(cc) BY

Хомик Елена Николаевна
педагог дополнительного образования
МАУ ДО «ЦДО «Успех»
п. Дубовое, Белгородская область
Дронова Светлана Александровна
педагог дополнительного образования
МАУ ДО «ЦДО «Успех»
п. Дубовое, Белгородская область
Дронова Алёна Альбертовна
преподаватель
МБУ ДО «ДШИ п. Майский»
п. Майский, Белгородская область

ЭФФЕКТИВНЫЕ МЕТОДЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ НА ЗАНЯТИЯХ ИЗОБРАЗИТЕЛЬНЫМ ИСКУССТВОМ

Аннотация*: в статье представлен опыт работы педагогов по использованию здоровьесберегающих технологий на занятиях изобразительным искусством. Авторами описываются эффективные методы использования здоровьесберегающих технологий.*

Ключевые слова*: здоровьесберегающие технологии, кинезиологические упражнения, нетрадиционные техники рисования, ритмичные игры, физкультминутки.*

«Когда нет здоровья, молчит мудрость, не может расцвести искусство, не играют силы, бесполезно богатство и бессилен разум». Эти слова древнегреческого философа Геродота Галикарнасского до сих пор не потеряли своей актуальности. Здоровье – это главная ценность жизни, это бесценный дар, за который каждый человек несет ответственность перед собой, обществом, подрастающим поколением.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Здоровьесберегающие образовательные технологии представляют собой качественную характеристику любой образовательной технологии, совокупность тех принципов, приёмов, методов педагогической работы, которые дополняя традиционные технологии обучения и воспитания, наделяют их признаком здоровьесбережения.

Смысл использования здоровьесберегающих технологий состоит в том, чтобы можно было учитывать неизбежные факторы, ослаблять воздействие корректируемых факторов и избавляться от устранимых факторов.

Здоровьесберегающее занятие – это занятие, на котором педагог обеспечивает доброжелательную творческую атмосферу, высокую работоспособность обучающихся, профилактику утомления, поддерживает внимание и интерес детей. Умение педагога отбирать, рационально использовать и чередовать формы, методы, приемы и способы обучения, позволяет обучающимся легче переносить учебные нагрузки, снизить риск ухудшения здоровья.

Сохранение и укрепление здоровья – это важнейшие составляющие работы педагога. От жизнерадостности, бодрости обучающихся зависит их физическое и умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы, желание учиться.

На занятиях изобразительным искусством мы уделяем особое внимание здоровью обучающихся. В процессе нашей работы были выявлены следующие наиболее эффективные методы работы по сдоровьесбережению:

– соблюдение режима проведения занятий (начало занятий через час после уроков, перерыв между учебными часами составляет10–15 минут);

– соблюдение гигиенических условий в учебном кабинете (чистота, правильное освещение, отсутствие посторонних раздражителей);

– смена поз, обучающихся в зависимости от характера выполняемой работы;

– благоприятный психологический климат на занятиях, спокойная и доброжелательная обстановка;

– мотивация к учебной деятельности (использование загадок, стихотворений, привлечение сказочных героев);

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

– чередования различных методов учебной деятельности (словесный, наглядный, поисковый, аудиовизуальный, игровой, практическая работа);

– проведение инструктажей по технике безопасности (по правилам дорожно-транспортной безопасности, пожарной безопасности, безопасного поведения на водоемах, в экстремальных ситуациях);

– проведение физкультминуток (по 1 минуте из 3-х легких упражнений с 3–4 повторениями каждого);

– проведение гимнастики для глаз (например, игры «Пчела», Дирижер»);

– проведение ритмичных игр (хлопать в ладоши, стучать ногами);

– релаксация – комплекс расслабляющих упражнений, снимающих напряжение мышц рук и ног, мышц шеи и речевого аппарата. (например, упражнение «Путешествие на облаке»);

– организация экскурсий и пленэров с обучающимися;

– работа с родителями и классными руководителями (обсуждение здоровья обучающихся);

– участие в конкурсах рисунков и плакатов на тему «Мы за здоровый образ жизни»;

– беседы на тему здорового образа жизни («Чистота – залог здоровья», «Осторожно, гололед!», «Чем опасны простудные заболевания», «Беседа о вреде алкоголя и курения»);

– использование кинезиологических упражнений, в процессе которых происходит активизация межполушарных взаимодействий, полушария головного мозга обмениваются информацией, происходит снижение утомляемости («Зеркальное рисование» – рисование одновременно обоими руками);

– использование нетрадиционных техник рисования (набрызгивание, рисование мыльной пеной, оттиск, рисование нитками, пуантилизм, граттаж, правополушарное рисование).

По нашему мнению, необходимым условием здоровьесбережения является творческий характер образовательного процесса. Ведь включение ребенка в

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

творческий процесс не только способствует развитию личности обучающихся, но и снижает вероятность наступления утомления.

Рис. 1.

Список литературы

1. Гайтян С.В. Выдающиеся педагоги о сохранении здоровья подрастающего поколения / С.В. Гайтян // Образование и воспитание. – 2018. – №5 (20). – С. 1–3 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://moluch.ru/th/4/archive/108/3715/ (дата обращения: 27.08.2023). EDN YQHZPV

2. Деева Н.А. Игровые здоровьесберегающие технологии: психогимнастика, зарядка для глаз, пальчиковые игры, физкультминутки. ФГОС ДО / Н.А. Деева. – М.: Учитель, 2018. – 112 с.

3. Лободина Н.В. Здоровьесберегающая деятельность. Планирование, рекомендации, мероприятия / Н.В. Лободина. – М.: Учитель, 2019. – 205 с.

4. Цабыбин С.А. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе / С.А. Цабыбин. – М.: Учитель, 2019. – 75 с.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)