

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮ ЩИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ НА УРОКЕ ИНФОРМАТИКИ



Учитель информатики
МКОУ «СОШ № 9»
Г. Миасса
Гибадуллина Л.В.

Школа должна сформировать у учащихся необходимые знания и умения, направленные на сохранение и развитие их индивидуального здоровья, нацелить педагогический коллектив на всемерное снижение вредного влияния дидактогенного фактора на здоровье учащихся, а родителей – на всемерную помощь учителям и учащимся в решении этой важной задачи.



Учащиеся **должны знать:**

Какие факторы влияют на ухудшение, а какие - на улучшение их здоровья;

Как уменьшить, нейтрализовать или компенсировать влияние вредных факторов;

Как организовать свою учебу и отдых с наибольшим эффектом для сохранения и укрепления здоровья.

Учащиеся должны уметь:

Организовать свою учебную и внеурочную деятельность в соответствии с принципами здорового образа жизни;

Противостоять негативному влиянию природной и социальной среды на собственное здоровье

Правильно вести себя в чрезвычайных ситуациях.

Педагогические работники должны обеспечить:

Квалифицированную помощь учащимся в процессе организации ими учебной и досуговой деятельности с целью сохранения и укрепления здоровья;

Психолого-педагогический мониторинг самочувствия и утомляемости учащихся;

Формирование в школе здоровьесберегающей дидактической и воспитательной среды;

Научно обоснованное дозирование классных и домашних заданий;

Участие детей в здоровьесберегающих мероприятиях в течение учебного дня;

Просветительскую работу среди родителей по организации жизнедеятельности учащихся за рамками учебно-воспитательного процесса в школе;

Педагогические работники должны обеспечить:

Использование данных медицинского мониторинга и рекомендаций врачей в интересах сохранения и развития здоровья каждого учащегося;

Целенаправленную борьбу с вредными привычками учащихся;

Индивидуальный педагогический подход к каждому учащемуся в зависимости от состояния его здоровья.

Родители должны помогать своим детям:

В овладении необходимыми знаниями и умениями в области валеологии;

В процессе организации ими учебной и досуговой деятельности;

В рациональной организации труда при выполнении домашних заданий;

В организации здоровой жизнедеятельности за рамками учебно-воспитательного процесса в школе, в борьбе с вредными привычками.

Педагогические работники и родители должны знать вредные дидактогенные факторы и уметь исключить или минимизировать их отрицательное влияние на здоровье учащихся.



Основные «школьные» факторы, негативно воздействующие на здоровье учащихся

Активно обсуждаемые и изучаемые:

- перегрузка учебных программ, интенсификация учебного процесса;
- несовершенство учебных программ и технологий;
- авторитарный стиль преподавания;
- отсутствие индивидуального подхода к учащимся;
- использование преимущественно обучающих технологий, в ущерб воспитательным;
- недостаток двигательной активности учащихся;
- неправильное питание учащихся;
- несоблюдение гигиенических требований в организации образовательного процесса;
- недостаточное финансирование школы. .

Основные «школьные» факторы, негативно воздействующие на здоровье учащихся

Недостаточно обсуждаемые и изучаемые:

- дидактогенная организация образовательного процесса;
- недостаточная психологическая культура учебно-воспитательного процесса;
- недостаточная компетентность педагогов в вопросах здоровья, здоровьесберегающих технологий;
- низкий уровень культуры здоровья учащихся, их неграмотность в вопросах здоровья;
- слабое использование технологий, дающих учащимся опыт «успеха» и «радости», необходимый для поддержания психологического здоровья и эффективной социально-психологической адаптации в самостоятельной жизни;
- неблагоприятное состояние здоровья учителей;
- недостаточное развитие у учителей личностных качеств, необходимых для реализации здоровьесберегающих технологий (толерантности, доброжелательности, чувства юмора и др.).

***В связи с вышеизложенным
необходимо внедрение в
работу школы
здоровьесберегающих
технологий обучения***



Здоровьесберегающая технология, по мнению В.Д. Сонькина, - это:

- условия обучения ребенка в школе (отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность 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.

Здоровьесберегающая технология,

Под здоровьесберегающей образовательной технологией (Петров) понимает систему, создающую максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья всех субъектов образования (учащихся, педагогов и др.). В эту систему входит:

1. Использование данных мониторинга состояния здоровья учащихся, проводимого медицинскими работниками, и собственных наблюдений в процессе реализации образовательной технологии, ее коррекция в соответствии с имеющимися данными.
2. Учет особенностей возрастного развития школьников и разработка образовательной стратегии, соответствующей особенностям памяти, мышления, работоспособности, активности и т.д. учащихся данной возрастной группы.
3. Создание благоприятного эмоционально-психологического климата в процессе реализации технологии.
4. Использование разнообразных видов здоровьесберегающей деятельности учащихся, направленных на сохранение и повышение резервов здоровья, работоспособности (Петров О.В.)

Принципы здоровьесберегающих образовательных технологий:

1. Создание образовательной среды, обеспечивающей снятие всех стрессообразующих факторов учебно-воспитательного процесса
2. Творческий характер образовательного процесса
3. Обеспечение мотивации образовательной деятельности
4. Построение учебно-воспитательного процесса в соответствии с закономерностями становления психических функций
5. Предпочтение значимого осмысленного содержания при освоении нового материала
6. Осознание ребёнком успешности в любых видах деятельности, то есть постановка перед ним реальных целей
7. Обеспечение адекватного восстановления сил
8. Обеспечение прочного запоминания материала
9. Комплексная система рациональной реализации полноценной двигательной активности учащихся
10. Рациональная организация урока
11. Обеспечение в школе, в классе соблюдения гигиенических требований, описанных в СанПиНах

Здоровьесберегающий урок



Аспекты здоровьесберегающего урока:

- Гигиенические условия в классе (кабинете);
- Число видов учебной деятельности, используемых учителем;
- Средняя продолжительность и частота чередования различных видов учебной деятельности;
- Число использованных учителем видов преподавания;
- Средняя продолжительность и частота чередования различных видов учебной деятельности.
- Чередование видов преподавания;
- Использование методов, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения учащихся;
- Умение учителя использовать возможности показа видеоматериалов;
- Позы учащихся и их чередование в зависимости от характера выполняемой работы;
- Физкультминутки и физкультпаузы;
- Включение в содержательную часть урока вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни;
- Наличие у учащихся мотивации к учебной деятельности на уроке;
- Благоприятный психологический климат на уроке;
- Преобладающее выражение лица учителя;
- Момент наступления утомления учащихся и снижения их учебной активности;
- Темп и особенности окончания урока;
- Состояние и вид учеников, выходящих с урока.



Гигиенические условия в классе (кабинете):

- чистота,
- температура и свежесть воздуха,
- рациональность освещения класса и доски,
- наличие/отсутствие монотонных, неприятных раздражителей и т. п.



Следует отметить, что утомляемость школьников и риск аллергических расстройств в немалой степени зависят от соблюдения этих простых условий.

Число видов учебной деятельности, используемых учителем:



Нормой считается 4-7 видов за урок. Однообразность урока способствует утомляемости школьников. Вместе с тем вам необходимо помнить, что частая смена одной деятельности на другую требует от учащихся дополнительных адаптационных усилий. Это также способствует росту

- опрос учащихся,
- письмо,
- чтение,
- слушание,
- рассказ,
- рассматривание наглядных пособий,
- ответы на вопросы,
- решение примеров, задач,
- практические занятия и т. д.

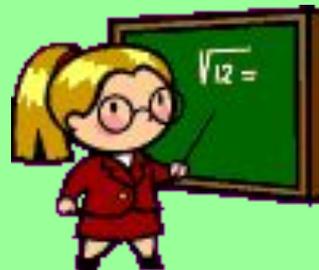
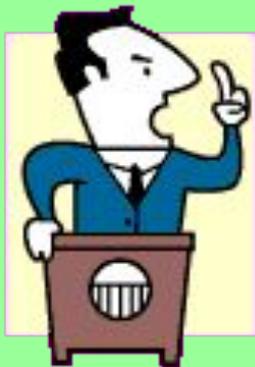
продолжительность и частота чередования различных видов учебной деятельности



- Ориентировочная норма: 7-10 минут.

Число использованных учителем видов преподавания:

- словесный,



- наглядный,



- аудиовизуальный,



- самостоятельная работа и

Норма - не менее трех за урок.

Чередование видов преподавания

- не позже чем через 10-15 минут.



Психологический подход при проведении урока:

учет индивидуальных особенностей учащихся (дифференцированный подход)

учет темперамента учащихся

умение работать с различными группами учащихся (гиперактивными и пр.)



Использование методов, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения учащихся, которые позволяют им превратиться в субъекты деятельности. Это:

- методы свободного выбора (свободная беседа, выбор действия, его способа, выбор приемов взаимодействия, свобода творчества и т.д.);
- активные методы (ученики в роли учителя, чтение действием, обсуждение в группах, ролевая игра, дискуссия, семинар и др.);
- методы, направленные на самопознание и развитие (интеллекта, эмоций, общения, воображения, самооценки и взаимооценки) и др.



Умение учителя использовать возможности показа видеоматериалов



для инсценирования дискуссии, обсуждения, привития интереса к познавательным программам, т.е. для взаимосвязанного решения как учебных, так и воспитательных задач.



Позы учащихся и их чередование в зависимости от характера выполняемой работы.



- Степень естественности позы школьников на уроке может служить хорошим индикатором психологического воздействия учителя, степени его авторитаризма: механизм здоровьеразрушающего воздействия авторитарного учителя состоит, в частности, в том, что дети на избыточно напряженной ситуации не только резко повышает уровень невротизации школьников, но и губительно отражается на их характере.



Физкультминутки и физкультпаузы



- Физкультминутки и физкультпаузы являются обязательной составной частью урока. Необходимо обратить внимание на их содержание и продолжительность (норма - на 15-20 минут урока по 1 минуте из трех легких упражнений с 3-4 повторениями каждого), а также эмоциональный климат во время выполнения упражнений и наличие у школьников желания их выполнять.



Комплекс упражнений для физ.паузы



0



1



2



3



4



5

Включение в содержательную часть урока вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни.



- Положительной оценки заслуживает включение в содержательную часть урока вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни. Умение учителя выделить и подчеркнуть вопросы, связанные со здоровьем, является одним из критериев его педагогического профессионализма.





Наличие у учащихся мотивации к учебной деятельности на уроке:

- интерес к занятиям,
- стремление больше узнать,
- радость от активности,
- интерес к изучаемому материалу и т.п.



- Оценивается уровень этой мотивации и методы ее повышения, используемые учителем.

Благоприятный психологический климат на уроке.

- мажорность урока
(эмоциональность)
- проявление
доверительного подхода к
ученикам
- наличие на уроке
эмоциональной разрядки
- создание ситуации успеха и
др.



Преобладающее выражение лица учителя.



Урок неполноценен, если на нем не было эмоционально-смысловых разрядок:



- улыбок,
- уместных остроумных шуток,
- использования поговорок,
- афоризмов с комментариями,
- музыкальных минуток и т.д.



Момент наступления утомления учащихся и снижения их учебной активности.



- Определяется в ходе наблюдения за возрастанием двигательных и пассивных отвлечений школьников в процессе учебной работы.
- Норма - не ранее чем за 5-10 минут до окончания урока.



Темп и особенности окончания урока.

Желательно, чтобы завершение урока было спокойным:

- учащиеся имели возможность задать учителю вопросы,
- учитель мог прокомментировать задание на дом,
- попрощаться со школьниками.



Состояние и вид учеников, выходящих с урока.



- Интегральным показателем эффективности проведенного занятия можно считать **состояние и вид учеников, выходящих с урока.**
- Стоит обратить внимание и на состояние учителя.



Использовались материалы сайтов

<http://uotula.ru> ,

<http://office.microsoft.com/ru-ru> ,

<http://fantasyflash.ru>