**Применение ИКТ и здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе**

 «Информационная технология (ИКТ) – это совокупность методов и технических средств сбора, организации, хранения, обработки, передачи и представления информации, расширяющая знания людей и развивающая их возможности по управлению техническими и социальными процессами».

Сегодня информационно-коммуникативные технологии плотно входят во все сферы нашей жизни, в том числе и в образовательный процесс. Компьютерные технологии широко используются на уроках, ни одно школьное мероприятие не обходится без мультимедийных презентаций, а урок — без использования инновационных образовательных ресурсов.

Цели использования информационных технологий в школе достаточно разнообразны, однако главные из них — всесторонне облегчить работу педагога и при этом повысить помочь ему выйти на новый уровень качества преподавания, которого требует современность. Укрепить мотивацию школьников к обучению, пробудить в них интерес к познавательной деятельности, помочь им сконцентрировать внимание на учебном процессе; добиться более эффективной и современной методики преподавания, обеспечить индивидуальный подход к каждому учащемуся без временных и иных затрат; сделать образовательный процесс более разнообразным и увлекательным; сэкономить время на подготовку к урокам и отслеживание результатов обучения; внести вклад в формирование информационной грамотности учащихся; выйти на новый уровень в  планировании и систематизации своей работы.

Сегодня самым актуальным остается программа PowerPoint с помощью, которой представляется учебный материал. Программа дает возможность продемонстрировать материал не зависимо от темы. Применение компьютера, проектора, электронной доски эффективно в процессе подачи нового материала, повторения и закрепления усвоенных знаний, а также в проведении промежуточного и итогового контроля обучения.

 На уроках использование ИКТ повышает интерес к предмету, способствует развитию мышления учащихся.

При использовании ИКТ учитель должен владеть основами информационных технологий, иметь представление о наиболее распространенной в настоящее время операционной системе Windows, уметь работать в компьютерных программах Word, Ехсеl, РоwerPoint и рядом других специализированных программ, связанных с предметной деятельностью, пользоваться Интернетом.

При использовании ИКТ отмечается:- формирование новых компетенций, нравственных и эстетических ценностей; адаптация к современным социально-экономическим условиям жизни; развитие творческих способностей и самостоятельной активности учащихся; обеспечение целостности педагогического процесса, осуществление в единстве разностороннего развития, обучения и воспитания учащихся;

На уроках в основном используются мультимедийные презентации, так как зрение – это важнейший вид памяти, который несет немаловажную ответственность за запоминание и усвоение материала. Мультимедийная презентация дает возможность подать информацию в максимально наглядной и легко воспринимаемой форме. Кроме презентаций используются видеофильмы и видеоролики по темам программы. При проведении текущего контроля знаний используются тестовые задания, что позволяет учащимся и учителю быстро оценить знания по темам.

Как у любой технологии и у ИКТ есть недостаток – это большая физическая нагрузка на зрение. В связи с этим применяются здоровьесберегающие технологии, которые хорошо сочетаются с ИКТ. На уроках проводятся физминутки, игры, зарядка. С помощью ИКТ можно проводить уроки с элементами игры. Под музыкальное сопровождение проводить физминутки и зарядку для снятия напряжения глаз. Отмечается благотворное влияние на здоровье учащихся, усиливается внимание, становятся более продуктивные уроки.

Заключение. При использовании ИКТ на уроках у учащихся повышается интерес к новому материалу, возрастает уровень использования наглядности на уроке.   Так же большое значение на уроках имеют здоровьесберегающие технологии, так как успех педагогической деятельности определяется не только профессиональными, но и личностными качествами учителя. Учитывая это и основываясь на жизненных аксиомах, высказанных еще мудрецами древности, можно сформулировать некоторые положения – «секреты» педагога, успешно работающего в парадигме здоровьесбережения. Использование ИКТ создает мотивацию самообразования педагога. Формирует положительную мотивацию учебной деятельности, позволяет использовать учителю современные педагогические технологии.

Литература

1. Айзман Р.И. Здоровьесберегающие технологии в образовании: Учебное пособие. – М: Юрайт, 2018.
2. Акимова Л.А. Здоровьесберегающие технологии. – Оренбург: ОГПУ, 2017.
3. Белова Л.В. Здоровьесберегающие технологии в системе профессиональногообразования: учебное пособие. - Ставрополь: СКФУ, 2015.
4. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии: школьник и компьютер.- М.: Вако, 2007
5. Митяева А.М. Здоровьесберегающие педагогические технологии. - М.: Академия, 2008
6. Морозов В.О. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессешколы. – М..: ФЛИНТА, 2015.