

Красножон Инна Сергеевна

учитель

МБОУ «СОШ №6»

г. Новокузнецк, Кемеровская область

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОЛЛЕКТИВА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ И УЧИТЕЛЯ ФИЗКУЛЬТУРЫ

Аннотация: в статье подчеркнута важность здоровьесберегающей деятельности в образовательных учреждениях. Автором выявлена необходимость развития интереса школьников к физической деятельности. В работе сделаны выводы о здоровьесбережении как о педагогическом процессе. Здоровьесбережение – это творческий подход к педагогическому процессу с целью повысить интерес к занятиям физической культурой и спортом.

Ключевые слова: здоровьесберегающая деятельность, здоровьесберегающие технологии, здоровьесберегающий процесс, педагогический процесс.

В современном мире проблема здоровья приобретает глобальный характер и является одной из главных стратегических задач государства. Здоровьесберегающая деятельность образовательного учреждения должна быть направлена на его сохранение и укрепление. Именно здоровьесберегающие технологии могут помочь в профилактике девиантного поведения, предупреждении социальных отклонений в образе жизни школьников, в формировании полезных привычек. Эффективность организации учебной деятельности определяется соответствием ее составляющих гигиеническим требованиям к условиям обучения в образовательном учреждении. Забота о здоровье учеников должна стать одним из приоритетов работы педагогического коллектива.

В настоящее время каждый педагог осознает, что здоровье, обучение и воспитание – это связанные и друг на друга влияющие категории. Вся деятельность учителя должна быть ориентирована на здоровый образ жизни.

Ориентация на здоровьесберегающие технологии в обучении является главной задачей урока. В своей работе нужно использовать современные образовательные технологии, именно это становится важнейшим критерием успешности учителя. Исходя из того, что здоровье – основная ценность человека необходимо именно в школьном возрасте заложить основы здоровьесберегающего поведения личности. Каждому выпускнику школы нужно обеспечить максимально высокий уровень физического и психического здоровья, снабдив его не только знаниями и навыками здорового образа жизни. В связи с интенсивностью учебного процесса обучающихся происходит ослабление здоровья. В настоящее время сложно встретить абсолютно здорового ребенка. Гиподинамия, отрицательные эмоции, отсутствие интересов и увлечений – все это и является факторами, влияющими на здоровье учеников. Деятельность педагога по сохранению здоровья детей является одной из составляющих качества результата, а использование здоровьесберегающих технологий является его основой.

На сегодняшний день урок должен укреплять здоровье учащихся, побуждать к интеллектуальной деятельности через создание проблемных ситуаций, решение которых требует привлечения знаний из других предметов.

Каждый урок должен служить решению конкретных задач и предоставлять собой завершённое целое, логически и психологически связанное с предыдущими и последующими занятиями. При прохождении программы учитель должен: изменять и корректировать изучаемые упражнения учитывая особенности всех групп учеников; изменять скорость и продолжительность выполнения задания; принимать во внимание уровень подготовки обучающихся. К тому же нужно помнить про индивидуальные особенности.

На уроках физической культуры особое внимание уделяется организации здоровьесберегающей среде. Контрольные испытания, задания, тестирования и т. д. должны «давать» лишь текущую информацию для разработки индивидуальных заданий, суть которых заключается в том, чтобы обучающийся в каждый отчетный период времени продвинулся дальше. Если же этого не произошло, то

учитель должен пересмотреть индивидуальные задания и внести соответствующие коррективы. Принципиально важно, чтобы при этом ученик не сравнивался с другими, а сравнивался с самим собой.

Каждому ученику необходимо «давать» оптимальную нагрузку с учётом его подготовленности, группы здоровья. На уроке физкультуры необходимо создать максимально возможные условия для сохранения и укрепления здоровья учащихся.

Вторым обязательным условием является развитие интереса обучающихся к урокам физкультуры, потребность в здоровом образе жизни. Школьники должны четко видеть связь физической культуры с сохранением их здоровья и оптимальным физическим развитием в дальнейшем. Каждый урок должен обеспечивать ученику сохранение здоровья не только во время образовательного процесса, но и в дальнейшей жизни.

Принципы здоровьесберегающего урока:

- принцип двигательной активности;
- принцип оздоровительного режима;
- принцип реализации эффективного закаливания;
- принцип психологической комфортности;
- принцип опоры на индивидуальные особенности и способности ребёнка.

Для реализации данных принципов используются следующие педагогические методы и приёмы обучения:

1. Повышение двигательной активности детей.
2. Эмоциональный климат.

Физкультура – это не только уроки, но и целый мир, в котором школьники могут себя проявить. Именно соревнования, конкурсы и спортивные мероприятия оставляют яркий след в памяти детей даже после окончания школы. Соответственно организация физкультурно-оздоровительной работы с обучающимися – это главное направление, над которым я работаю. Для повышения интереса к предмету «физическая культура» необходимо создать в образовательном

учреждении благоприятный климат, содействовать формированию потребностей в здоровом образе жизни у учащихся не только на уроке, но и во время внеклассных мероприятий, соревнований, конкурсов. Исходная позиция – каждый ученик индивидуальность.

Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения в педагогической деятельности заключается в формировании культуры здоровья. Основная задача педагогического коллектива обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе. Главная цель педагогического коллектива, в том числе и учителя физкультуры выстроить процесс обучения таким образом, чтобы обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе. Для этого необходимо:

- а) сформировать умения и навыки по здоровому образу жизни;
- б) научить школьников использовать полученные знания в повседневной жизни;
- в) обучить школьников приемам мобилизации, релаксации и духовного самосовершенствования;
- г) формировать ценностное отношение к своему здоровью;
- д) формировать потребность в здоровом образе жизни.

Здоровьесбережение – это творческий подход к педагогическому процессу с целью повысить интерес к занятиям физической культурой и спортом. Это главная цель, к которой мы стремимся в связи с задачей повышения уровня обучения физической культуре для сохранения здоровья.