

**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!