

Школа- территория здоровья.

Здоровьесберегающие технологии

Автор : библиотекарь- педагог
Сорокина Елена Валерьевна

Здоровьесберегающие образовательные технологии

- * - Это все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни.

Пословицы и поговорки о здоровье

- * Быстрого и ловкого ...
- * Здоров будешь – ...
- * Умеренность - ...
- * Берги платье снову, а ...
- * Держи голову в холоде, живот в голоде, а
- * Здоровому и нездоровое здорово, а нездоровому и ...

Пословицы и поговорки о здоровье

- * Быстрого и ловкого болезнь не догонит.
- * Здоров будешь – все добудешь.
- * Умеренность- мать здоровья.
- * Берги платье снову, а здоровье смолоду.
- * Держи голову в холоде, живот в голоде, а ноги в тепле.
- * Здоровому и нездоровое здорово, а нездоровому и здоровье не здорово.

Факторы риска по убыванию значимости и силы влияния на здоровье учащихся:

- * 1. Стрессовая педагогическая тактика;
- * 2. Несоответствие методик и технологий обучения возрастным и функциональным возможностям школьников;
- * 3. Несоблюдение элементарных физиологических и гигиенических требований к организации учебного процесса;
- * 4. Недостаточная грамотность родителей в вопросах сохранения здоровья детей;
- * 5. Провалы в существующей системе физического воспитания;
- * 6. Интенсификация учебного процесса;
- * 7. Функциональная неграмотность педагога в вопросах охраны и укрепления здоровья;
- * 8. Частичное разрушение служб школьного медицинского контроля;
- * 9. Отсутствие системной работы по формированию ценности здоровья;

Перечень внутришкольных факторов, влияющих на состояние здоровья учащихся.

* **I. Гигиенические условия, факторы**

- * шум
- * освещенность
- * воздушная среда
- * размер помещений, кубатура
- * дизайн, цвет стен (видеоэкологические факторы)
- * используемые стройматериалы, краска
- * мебель: размеры, размещение в помещении
- * видеоэкранные средства - компьютеры, телевизоры
- * пищеблок: ассортимент, качество пищи, организация питания
- * качество питьевой воды, используемой в школе
- * экологическое состояние прилегающей к школе территории
- * состояние сантехнического оборудования.

Перечень внутришкольных факторов, влияющих на состояние здоровья учащихся.

* **II. Учебно-организационные факторы**

- * объем учебной нагрузки, ее соответствие возрастным и индивидуальным возможностям школьника
- * расписание уроков, распределение нагрузки по дням, неделям, в учебном году
- * организационно-педагогические условия проведения урока (плотность, чередование видов учебной деятельности, проведение физкультминуток, упражнений для зрения и т.п.)
- * объем физической нагрузки - по дням, за неделю, за месяц (на уроках физкультуры, на переменах, во внеучебное время)
- * медицинское и психологическое обеспечение школы
- * участие родителей учащихся в жизни школы
- * интегрированность школы в окружающий социум, влияние администрации района и других организаций на жизнь школы
- * наличие/отсутствие системы работы по формированию культуры здоровья и здорового образа жизни учащихся
- * позиция и уровень компетентности руководства по вопросам сохранения и укрепления здоровья учащихся.

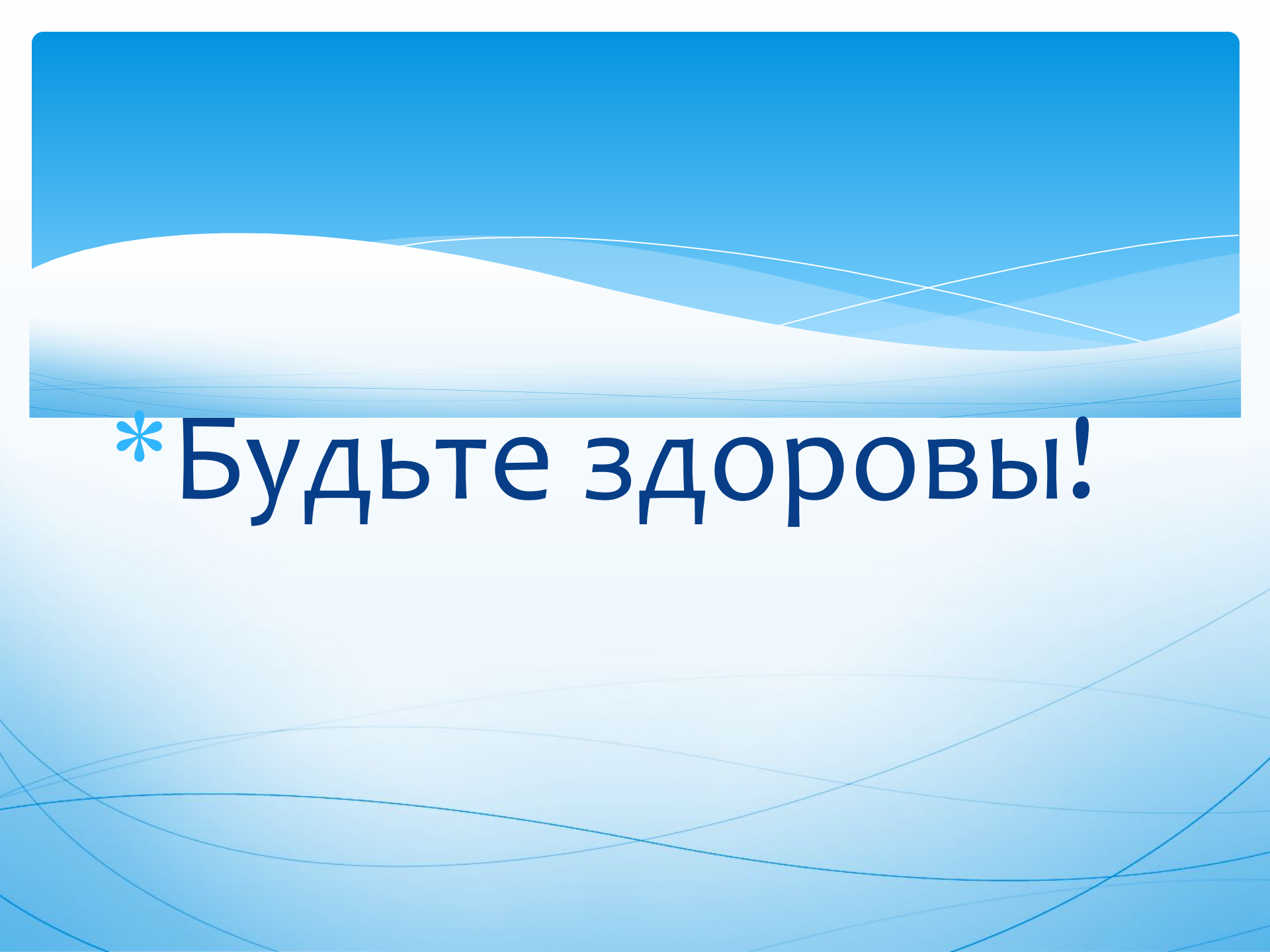
Перечень внутришкольных факторов, влияющих на состояние здоровья учащихся.

///. Психолого-педагогические факторы

- * психологический климат в классе, на уроке, наличие эмоциональных разрядок
- * стиль педагогического общения учителя с учащимися
- * характер проведения опросов и экзаменов, проблема оценок
- * степень реализации учителем индивидуального подхода к ученикам (особенно, группы риска)
- * особенности работы с «трудными подростками» в классе
- * соответствие используемых методик и технологий обучения возрастным и функциональным возможностям школьников
- * степень ограничений в свободе естественных телесных, эмоциональных и мыслительных проявлений учащихся на уроках (и вообще во время пребывания в школе)
- * личные, психологические особенности учителя, его характера, эмоциональных проявлений
- * состояние здоровья учителя, его образ жизни и отношение к своему здоровью
- * степень педагогической автономии и возможности инновационной деятельности учителя
- * профессиональная подготовленность учителя по вопросам здоровьесберегающих образовательных технологий.

Критерии здоровьесбережения

Критерии здоровьесбережения	Характеристика
Обстановка и гигиенические условия в классе	Температура и свежесть воздуха, освещение класса и доски, монотонные неприятные звуковые раздражители
Количество видов учебной деятельности	Виды учебной деятельности: опрос, письмо, чтение, слушание, рассказ, ответы на вопросы, решение примеров, рассматривание, списывание и т. д.
Средняя продолжительность и частота чередования видов деятельности	
Количество видов преподавания	Виды преподавания: словесный, наглядный, самостоятельная работа, аудиовизуальный, практическая работа, самостоятельная работа
Чередование видов преподавания	
Наличие и место методов, способствующих активизации	Метод свободного выбора (свободная беседа, выбор способа действия, свобода творчества). Активные методы (ученик в роли: учителя, исследователя, деловая игра, дискуссия). Методы, направленные на самопознание и развитие (интеллекта, эмоций, общения, самооценки, взаимооценки)
Место и длительность применения ТСО	Умение учителя использовать ТСО как средство для дискуссии, беседы, обсуждения
Поза учащегося, чередование позы	Правильная посадка ученика, смена видов деятельности требует смены позы
Наличие, место, содержание и продолжительность на уроке моментов оздоровления	Физкультминутки, динамические паузы, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз, массаж активных точек
Наличие мотивации деятельности учащихся на уроке	Внешняя мотивация: оценка, похвала, поддержка, соревновательный момент. Стимуляция внутренней мотивации: стремление больше узнать, радость от активности, интерес к изучаемому материалу
Психологический климат на уроке	Взаимоотношения на уроке: учитель — ученик (комфорт — напряжение, сотрудничество — авторитарность, учет возрастных особенностей); ученик — ученик(сотрудничество — соперничество, дружелюбие — враждебность, активность — пассивность, заинтересованность — безразличие)
Эмоциональные разрядки на уроке	Шутка, улыбка, юмористическая или поучительная картинка, поговорка, афоризм, музыкальная минутка, четверостишие
Определяется в ходе наблюдения по возрастанию двигательных или пассивных отвлечений в процессе учебной деятельности	Момент наступления утомления и снижения учебной активности
Темп окончания урока	



* Будьте здоровы!