого не ожидали, что у вас о нем более высокое представление.
* Выражайте живой интерес к увлечениям (хобби) отдельных детей (собирание марок, открыток, составление альбомов и пр.), участвуйте в них.
* Удивляйтесь, восхищайтесь, радуйтесь, когда тот или иной ребенок совершает достойный поступок, проявляет смекалку и сообразительность, мыслит сосредоточенно.
* Поощряйте творческую деятельность детей, помогайте им писать пьесы, ставить спектакли, оформлять их художественно и музыкально, готовить художественные утренники, выступать со своей самодеятельностью перед родителями, другими учениками, детсадовцами.
* Научите детей выпускать книжки с собственными рассказами, сказками, сочинениями, стихами и т.д., интересуйтесь этими книжками, читайте их, берите их с разрешения автора показать своим коллегам.
* Предлагайте детям стать художниками книжек с рассказами, стихами, сказками, напечатанными на листках, которые следует сложить и сшить, оформить обложки, нарисовать в них картины по содержанию произведения, а также объяснить слова, поставить вопросы к тексту.
* Извиняйтесь перед ребенком, если по какой-либо причине не можете сразу ответить на познавательный вопрос, с которым он обращается к вам; объясните причину откровенно, скажите, что дадите ответ через несколько дней, и не забудьте выполнить обещание.
* Приобщайте родителей к школьной жизни своих детей, приглашайте их руководить кружками, дежурить в школе, устраивайте с ними встречи детей.
* Пишите письма родителям с положительной оценкой поступка ребенка, по поводу достижения успеха в учении, по любому значительному поводу, достойному одобрения.
* Предлагайте родителям присутствовать на уроках.
* Делайте урок аккумулятором жизни детей, цените, любите, принимайте и провожайте каждый урок.
* Знакомьте детей с планом урока, с содержанием заданий, принимайте во внимание пожелания детей по содержанию урока.
* Приглашайте детей быть соучастниками ваших педагогических поисков, высказывать свое мнение по поводу того или иного метода, задания и т.д., применяемых вами с целью апробирования.
* Поощряйте детей ставить вопросы, спрашивать, спорить, выражать собственное мнение, утверждать свою позицию, относитесь к мыслям, утверждениям, оценочным суждениям, отношениям и т.д. детей серьезно, с достоинством.
* Провоцируйте дискуссии детей с вами, давайте им возможность доказывать вам, объяснять ошибку, опровергать ваше утверждение и тогда, признав их правоту, выражайте им благодарность за то, что не дали вам углубиться в своем заблуждении.
* Учите детей этично высказывать и доказывать свое мнение, спорить.
* Поощряйте поисковую, исследовательскую деятельность детей, отдельного ребенка, практикуйте на уроках чтение научных докладов, обсуждение отдельных вопросов.
* Учите детей думать, проявляйте свое поощрительное отношение к детям, умеющим думать, размышлять, обдумывать.
* Размышляйте вслух сами, чтобы давать детям образцы, как думать, как искать решение задачи, как обсуждать, оценивать.
* Часто предлагайте детям письменные задания с размышлениями о самом себе, о своих взаимоотношениях с окружающими его людьми, об отношении их к нему.
* Подчеркнуто уважайте право ребенка оберегать его спокойствие от шума и другого рода раздражений при обдумывании задачи, при выполнении письменной работы.
* Можно самому тоже писать вместе с детьми сочинение, выполнять самостоятельные задания, контрольную работу, а затем знакомить их с результатами своих стараний, давайте возможность высказывать свои оценочные суждения.
* Призывайте детей самим находить и исправлять допущенные ошибки в своих письменных работах; исправленные самими ошибки в дальнейшем не считать за ошибки.
* Предлагайте детям на уроках альтернативные материалы, задачи и задания.
* Пользуйтесь способом “допущения” ошибок, давайте детям возможность обнаруживать их и исправлять; благодарите детей за содействие.
* Не ставьте одного ребенка в пример другому ни в прилежании, ни в поведении.
* Помогайте ребенку превзойти самого себя.
* Замечайте и радуйтесь, когда ребенок достигает успеха.
* Задавайте детям домашние задания в ненавязчивых формах, разрешайте самим тоже задавать себе задания.
* Предлагайте детям задания с целью определения своих предельных возможностей, давайте им возможность пробовать себя в отношении заданий последующих классов.
* Поощряйте стремление детей браться за решение сложных задач и заданий, помогайте им учиться способам их решения.
* Приобщайте детей к подбору учебного материала, предлагайте им заполнять учебники своими страницами с дополнительным материалом.
* Предлагайте желающим готовить и проводить на уроках свои “пятиминутные уроки”, помогайте им в проведении таких уроков.
* Обращайтесь к детям с просьбой помочь вам составить для использования на уроках сложные задания, головоломки и ребусы и при их применении на уроках не забывайте указывать, кто их автор.
* Проявляйте интерес к тому, понравился ли детям урок, прислушивайтесь к их пожеланиям.
* Выражайте детям свою благодарность за содействие в проведении интересного урока.
* Приносите детям свои извинения, если урок не вызвал в них эмоционального и интеллектуального удовлетворения, пытайтесь вместе с детьми выяснить причины.
* Придавайте особое значение усилиям, стараниям ребенка в выполнении задания, интересуйтесь, с какими трудностями встречался ребенок и как их преодолевал.
* Проявляйте свое оптимистическое отношение к возможностям ребенка, особенно когда его постигает неудача.
* При своих оценочных суждениях по поводу работы ребенка больше опирайтесь на положительное, достигнутое, на продвижение; ошибки и неудачи рассматривайте на фоне достигнутого.
* Поощряйте самооценочную и оценочную деятельность каждого ребенка, давайте ему возможность оценивать свою работу вслух, высказывать свою оценку о работе товарища.
* Стремитесь к овладению изящным исполнением педагогических процессов.
* Следите за чистотой вашей речи, не допускайте ее загрязнения.