**Урок-панорама «За здоровый образ жизни»**

 Перестройка учебно-воспитательного процесса, повышение познавательной активности школьников немыслимы без поиска новых форм и методов преподавания, без широкого обмена мнениями и внедрения передового опыта творчески работающих учителей в практику школы. Центром такой работы, на наш взгляд, должен стать методическое объединение учителей.

 Но как лучше организовать поиск и обмен опытом? Как донести его до каждого учителя? И мы учителя биологии методического объединения Областной специализированной школы-интерната для одаренных в спорте детей пришли к выводу, что среди различных форм работы методического объединения наиболее эффективной является проведение открытых уроков. Именно здесь опыт, педагогические находки учителя становятся наглядными, живыми и убедительными аргументами в пользу того или иного направления педагогического поиска. В этом мы, наверное, не были первооткрывателями. Однако в ходе организации и проведения открытых уроков мы столкнулись с одной из злободневных проблем: лимитом времени учителя. Ведь для того чтобы посетить и проанализировать один урок, учитель, как правило, тратит целый рабочий день. К тому же в ходе одного урока бывает трудно показать различные аспекты опыта учителя. И у нас возникла идея: в ходе одного урока показать несколько фрагментов из разных уроков, наиболее удачных и разнообразных по форме и методическим приемам, т.е. провести урок-панораму.

Для комплексного урока-панорамы была выбрана тема «За здоровый образ жизни», и не случайно. Ведь сегодня, как никогда раньше, возрастает роль гигиенического обучения и воспитания учащихся. Перед школой стоит задача стать не только учебным и воспитательным, но и оздоровительным учреждением. В урок были включены фрагменты важнейших тем раздела «Человек и его здоровье» с четко выраженной гигиенической направленностью.

 Другой, не менее важной задачей проведения такого урока было для нас обсуждение проблемы активного получения знаний школьниками. Трудно добиться прочных знаний, если нет у школьников интереса к учебному предмету и изучаемому материалу. В связи с этим мы видим роль учителя не в том, чтобы передать учащимся определенную сумму знаний, а в том, чтобы развить у них самих желание искать ответы на поставленные вопросы, решать познавательные задачи.

 Наш урок-панораму составили различные по форме мини-уроки: урок-деловая игра, интегрированный межпредметный урок, урок - пресс-конференция и урок-телепередача.

 Первая часть комплексного урока прошла в форме деловой игры – научного совещания, посвященного проблемам двигательного режима человека и профилактики сердечно-сосудистых заболеваний. В ходе подготовки к уроку одна группа школьников получила задание по сбору и анализу статистических данных о наиболее распространенных в Уральске заболеваниях сердечно-сосудистой системы человека, связанных с недостаточной физической нагрузкой, с особенностями образа жизни людей. При выполнении задания школьники не только использовали данные периодической печати, но и побывали в медицинских учреждениях города: поликлиниках, беседовали с врачами «скорой помощи», поэтому их сообщения были восприняты классом с большим интересом. Другая группа учащихся выступала в роли специалистов, ученых, которые должны были в ходе урока составить рекомендации по режиму труда и отдыха школьников, направленные на преодоление гиподинамии.

 Второй фрагмент урока-панорамы представлял часть интегрированного урока биологии и физической культуры по теме «Влияние физической нагрузки и тренировки на работу сердце». Эта часть урока проводилась в спортивном зале. Цель урока - показать изменение пульса у тренированных и нетренированных учащихся под влиянием различных нагрузок. Учитель физкультуры вместе с группой учащихся составил комплекс упражнений, дающих небольшую, среднюю и значительную нагрузку на организм. Перед началом уроком все ребята посчитали свой пульс, после чего им было предложено проделать упражнения с незначительной нагрузкой и вновь посчитать пульс. В результате было выяснено, что у нетренированных учащихся пульс участился на 50% и более, в то время как у тренированных ребят изменения были незначительными. При увеличении нагрузки картина еще более усугубилась: у нетренированных учащихся пульс увеличился почти на 100% и долго не восстанавливался, а у ребят, занимающихся спортом регулярно, показатели были значительно лучше и восстановление пульса проходило через 3-5 минут. В заключение урока двое учащихся подвели итог проведенным экспериментам и объяснили с научной точки зрения зависимость между физической тренировкой организма и здоровьем человека; они рассказали о влиянии физического воспитания на организм.

 Третий мини-урок был посвящен проблемам гигиены питания. Это была ролевая игра в форме пресс-конференции, в которой учащиеся играли роли врачей: стоматологов, гастроэнтерологов, диетологов и др. Они рассказывали о необходимости правильного отношения к питанию, о гигиенических требованиях к продуктам и режиму питания, о заболеваниях зубов желудочно-кишечного тракта и мерах их профилактики. Присутствовавшие задавали вопросы, включались в их обсуждение.

 Четвертый фрагмент урока прошел в форме молодежной телевизионной программы с большим количеством участников: ученых, тренеров, спортсменов, врачей т даже артистов и музыкантов. Ведущий передачи привлекал всех ее участников к обсуждению основного вопроса – связи функционального состояния всех систем органов человека с его образом жизни. Разговор шел о факторах риска и их устранении, о влиянии на здоровье курения, употребления алкоголя, наркотических веществ, о распространении венерических заболеваний и многом другом. Особое внимание было уделено обсуждению кодекса здоровья, выдвинутого академиком Н.М.Амосовым, о резервах возможностей человека, о продлении его активного долголетия. Урок включал музыку, песни, показательные выступления спортсменов.

 Прозвенел звонок. Урок для учителей окончился. В отличие от учеников, они не торопились покинуть класс. Долго и бурно шло обсуждение каждого фрагмента урока, предлагались другие варианты, альтернативные решения. Конечно, вернувшись в классы, учителя будут работать каждый по-своему, но увиденное на уроке-панораме наверняка заставит задуматься, сравнить, проанализировать и внести что-то новое в свою работу.

З.Ш.Урдабаева

 Учитель биологии КГУ «Областная специализированная школа-интернат для одаренных в спорте детей».

г.Уральск.