

**Управление образования администрации  
Старобешевского района  
Раздольненская ОШ I-III ступеней**

**Психологическое сопровождение  
применения здоровьесберегающих технологий  
в контексте реализации  
лично ориентированного обучения**



**«Здоровье – не производное от лечения, а умение жить, учиться и трудиться, не причиняя вреда своему организму»**

*Доктор медицинских наук,  
профессор Н.Т.Лебедев*

**«Опыт убедил нас в том, что примерно у 85% всех неуспевающих учеников главная причина отставания в учёбе – плохое состояние здоровья, какое-нибудь недомогание или заболевание, чаще всего ✖ совершенно незаметное и поддающееся излечению только совместными усилиями матери, отца и учителя».**

*В.А.Сухомлинский*

# Образовательные здоровьесберегающие технологии:

- \* Личностно ориентированные технологии;
- \* Технологии развивающего обучения;
- \* Педагогика сотрудничества;
- \* Создание благоприятного психологического климата на уроке;
- \* Охрана здоровья и пропаганда здорового образа жизни;
- \* Технология психологического сопровождения

# Здоровьесберегающие компоненты учебного процесса:

## \* Физиологические:

- Здоровьесберегающие основы расписания;
- Санитарно-гигиенические нормы и дизайн помещения;
- Физиологически грамотное построение учебных занятий.

## \* Педагогические:

- Четкая мотивационная основа урока;
- Педагогически рациональная организация занятия;
- Активные методы обучения.

## \* Психологические:

- Благоприятный эмоциональный фон урока;
- Эффективность общения и наличие диалога;
- Создание ситуации успеха.

# Психолого-педагогические технологии здоровьесбережения:

- \* Снятие эмоционального напряжения;
- \* Создание благоприятного психологического климата на уроке;
- \* Комплексное использование личностно-ориентированных технологий;
- \* Охрана здоровья и пропаганда здорового образа жизни.

# Технология психологического сопровождения учебной группы:

Разработана М.Ю.Громовым и Н.К. Смирновым как модель внедрения в работу школы принципов психологии здоровья и педагогической психотерапии.

Технология предполагает активное участие психологов в образовательном процессе, основанном на принципах здоровьесбережения.



# Примерная модель технологии психологического

## сопровождения:

- \* **Индивидуальное и групповое консультирование** (помощь участникам образовательного процесса в осознании ими природы их затруднений, в анализе и решении психологических проблем, в актуализации и активизации личностных особенностей; содействие сознательному и активному присвоению нового социального опыта; помощь в формировании новых установок и принятии собственных решений; решение различного рода психологических проблем, связанных с трудностями в межличностных отношениях, самосознании и саморазвитии, а также по вопросам развития познавательных процессов, формирования универсальных учебных действий, самокоррекции эмоциональной и личностной сферы, профилактики конфликтов).
- \* **Психологическое наблюдение** за процессом работы обучающихся во время урока.
- \* **Психологическая диагностика** (психологическое изучение эмоциональной, познавательной, личностной сферы обучающихся на протяжении всего периода обучения, определение их индивидуальных особенностей и склонностей, выявление потенциальных возможностей в процессе обучения и воспитания, в профессиональном

- \* **Психологическая помощь** в сложных (проблемных) ситуациях (в т.ч. по вопросам формирования у всех участников образовательного процесса потребности в здоровом образе жизни), разработка конкретных рекомендаций педагогическим работникам, родителям, обучающимся.
- \* **Выступления** на родительских собраниях, заседаниях педагогического совета школы, семинарах, воспитательных часах по актуальным темам.
- \* **Психологическое изучение адаптации** обучающихся *1-х, 5-х и 10* классов.
- \* **Факультативные занятия** в *5-11* классах, в рамках проведения которых школьники являются исследователями своего уникального психического мира.
- \* **Использование приемов и методов арт-терапии** в консультативно-развивающей работе (как с целью формирования потребности в новом знании, возможности его приобретения и реализации в деятельности и общении, так и с целью коррекции эмоциональных неблагополучий).

\* П



## Основные правила построения урока с позиции здоровьесберегающих технологий:

### Правило 1. Правильная организация урока.

Организация урока должна обязательно включать три этапа:

- 1-й этап: учитель сообщает информацию (одновременно стимулирует вопросы);
- 2-й этап: ученики формулируют и задают вопросы
- 3-й этап: учитель и ученики отвечают на вопросы.

Учителю необходимо сформировать у обучающегося интерес и мотивацию к познанию, обучению, осознание того, что он хочет узнать, готовность и умение задать

(сформулировать) вопрос. Задавание вопросов является:

- показателем включенности ученика в обсуждаемую проблему и, следовательно, хорошего уровня его работоспособности;
- проявлением и тренировкой познавательной активности;
- показателем адекватно развитых коммуникативных навыков.

Результат урока - взаимный интерес, который подавляет утомление.

## **Правило 2. Использование различных каналов восприятия.**

На основе предпочтительных каналов восприятия информации различают:

- аудиальное;
- визуальное;
- кинестетическое.

Знание этих характеристик детей позволит педагогу излагать учебный материал на доступном для всех учащихся языке, облегчив процесс его запоминания.

## **Правило 3. Учет зоны работоспособности учащихся.**

Экспериментально доказано, что биоритмологический оптимум работоспособности у школьников имеет свои пики и спады как в течение учебного дня, так и в разные дни учебной недели. Работоспособность зависит и от возрастных особенностей детей.

## Правило 4. Распределение интенсивности умственной деятельности.

Эффективность усвоения знаний учащихся в течение урока  
такова:

1. 5-25-я минута — 80%;
2. 25-35-я минута — 60-40%;
3. 35—40-я минута — 10%.

Интенсивность умственной деятельности учащихся в ходе урока:

1-й этап урока – вработывание – 5 мин.

Нагрузка относительно невелика.

Деятельность репродуктивная, переходящая в продуктивную.

Повторение

2-й этап – максимальная работоспособность 20-25 мин.

Максимальное снижение на 15-й мин.

Деятельность продуктивная, творческая. Знакомство с новым материалом.

3-й этап – конечный порыв – 10-15 мин.

## **Правило 5. Создание благоприятного психологического климата на уроке**

Пожалуй, одним из важнейших аспектов является именно психологический комфорт школьников во время урока:

- с одной стороны, таким образом решается задача предупреждения утомления учащихся;

- с другой - появляется дополнительный стимул для раскрытия творческих возможностей каждого ребенка.

Учащиеся входят в класс **не со страхом** получить плохую оценку или замечание, **а с желанием** продолжить беседу, продемонстрировать свои знания, получить новую информацию. В процессе такого урока не возникает эмоционального дискомфорта даже в том случае, когда ученик с чем-то не справился, что-то не смог выполнить. В обстановке психологического комфорта и эмоциональной приподнятости работоспособность класса заметно повышается, что в конечном итоге приводит и к более качественному усвоению знаний, и, как следствие, к более высоким результатам.

# Задачи психологического сопровождения на разных ступенях образования:

- \* Начальная школа — определение готовности к обучению в школе, обеспечение адаптации к школе, повышение заинтересованности школьников в учебной деятельности, развитие познавательной и учебной мотивации, развитие самостоятельности и самоорганизации, поддержка в формировании желания и «умения учиться», формирование универсальных учебных действий, развитие творческих способностей.
- \* Основная школа — сопровождение перехода в основную школу, адаптации к новым условиям обучения, поддержка в решении задач личностного и ценностно-смыслового самоопределения и саморазвития, помощь в решении личностных проблем и проблем социализации, формирование жизненных навыков и компетенций, профилактика неврозов, помощь в построении конструктивных отношений с родителями и сверстниками, профилактика девиантного поведения, наркозависимости.
- \* Старшая школа — помощь в профильной ориентации и профессиональном самоопределении, поддержка в решении



*Прекрасного тебе дня!*



*Пусть он будет радостным!*