

Шишкина Татьяна Ивановна

педагог-организатор учебного курса

Ахмедов Физули Совет оглы

воспитатель учебного курса

Годова Ольга Васильевна

преподаватель русского языка и литературы

ФГКОУ «Екатеринбургское суворовское военное

училище» Минобороны России

г. Екатеринбург, Свердловская область

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ, МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВЬЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

***Аннотация:** здоровье подрастающего поколения было и остается одной из ключевых задач российского общества и каждой образовательной организации в целом. Авторы статьи акцентируют внимание на системный подход к решению данной задачи, в том числе, через использование здоровьесберегающих образовательных технологий.*

***Ключевые слова:** здоровьесбережение, здоровьесберегающие образовательные технологии, дифференцированный подход.*

Проблемы сохранения здоровья учащихся стали особенно актуальными на современном этапе. Кризисные явления в обществе способствовали изменению мотивации образовательной деятельности у учащихся, снизили их творческую активность, замедлили их физическое и психическое развитие, вызвали отклонения в их социальном поведении. В создавшейся обстановке естественным стало активное использование педагогических технологий, нацеленных на охрану здоровья школьников. По словам профессора Н.К. Смирнова, «здоровьесберегающие образовательные технологии – это системный подход к обучению и воспитанию, построенный на стремлении педагога не нанести ущерб здоровью учащихся» [4].

Понятие «здоровьесберегающая технология» относится к качественной характеристике любой образовательной технологии, показывающей, как решается задача сохранения здоровья учителя и учеников. Данные технологии должны удовлетворять принципам здоровьесбережения, которые сформулировал Н.К. Смирнов:

– «не навреди!» – все применяемые методы, приемы, используемые средства должны быть обоснованными, проверенными на практике, не наносящими вреда здоровью ученика и учителя;

– *непрерывность и преемственность* – работа ведется не от случая к случаю, а каждый день и на каждом уроке;

– *соответствие содержания и организации обучения возрастным особенностям учащихся* – объем учебной нагрузки, сложность материала должны соответствовать возрасту учащихся;

– *комплексный, междисциплинарный подход* – единство в действиях педагогов, психологов и врачей;

– *успех порождает успех* – акцент делается только на хорошее; в любом поступке, действии сначала выделяют положительное, а только потом отмечают недостатки;

– *активность* – активное включение в любой процесс снижает риск переутомления;

– *ответственность за свое здоровье* – у каждого ребенка надо стараться сформировать ответственность за свое здоровье, только тогда он реализует свои знания, умения и навыки по сохранности здоровья.

Перед любым учителем неизбежно встает задача качественного обучения предмету, что совершенно невозможно без достаточного уровня мотивации школьников. В решении означенных задач и могут помочь здоровьесберегающие технологии [4].

Здоровьесберегающие технологии, применяемые в учебно-воспитательном процессе, можно разделить на *три основные группы*:

- технологии, обеспечивающие гигиенически оптимальные условия образовательного процесса;
- технологии оптимальной организации учебного процесса и физической активности школьников;
- разнообразные психолого-педагогические технологии, используемые на уроках и во внеурочной деятельности педагогами и воспитателями [3].

От правильной организации урока, уровня его рациональности во многом зависит функциональное состояние школьников в процессе учебной деятельности, возможность длительно поддерживать умственную работоспособность на высоком уровне и предупреждать преждевременное наступление утомления [1].

Существуют *правила организации урока на основе принципов здоровьесбережения*: правильная организация урока, использование каналов восприятия, учет зоны работоспособности учащихся, распределение интенсивности умственной деятельности.

Известно, что школьный урок оказывает серьезнейшее влияние (положительное или отрицательное) на здоровье учащихся. Так каким же должен быть урок, помогающий сохранять и укреплять здоровье школьников? [2].

1. *С целью предупреждения утомления и усталости обучающихся* применяются *дидактические игры*, включаются в урок физкультминутки, вводится *искусствоведческий материал*, благоприятно воздействующий на эмоциональную сферу школьников, включаются школьники в *групповую и парную работу*, используются *эмоциональная передача содержания* учебного материала, юмор, перевод школьников к новым видам деятельности, которых должно быть в течение урока от 4 до 7; планируется смена вида занятий через 7–10 мин; выдача заданий, развивающих воображение, интуицию, эмоционально-чувствительное восприятие.

2. *Решая проблему гиподинамии и снижения интеллектуальной активности школьников* в течение урока, необходимо следить за *посадкой* учащихся;

проводить психофизические паузы, физкультурные минутки, зарядку для глаз; использовать методы обучения, способствующие активизации и развитию инициативы школьников, их личного творчества: свободную беседу, исследовательскую работу, поисковую работу (с дополнительной литературой), поисковую беседу, выбор способа действия и т. п.

3. Для рациональной организации учебной деятельности учащихся используются на уроках видеоматериалы, средства ИКТ, так как это способствует развитию и стимулирует познавательный интерес обучающихся; обеспечивается *индивидуальный и дифференцированный подход* в процессе обучения; обязательность дифференцированных заданий. Наличие комплекта учебных пособий и карточек, материалов с уровневými заданиями. Учет интенсивности и длительности самостоятельной работы, разработка таблиц оценки трудности уроков, выделение мотивационных линий урока.

4. С целью укрепления психологического здоровья школьников важно добиться на уроке благоприятного психологического настроения с помощью создания ситуаций успеха для обучающихся, корректности и объективности оценки деятельности учеников на уроке, на основе искреннего уважения и доверия к обучающимся; избегать в собственном поведении отрицательных эмоций для себя и для обучающихся, так как они являются *здоровьеразрушающими*; с целью создания ситуации успеха на уроке школьникам разрешается при ответе пользоваться опорным конспектом, составленным в тетради; доступность и преемственность информации, использование соответствующих средств наглядности и оптимального количества неизвестных ученикам понятий, установление межпредметных связей.

5. Решая проблему ценностного отношения учащихся к собственному здоровью, необходимо соблюдать санитарно-гигиенические требования к организации учебно-воспитательного процесса (температурный и воздушный режим, освещение, чистота и порядок в помещении кабинета) в соответствии нормами СанПиНа; обращать особое внимание на сохранность зрения обучающихся: рассаживать детей на своих уроках с учетом состояния их зрения, корректировать

освещение в кабинете; освещение классной доски, использование подвижных перемен и т. д.

6. *Формируя у учащихся знания о здоровье*, включать в содержание урока вопросы, связанные со здоровым образом жизни, использовать задания для проведения самоанализа.

Проблемы здоровья школьника, выявленные в XXI веке и ставшие очень острыми, нужно решать комплексно. Свою долю ответственности за сложившуюся ситуацию несет и система образования. Профессиональная деятельность педагогического сообщества по здоровьесбережению должна вестись не только на учебных занятиях, но и во внеурочное время и быть направлена на формирование ценности здорового образа жизни.

Список литературы

1. Бабанский Ю.К. Методические основы оптимизации учебно-воспитательного процесса. – 1982. – 480 с.
2. Кукушин В.С. Теория и методика обучения. – Ростов н/Д.: Феникс, 2005. – 474 с.
3. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. – М.: АПК ПРО, 2002.
4. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы. – М.: Аркти, 2003. – С. 272.
5. Чебрукова Т.А. Здоровьесберегающие технологии в учебно-воспитательном процессе [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://nsportal.ru/shkola/materialy-metodicheskikh-obedinenii/library/2012/01/13/zdorovesberegayushchie-tekhnologii-v> (дата обращения: 27.11.2018).