

Гнучева Надежда Сергеевна

учитель

МБОУ «СОШ №12»

г. Астрахань, Астраханская область

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ НА УРОКАХ ИСТОРИИ В КОНТЕКСТЕ РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС НОО

***Аннотация:** в статье автор делится опытом реализации здоровьесберегающих технологий, создания психологического и здоровьесберегающего пространства на примере урока истории.*

***Ключевые слова:** школьные факторы риска, здоровьесберегающие факторы урока, психология здоровьесберегающего урока.*

Обучение – самый значимый фактор по продолжительности и по силе воздействия на здоровье школьников. В условиях массовой школы у детей все чаще стали отмечаться отклонения в состоянии здоровья: нарушение осанки (сколиоз), близорукость, неврастения, анемия. Их появление сочли неизбежным следствием школьного обучения, и они получили наименование «школьных болезней».

Чем вызваны изменения в здоровье детей? Прежде всего, негативно сказываются на росте, развитии и здоровье учащихся школьные факторы риска: стрессовая педагогическая тактика, школьный цейтнот, несоответствие методик и технологий обучения возрастным возможностям учащихся, углубленное изучение отдельных предметов (сопровождающееся высоким уровнем трудности, большим объемом и быстрым темпом изучения учебного материала, что вызывает неизбежные перегрузки учащихся), интенсификация учебного процесса в целом (увеличение учебных часов, факультативов, внеурочных занятий), нарушение гигиенических требований в организации учебного режима, питания и медицинского обслуживания, неграмотность педагогов в области психофизиологии, нерациональная организация учебного процесса.

Сила влияния данных факторов определяется тем, что они действуют комплексно и системно, длительно и непрерывно (ежедневно в течение 10–11 лет).

В связи с этим каждое образовательное учреждение помимо решения педагогических задач должно соотносить учебную нагрузку и методы преподавания с возрастными индивидуальными особенностями детей, содействовать охране и укреплению их здоровья. Поэтому неотложной задачей сегодняшнего дня является поиск и распространение в школах здоровьесберегающих технологий.

Наряду с рациональной организацией учебной деятельности значимую роль в создании комфортных условий пребывания ребенка в школе играет личность учителя, стиль его взаимоотношений с учащимися. Когда школьнику приятно и комфортно на уроке, тогда результаты учения лучше, а личность развивается более гармонично.

Оптимизация урока на основе применения здоровьесберегающих технологий способствует сохранению здоровья не только учащихся, но и учителя. Здоровый физически и психологически, нацеленный на поиск форм сотрудничества с учащимися, умеющий в нестандартных урочных ситуациях быстро найти оптимальное их решение педагог – это тоже результат работы школы по созданию здоровьесберегающего пространства образовательного учреждения.

В результате проведенного анализа мною были выделены здоровьесберегающие факторы урока: целеполагание, структура, организация, педтехнология, динамичность, дифференциация, оптимизация домашнего задания, психология (эмоциональная составляющая урока), пространство. Учет данных факторов при планировании учебного процесса в каждом классе является сегодня насущной необходимостью.

Следует при этом отметить, что психология и здоровьесберегающее пространство урока не разрабатываются специально для каждого урока, а являются естественной составляющей системы работы учителя.

Психология здоровьесберегающего урока заключается в умении учителя:

– спокойно и быстро реагировать на нестандартное развитие урока, иметь варианты разрешения ситуации;

- быть сдержанным и деловитым, личным примером побуждать учеников ценить время урока;
- быть готовым к сотрудничеству и сотворчеству с учеником;
- терпимо относиться к индивидуальным психологическим особенностям учеников, отличать их от нарушения дисциплины.

Основные составляющие здоровьесберегающего пространства урока:

- минимальное действие звуковых раздражителей;
- нормальный воздушно-тепловой режим;
- пропорциональное естественное и искусственное освещение;
- видеоэкология (цветовая гамма в интерьере, дизайн помещения, форма мебели и предметов);
- экосоставляющая (наличие растений, приборов климатконтроля);
- нейтрализация действия персональных компьютеров и других технических средств.

Конечно, осуществить все задуманное возможно при условии, что на уроке четко рассчитано время. Новые технологии позволяют его экономить, а это значит, что увеличивается плотность урока. С одной стороны, хорошо – больше узнали, успели, сделали. С другой – возрастает напряжение учащихся и учителя, возникает ситуация гонки. Поэтому учитель всегда должен планировать урок так, чтобы при любом темпе работы достичь его цели, избежав перенапряжения сил. Тогда его урок будет действительно здоровьесберегающим.

Современный ученик – человек, хорошо знакомый с компьютером. Но специальные умения поиска, обработки и представления информации у него порой недостаточно сформированы. Учитель, владеющий новыми технологиями, может стать не только руководителем, но и сотрудником ученика. Сотворчество, сближая в познавательной деятельности учителя и ученика, становится той почвой, на которой взрастают семена взаимного доверия, уважения и любви. А в такой атмосфере работать легко и приятно. Это и есть здоровьесбережение.