

Чащина Екатерина Николаевна

учитель

Кошечкина Галина Николаевна

учитель

Полуэктова Светлана Николаевна

учитель

МБОУ «СОШ №2»

г. Строитель, Белгородской области

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ОБРАЗОВАНИИ

Аннотация: в данной статье говорится о том, что в настоящее время одной из самых актуальных проблем является проблема здоровья и его сохранения.

Ключевые слова: дети, здоровьесберегающие технологии, физическое развитие, социально-психологическое благополучие.

«Здоровьесберегающая технология» – это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья учащегося на всех этапах его обучения и развития. В концепции образования предусмотрено не только сохранение, но и активное формирование здорового образа жизни и здоровья детей.

Охрана здоровья детей входит в число приоритетов деятельности образовательного учреждения. Именно здоровье является условием успешного роста и развития личности, её духовного и физического совершенствования, а в дальнейшем во многом успешной жизни.

Одной из главных задач образовательного учреждения – создание условий, гарантирующих формирование и укрепление здоровья учащихся. Ведь здоровье человека – проблема достаточно актуальная для всех времен и народов, а в настоящее время она становится более значимой. Актуальность темы здорового образа жизни подтверждена статистическими показателями.

Отечественными и зарубежными учёными установлено, что здоровье человека лишь на 10–12% зависит от успехов здравоохранения и на 55% от образа жизни. Воспитание уважительного отношения к здоровью необходимо начинать в раннем детстве. Специалисты считают, что 75% всех болезней человека заложено в детские и юношеские годы. И педагог может сделать для здоровья учащегося не меньше, чем врач. Учитель должен обучаться психолого-педагогическим технологиям, позволяющим ему самому работать так, чтобы не наносить ущерба здоровью своим ученикам на занятиях. Образовательная среда должна быть здоровьесберегающей.

Здоровьесберегающие технологии – условия обучения ребенка (отсутствие стресса, адекватность требований и методик обучения и воспитания); рациональная организация учебного процесса (в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями); соответствие учебной и физической нагрузки, возрастным возможностям ребенка; необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим.

Цель здоровьесберегающих технологий – обеспечение высокого уровня здоровья учащихся и воспитание культуры, как валеологической компетентности, позволяющей школьнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, оказание элементарной медицинской и психологической самопомощи.

В связи с этим можно выделить следующие виды здоровьесберегающих технологий:

1. Медико-профилактические технологии, обеспечивающие сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала образовательного учреждения в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств (организация мониторинга здоровья школьников; организация и контроль питания детей школьного возраста, физического развития школьников; организация профилактических мероприятий в образовательном учреждении; организация контроля и помощь в обеспечении требований СанПиНов; организация здоровьесберегающей среды).

2. На физическое развитие и укрепление здоровья учащихся направлены физкультурно-оздоровительные технологии: развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры школьников, закаливание, дыхательная гимнастика, массаж и самомассаж, профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки, оздоровительные процедуры в водной среде (бассейне) и на тренажерах, воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье и реализация этих технологий.

3. Технологии обеспечения социально-психологического благополучия учащегося, обеспечивающие психическое и социальное здоровье школьника. Основная задача этих технологий – обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребёнка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в образовательном учреждении и семье, обеспечение социально-эмоционального благополучия школьника.

4. Технологии здоровьесбережения и здоровьесобогащения педагогов, направленные на развитие культуры здоровья, в том числе культуры профессионального здоровья, развитие потребности к здоровому образу жизни.

Эффективность положительного воздействия на здоровье детей различных оздоровительных мероприятий, составляющих здоровьесберегающую технологию, определяется не столько качеством каждого из этих приемов и методов, сколько их грамотной «слаженностью» в общей системе, направленной на благо здоровья.

Таким образом, очень важно, чтобы каждая из технологий имела оздоровительную направленность, а используемая в комплексе. Здоровьесберегающая деятельность в итоге сформировала бы у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное и неосложнённое развитие.

Применение в работе дошкольного учреждения здоровьесберегающих технологий повысит результативность воспитательно-образовательного процесса, сформирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников, если будут созданы условия для возможности корректировки технологий. Если, опираясь на статистический

мониторинг здоровья детей, будут внесены необходимые поправки в интенсивность технологических воздействий, обеспечен индивидуальный подход к каждому ребенку; будут сформированы положительные мотивации у педагогов и родителей.

С целью реализации здоровьесберегающей технологии в образовательном учреждении необходимо создать условия для укрепления здоровья детей, гармоничного физического развития. Спортивные площадки, тренажёрный и спортивный залы, которые оснащены стандартным и нестандартным оборудованием необходимым для комплексного развития ребёнка. В каждый вид деятельности должны быть включены упражнения, игры, которые направлены на укрепление и здоровьесбережение детей. Дозировка и темп зависит от возраста детей, настроения.

Основным условием успешной работы в данном направлении может являться только наличие системности.

Применение в работе образовательного учреждения здоровьесберегающих технологий повысит результативность воспитательно-образовательного процесса, сформирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья детей, если, опираясь на статистический мониторинг здоровья детей, будут внесены необходимые поправки в интенсивность технологических воздействий и будет обеспечен индивидуальный подход к каждому ребенку, будут сформированы положительные мотивации.

Список литературы

1. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии / В.И. Ковалько. – М.: ВАКО, 2007.
2. Здоровьесберегающие технологии в общеобразовательной школе: методология анализа, формы, методы, опыт применения. / Под ред. М.М. Безруких, В.Д. Сонькина. – М., 2002.
3. Сухарев А.Г. Концепция укрепления здоровья детского и подросткового населения России / А.Г. Сухарева.

4. Маркина О.В. Использование здоровьесберегающих технологий в дошкольном учреждении / О.В. Маркина, И.В. Сиднева [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://urok.1sept.ru/articles/607220> (дата обращения: 28.12.2020).