

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ

В ШКОЛЕ ПО ФГОС

Всем известно, что здоровье – это величайшая ценность, основа для самореализации и главное условие для выполнения людьми их социальных и биологических функций. Здоровьесберегающее поведение и мышление закладываются еще в школе. Но в то же время школьная среда препятствует укреплению здоровья. Раннее начало обучения, интенсификация учебного процесса, использование педагогических инноваций влекут несоответствие нагрузки возможностям детского организма и приводят к напряжению адаптационных механизмов. Отрадно заметить, что сегодня образовательная система направлена на сохранение здоровья школьников. Задача педагогов заключается не только в том, чтобы дать детям знания, но и в том, чтобы сформировать успешных личностей, готовых полноценно жить и растить будущее поколение. А без здоровья это невозможно. Именно поэтому в настоящее время реализуются Здоровьесберегающие технологии в школе.

Роль педагога. Учитель может сделать для здоровья ученика даже больше, чем врач. От него не требуется выполнять функции медицинского работника, просто педагоги должны работать так, чтобы обучение не вредило школьникам. В жизни учащихся учитель занимает одно из главных мест, для них он олицетворяет все важное и новое, в том числе является примером в вопросах здоровьесбережения. Педагог должен обладать профессиональными качествами, которые позволят ему генерировать плодотворные идеи и обеспечивать положительные педагогические результаты.

К таким качествам относятся следующие: способность к развитию и формированию личностных креативных черт; высокий уровень коммуникативной, профессионально-этической и рефлексивной культуры; знание функционирования психических состояний, процессов, свойств личности, творческого совершенствования человека; умение прогнозировать итоги собственной деятельности; способность к формированию индивидуального педагогического стиля; знание основ моделирования и проектирования здоровьесберегающих технологий. Что должен уметь учитель. На эффективность использования приемов и средств здоровьесберегающих методик в учебном процессе оказывают влияние различные умения педагога, а именно: анализ педагогических ситуаций в

аспекте оздоровления; установление контакта с коллективом учеников; владение основами здорового образа жизни; прогнозирование развития школьников; моделирование системы взаимоотношений в условиях оздоровительной педагогики.

Учитель должен на личном примере показывать учащимся, как нужно заботиться о собственном здоровье и здоровье окружающих. В том случае, если для педагога здоровый образ жизни – норма, ученики будут принимать здоровьесберегающие технологии в школе должным образом.

Решение проблем. Чтобы эффективно внедрить идеи здорового образа жизни в практику учителя, необходимо решить три проблемы: Изменить отношение педагога к ученикам – он должен принимать их такими, какими они являются. Изменить мировоззрение учителя, его отношение к собственному жизненному опыту. Педагог должен научиться осознавать свои переживания и чувства с позиции здоровьесбережения. Изменить отношение учителя к учебному процессу – требуется не только достигать дидактических целей, но и развивать школьников с максимально сохраненным здоровьем.

Понятие Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе (ЗОТ) – это все технологии, применение которых в процессе обучения идет на пользу учащимся. Если же ЗОТ связывать с решением более узких задач, то к ним можно отнести педагогические методы и приемы, обеспечивающие ученикам безопасность во время пребывания в образовательном учреждении. Все формы здоровьесберегающих технологий в школе связаны в единую систему и основаны на стремлении самих учителей к совершенствованию. Если при реализации педагогических функций решается задача сохранения у педагогов и учащихся здоровья, то можно говорить о том, что осуществление учебно-образовательного процесса ведется в соответствии с ЗОТ.

Главная задача школы – подготовка ребенка к самостоятельной жизни за счет получения им необходимого образования. Но разве может педагог равнодушно относиться к тому, что его воспитанники имеют неблагоприятное состояние здоровья, которое прогрессирующе ухудшается? Этот вопрос во многом риторический, но одним из ответов на него как раз и стала востребованность руководителями образовательных учреждений и учителями здоровьесберегающих технологий. Цели, преследуемые в процессе реализации ЗОТ Здоровьесберегающие технологии в школе по ФГОС направлены на достижение следующих целей: - разработать и реализовать представления о сущности здоровья;

- сформировать мотивацию к коррекции образа жизни человека для укрепления здоровья; - приобрести компетентность в вопросах физкультурно-оздоровительной сферы; - разработать и построить мониторинговые и диагностические модели прогнозирования и оценки уровня здоровья.

Использование здоровьесберегающих технологий в школе началось сравнительно недавно, до этого в педагогическом лексиконе существовало понятие санитарно-гигиенических мероприятий. Многие до сих пор отождествляют между собой два этих термина, однако это примитивный взгляд на содержание работы по сохранению и укреплению здоровья школьников, которая должна проводиться в образовательном учреждении.

Педагогика, направленная на оздоровление детей, не может быть выражена какой-то одной образовательной технологией. Это все направления деятельности в школе по охране здоровья с учетом условий жизни ребенка и важнейших характеристик образовательной среды. Дети в школе должны получать знания, которые в дальнейшей жизни будут ими востребованы. А достижение этой цели невозможно без здоровьесберегающей педагогики, представляющей собой совокупность методов и приемов организации учебного процесса без ущерба для здоровья учителей и учеников. Владея педагогическими знаниями и тесно взаимодействуя со школьниками, их родителями, медицинскими работниками и коллегами, учитель планирует свою деятельность с учетом приоритетов укрепления и сохранения здоровья участников образовательного процесса.

Классификация Здоровьесберегающие технологии в школе по ФГОС предполагают совокупность психологических, медицинских, педагогических воздействий, которые направлены на обеспечение и защиту здоровья, формирование правильного отношения к нему. Одной-единственной уникальной технологии здоровья не существует. Здоровьесбережение выступает в качестве одной из задач определенного процесса образования. Такой процесс может иметь медико-гигиеническую направленность (тесный контакт педагога, медработника и ученика), физкультурно-оздоровительную (в приоритете физкультурные занятия), экологическую (формирование гармоничных отношений с природой) и др. Лишь благодаря комплексному подходу к обучению можно решить задачи оздоровления учеников. Здоровьесберегающие технологии и психология здоровья в школе включают многие знакомые большинству учителей психолого-педагогические методы работы и подходы к решению возможных проблем. Например,

образовательный процесс, имеющий медико-гигиеническую направленность, подразумевает использование профилактических программ, проведение мероприятий по просвещению учеников относительно санитарных норм, обеспечение гигиенических условий обучения и т. д. Несколько иные направления имеют экологические здоровьесберегающие технологии. Мероприятия в школе при такой направленности учебного процесса будут сводиться к воспитанию у школьников потребности заботиться о природе, приобщению их к исследовательской работе в сфере экологии. Что касается физкультурно-оздоровительных технологий, то здесь основные задачи состоят в тренировке силы воли и выносливости, закаливании, формировании из физически слабых людей здоровых и тренированных личностей.

Здоровьесберегающие технологии в школе классифицируются не только по подходам к охране здоровья, но и в зависимости от характера действия. Так, выделяют защитно-профилактические, стимулирующие, информационно-обучающие, компенсаторно-нейтрализующие и другие технологии. Функции ЗОТ имеют ряд функций:

Формирующая. Реализуется на основе социальных и биологических закономерностей становления личности. Индивидуальные психические и физические свойства человека предопределяются наследственными качествами.

Рефлексивная. Состоит в переосмыслении прошлого личностного опыта, в приумножении и сохранении здоровья, что дает возможность соизмерить достигнутые результаты с имеющимися перспективами.

Диагностическая. Состоит в мониторинге развития школьников на базе прогностического контроля, за счет чего удастся соизмерить направленность действий и усилия учителя в соответствии с возможностями ребенка, данными ему от природы.

Интегративная. Здоровьесберегающие технологии в школе объединяют различные системы воспитания и научные концепции, народный опыт, направляя их по пути приумножения здоровья подрастающего поколения. ЗОТ в начальной школе На каждое образовательное учреждение возложены конкретные обязательства как воспитательные, учебные, так и по охране здоровья детей. Какие здоровьесберегающие технологии в начальной школе применяются? На самом деле их очень много. Ведь уже с первого класса у детей воспитываются привычки к здоровому образу жизни. Перед

педагогическим коллективом стоит много задач: пропаганда культуры здоровья, совершенствование методов и форм работы по сохранению и дальнейшему укреплению здоровья школьников; формирование у учеников потребностей и качеств, способствующих развитию здоровья. За каждым классом начальной школы должен быть закреплен отдельный кабинет, оснащенный техническими средствами обучения. В кабинете должен соблюдаться воздушно-тепловой режим.

Здоровьесберегающие технологии обучения в начальной школе предполагают использование разных форм работы с учащимися и их родителями, реализуемых классными руководителями и школьным медперсоналом. Вот некоторые из них: контроль состояния здоровья; предупреждение и профилактика заболеваний; оформление информационных стендов; своевременное информирование о предстоящих прививках; выступления на родительских собраниях и т. д. В начальных классах должны проводиться беседы с учащимися на тему соблюдения личной гигиены, профилактики простудных болезней, режима школьника, правильного питания и т. п. Рекомендуется в работе образовательного учреждения использовать модель «Школа полного дня», при которой для каждого ученика составляется индивидуальный режим, включающий умение «переключаться» с одной деятельности на другую, развитие самостоятельности и индивидуальных способностей, профилактические мероприятия, направленные на организацию свободного времени учеников. Здоровьесберегающие технологии в нач. школе реализуются посредством комплекса оздоровительных мероприятий: классные часы «Доктор Айболит», «Если хочешь быть здоров...», «В гостях у Мойдодыра», «Лесная аптека» и т. п.; подвижные игры на переменах; гимнастика для глаз и физкультминутки на уроках; общешкольные спортивные соревнования; беседы с врачом; во второй половине дня - спортивные часы «Сильные, ловкие, смелые», «Самый быстрый», «Веселая эстафета» и т. д.; дни здоровья; выпуски газет. Особо чувствительной у учеников начальных классов является нервная система, поэтому во время урока важно проводить смену деятельности и режимов работы посредством физкультминуток, прослушивания расслабляющих песен.