

Муртазина Лейсан Рустемовна

учитель татарского языка и литературы

МБОУ «Гимназия №21»

г. Казань, Республика Татарстан

Здоровьесберегающие технологии в школе

Аннотация: в статье затрагиваются вопросы здоровьесбережения, являющегося приоритетной задачей не только родителей, но и педагогического коллектива. Работа, направленная на сохранение и укрепление здоровья учащихся, может только тогда считаться полноценной и эффективной, когда в полной мере, профессионально и в единой системе реализуются здоровьесберегающие и здоровьесформирующие технологии. Автор статьи утверждает, что использование здоровьесберегающей технологии позволяют равномерно во время урока распределять различные виды заданий, чередовать мыслительную деятельность с физкультминутками, определять время подачи сложного учебного материала, выделять время на проведение самостоятельных работ, нормативно применять ТСО.

Ключевые слова: здоровьесберегающие технологии, здоровьесбережение, здоровьесберегающие зоны, здоровьеразрушающие зоны, здоровьесбережение.

В настоящее время в условиях современной школы методика обучения построено на компетентностном подходе. Это обстоятельство требует новых педагогических исследований в области методики преподавания предметов, поиска инновационных средств, форм и методов обучения и воспитания, связанных с разработкой и внедрением в образовательный процесс современных образовательных и информационных технологий.

Для реализации познавательной и творческой активности школьника в учебном процессе использую современные образовательные технологии, дающие возможность повышать качество образования, более эффективно использовать учебное время и снижать долю репродуктивной деятельности учащихся за счет снижения времени, отведенного на выполнение домашнего

задания. В школе представлен широкий спектр образовательных педагогических технологий, которые применяются в учебном процессе. Одно из таких педагогических технологий которую использую в своей практике – это здоровьесберегающие технологии. Здоровьесберегающие технологии реализуются на основе личностно-ориентированного подхода. Осуществляемые на основе личностно-развивающих ситуаций, они относятся к тем жизненно важным факторам, благодаря которым учащиеся учатся жить вместе и эффективно взаимодействовать. Предполагают активное участие самого обучающегося в освоении культуры человеческих отношений, в формировании опыта здоровьесбережения, который приобретается через постепенное расширение сферы общения и деятельности учащегося, развитие его саморегуляции (от внешнего контроля к внутреннему самоконтролю), становление самосознания и активной жизненной позиции, формирования ответственности за свое здоровье, жизнь и здоровье других людей.

Использование здоровьесберегающей технологии позволяют равномерно во время урока распределять различные виды заданий, чередовать мыслительную деятельность с физкультминутками, определять время подачи сложного учебного материала, выделять время на проведение самостоятельных работ, нормативно применять ТСО. Обучение даст положительные результаты, если знания и умения усваиваются учащимися в строгой последовательности, постепенно, в порядке возрастающей трудности и сложности с тем, чтобы школьник поднимался по ступеням. Каждый новый урок базируется предыдущим уроком.

У учащихся развита способность улавливать эмоциональный настрой учителя, поэтому с первых минут урока, с приветствия нужно создать обстановку доброжелательности, положительный эмоциональный настрой. Здоровьесбережение становится приоритетной задачей не только родителей, но и педагогического коллектива. Работа, направленная на сохранение и укрепление здоровья учащихся, может только тогда считаться полноценной и

эффективной, когда в полной мере, профессионально и в единой системе реализуются здоровьесберегающие и здоровьесформирующие технологии.

В своей работе я создаю условия для гармоничного развития личности. При проведении уроков учитываю психологические особенности учащихся. На уроках провожу физкультминутки, зарядки, подвижные и развивающие игры. Проведение подвижных игр способствует укреплению здоровья детей. Интересны рифмовки песен с движениями. Четверостишия о животных, о природе, о детях легко запоминаются, и делают физкультпаузы увлекательными и полезными. Тексты, звучащие на физкультминутках, сопровождаются движением рук и туловища.

Жизненное пространство учащихся на уроке имеет свои здоровьесберегающие и здоровьеразрушающие зоны. По мнению психологов, на первом месте, как особо опасная зона, стоит классная доска, именно страх быть вызванным к доске является причиной многих заболеваний. На моих уроках ребята уже преодолели этот страх, так как знают, что неудачный ответ у доски не оценивается, а над ошибками работаем все вместе. У всех учащихся есть право выбора: ответить у доски или с места (сидя или стоя).

Центром учебного пространства ученика является парта, поэтому посадку учащихся я тоже корректирую. Раз в месяц пересаживаю учащихся не только по причине их физического здоровья, но и здоровья психического – из-за расстояния между учащимся и учителем. Постоянно слежу за осанкой учащихся даже в старших классах.

Список литературы

1. Мияссарова И.Х. «Счастье в движении». – Казань, 2010. – 72 с.
2. Смирнов Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. – М.: АПК и ПРО, 2002. – с. 62.
3. Щукина Г.И. «Активизация познавательной деятельности учащихся в учебном процессе». М., Просвещение. – 220 с.