

**Совершенствование
системы
здоровьесберегающего
сопровождения
учебно-воспитательного
процесса.**

Школьные факторы риска:

- Стрессовая педагогическая тактика;
- Несоответствие методик и технологий обучения возрастным и функциональным возможностям школьников;
- Несоблюдение элементарных физиологических и гигиенических требований к организации учебного процесса;

- Недостаточная грамотность родителей в вопросах сохранения здоровья детей.
- Провалы в существующей системе физического воспитания;
- Интенсификация учебного процесса;

- Функциональная неграмотность педагога в вопросах охраны и укрепления здоровья;
- Частичное разрушение служб школьного медицинского контроля;
- Отсутствие системной работы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни.

Варианты интенсификации учебного процесса:

1. Увеличение количества учебных часов (уроков, внеурочных занятий, факультативов и т.д.)
2. Уменьшение количества часов при сохранении или увеличении объема материала.

Следствие интенсификации –

возникновение у учащихся состояний усталости, утомления, переутомления.

Переутомление создает предпосылки развития острых и хронических нарушений здоровья, развития нервных, психосоматических и других заболеваний.

« **Технология** в любой сфере — это деятельность, в максимальной мере отражающая объективные законы данной предметной сферы, построенная в соответствии с логикой развития этой сферы и потому обеспечивающая наибольшее для данных условий соответствие результата деятельности предварительно поставленным целям».

В.В. Сериков

«Здоровьеформирующие 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».

Н.К. Смирнов

Здоровьесберегающая технология это:

1. Условия обучения ребенка в школе: отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания;
2. Рациональная организация учебного процесса: в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями;
3. Соответствие учебной и физической нагрузки возрастным возможностям ребенка;
4. Необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим.

В.Д. Сонькин

Профессор Н. К. Смирнов:

«...здоровьесберегающие образовательные технологии — это системный подход к обучению и воспитанию, построенный на стремлении педагога не нанести ущерб здоровью учащихся».

Принципы здоровьесбережения:

1. «Не навреди!»

2. Приоритет заботы о
здоровье учителя и
учащегося

Основные аспекты работы:

1. Непрерывность и преемственность.

2. Субъект-субъектные взаимоотношения.

3. Соответствие содержания и организации обучения возрастным особенностям учащихся.

4. Комплексный, междисциплинарный подход .

5. Успех порождает успех — акцент делается только на хорошее; в любом поступке, действии сначала выделяют положительное, а только потом отмечают недостатки.

6. АКТИВНОСТЬ — активное включение, а любой процесс снижает риск переутомления.

7. Ответственность за свое здоровье .

**Основные
группы
здоровьесбере
Г.
технологий:**

**Технологии,
обеспечивающие
гигиенически
оптимальные
условия
образовательного
процесса;**

**Технологии
оптимальной
организации
учебного
процесса
и физической
активности
школьников;**

**Разнообразные
психолого-
педагог.
технологии,
используемые
на уроках
и во внеурочной
деятельности
педагогами и**



**Технологии,
обеспечивающие
гигиенически
оптимальные
условия
образовательного
процесса.**

Критерии здоровьесбережения	Характеристика
1. Обстановка и гигиенические условия в классе.	Температура и свежесть воздуха, освещение класса и доски, отсутствие монотонных неприятных звуковых раздражителей.
2. Количество видов учебной деятельности.	Виды учебной деятельности: опрос, письмо, чтение, слушание, рассказ, ответы на вопросы, решение примеров, рассматривание, списывание и т. д.
3. Средняя продолжительность и частота чередования видов деятельности.	10 – 15 мин. (не более)

4. Количество видов преподавания.	Виды: словесный, наглядный, самостоятельная работа, аудиовизуальный, практическая работа, самостоятельная работа
5. Чередование видов преподавания	Активная
6. Наличие и место методов, способствующих активизации	<p>Метод свободного выбора (своб. беседа, выбор способа действия, свобода тв-ва). Активные методы (ученик в роли: учителя, иссл-ля, дел. игра, дис-сия).</p> <p>Методы, направленные на самопознание и развитие (интеллекта, эмоций, общения, самооценки, взаимооценки)</p>
7. Место и длительность применения ТСО	Умение учителя использовать ТСО как средство для дискуссии, беседы, обсуждения

8. Поза учащегося,
чередование позы

Правильная посадка
ученика, смена видов
деятельности требует
смены позы

9. Наличие, место,
содержание и
продолжительность на
уроке моментов
оздоровления

Физкультминутки,
динамические паузы,
дыхательная гимнастика,
гимнастика для глаз,
массаж активных точек .

10. 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

11. 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)

12. Эмоциональные разрядки на уроке.

Шутка, улыбка, юмористическая или поучительная картинка, поговорка, афоризм, музыкальная минутка, четверостишие (в момент наступления утомления и снижения учебной активности).

13. Темп окончания урока

Ритмичный, не затяжной

Технологии оптимальной организации учебного процесса и физической активности школьников:

Правило 1:
**Правильная
организация
урока.**

Правило 2:

**Использование
каналов
восприятия**

Правило 3:

**Учет зоны
работо-
способности
учащихся**

Правило 4:

**Распределение
интенсивности
умственной
деятельности**

Правило 1. Правильная организация урока.



главная цель
учителя –
научить ученика
запрашивать
необходимую
информацию и
получать требуемый
ответ.

Задавание вопросов является:

1. Показателем включенности ученика в обсуждаемую проблему и, следовательно, хорошего уровня его работоспособности;
2. Проявлением и тренировкой познавательной активности;
3. Показателем адекватно развитых коммуникативных навыков.

1.3 этап урока:

Учитель
сообщает

информа
цию
(одновре
менно

стимулир
ует
вопросы)
2.

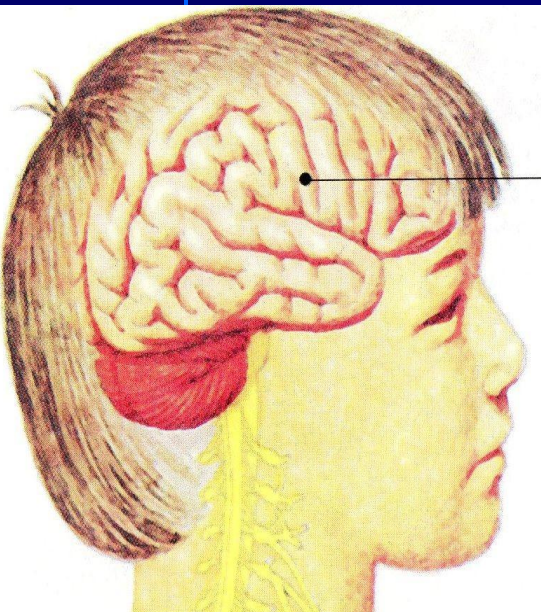
ученики
формули
руют
и задают
вопросы

*Результат
урока –
взаимный
интерес,
который
подавляет
устомление*

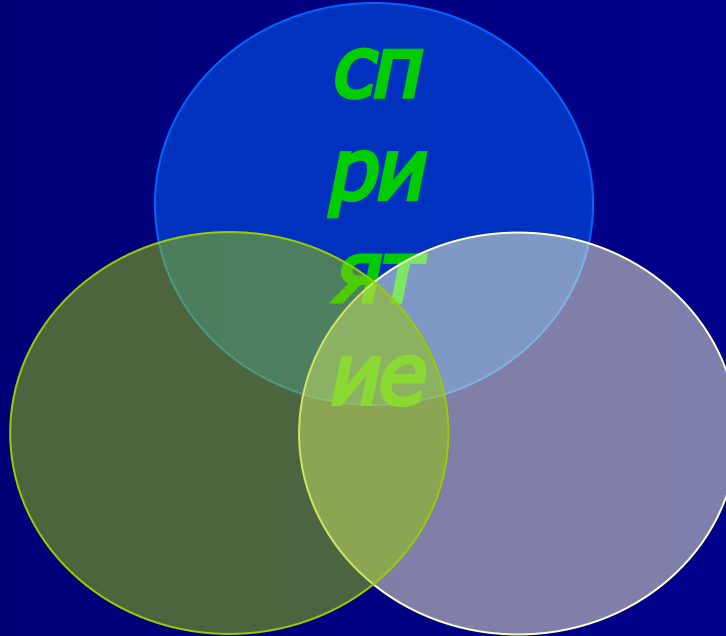
3.
учитель
и
ученики

отвечают
на
вопросы.

Правило 2. Использование каналов восприятия



ВИ
ЗУ
АЛ
ЬН
ОЕ
ВО
СП
РИ

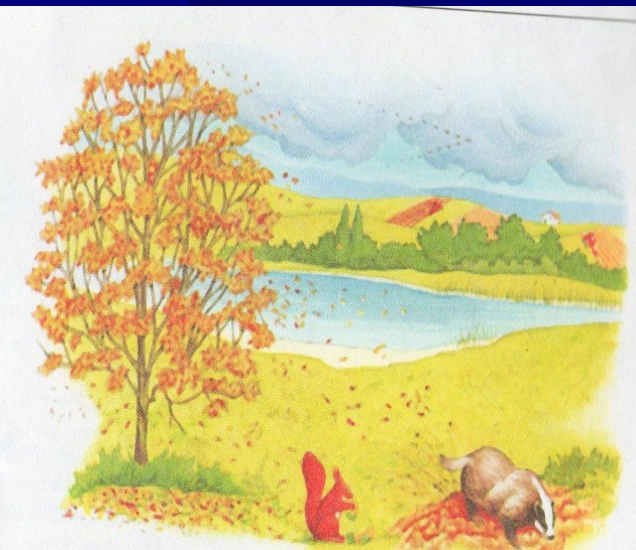


АУ
ДИ
АЛ
ЬН
ОЕ
ВО

СП
РИ
ЯТ
ИЕ

КИ
НЕ
СТ
ЕТ
ИЧ
ЕС
КО
Е
ВО
СТ

Правило 3. Учет зоны работоспособности учащихся



Биоритмологический
оптимум
работоспособности
имеет

свои пики и спады как
в течение учебного
дня, так и в разные
дни учебной недели.

Правило 4. Распределение интенсивности умственной деятельности

Эффективность усвоения знаний :

5 - 25-я минута — 80%;

25 - 35-я минута — 60-40%;

35 - 40-я минута — 10%.



Утомление

- возникающее в результате работы временное ухудшение функционального состояния человека, выражающееся в снижении работоспособности, в неспецифических изменениях физиологических функций и в субъективном ощущении усталости.

Десинхроноз

неспецифическое
напряжение организма,
являющийся основой
формирования
психосоматических
заболеваний.

Интенсивность умственной деятельности учащихся в ходе урока:

Часть урока	Время	Нагрузка	Деятельность
1-й этап. Врабатывани е	5 мин.	Относительн о невелика	Репродуктивная переходящая в продуктивную. Повторение
2-й этап. Максимальна я работоспособ ность	20 – 25 мин.	Максимальное снижение на 15-й мин.	Репродуктивная, переходящая в продуктивную. Знакомство с новым материалом.
3-й этап. Конечный порыв	10 – 15 мин.	Небольшое повышение работоспособн ости	Репродуктивная, отработка узловых моментов

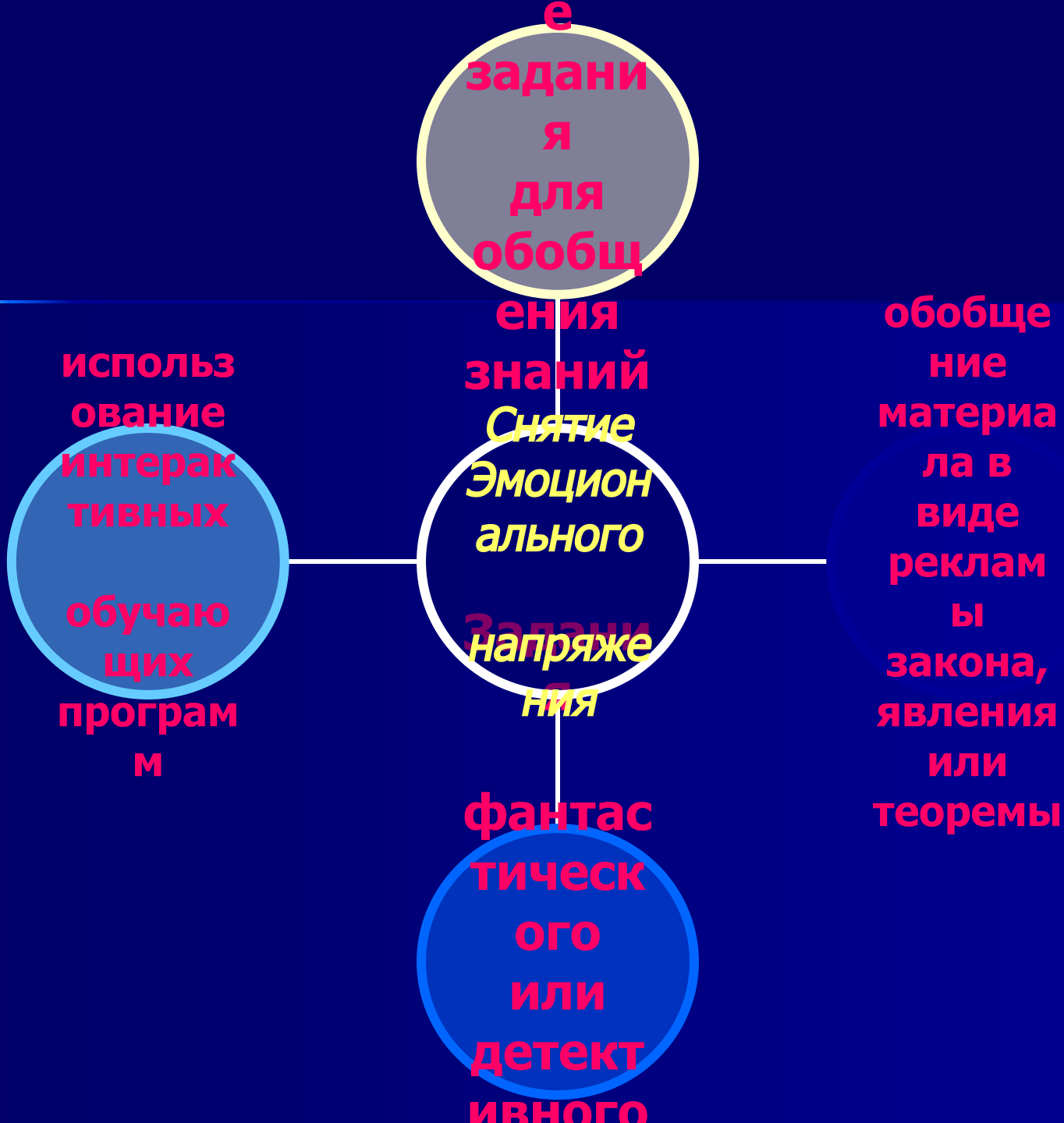
Психолого-педагогические технологии здоровьесбережения

Снятие
Эмоциона
льного
напряжен
ия

введение
в урок
историче
ских
экскурсо
в
и
отступле
ний

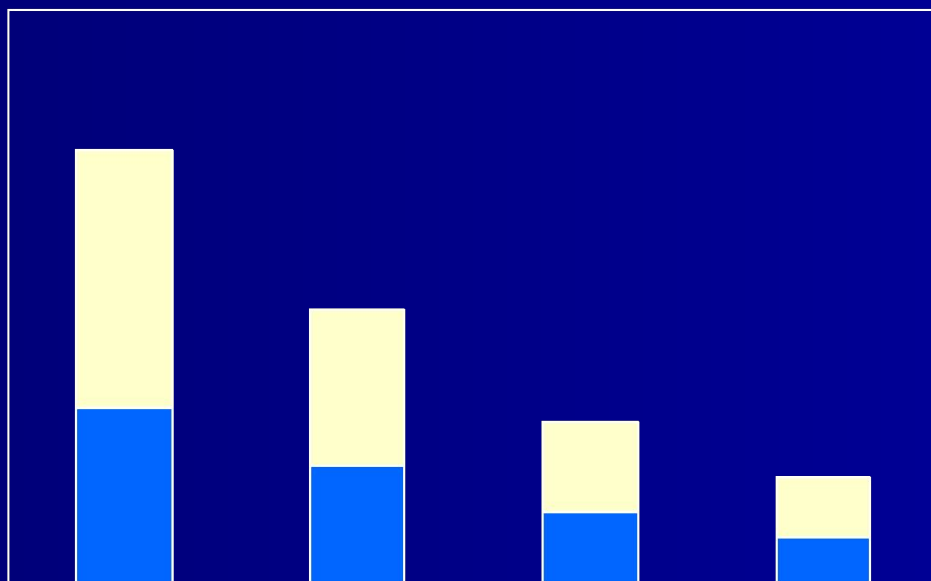
игровые
обучающ
ие

програм



Использование пословиц при изучении понятия монотонности функции:

- «Чем дальше в лес, тем больше дров» (возрастание),
- «Подальше положишь, поближе возьмешь» (убывание).



Создание благоприятного психологического климата на уроке.

- спокойная беседа,
- внимание к каждому высказыванию,
- позитивная реакция учителя на желание ученика выразить свою точку зрения,
- тактичное исправление допущенных ошибок, поощрение к самостоятельной мыслительной деятельности,
- уместный юмор или небольшое историческое отступление

Охрана здоровья и пропаганда здорового образа жизни



**Комплексное
использование
личностно-
ориентированных
технологий**

**проектная
деятельность**

**игровые
технологии**

**Дифференци-
рованное
обучение**

**обучение в
сотрудничестве**

Формы и методы организации учебной деятельности :

- создание положительного эмоционального настроения на работу всех учеников в ходе урока;
- использование проблемных творческих заданий;
- стимулирование учеников к выбору и самостоятельному использованию разных способов выполнения заданий;
- применение заданий, позволяющих ученику самому выбирать тип, вид и форму материала (словесную, графическую, условно-символическую);
- рефлексия. Обсуждение того, что получилось, а что — нет, в чем были ошибки, как они были исправлены.

Личностно-ориентированные (антропоцентрические) технологии

В центре образовательной системы – **личность** ребенка, обеспечение безопасных комфортных условий ее развития и реализация природных возможностей.



Образовательные технологии здоровьесберегающей направленности.



Педагогика сотрудничества

Главная черта –

приоритет воспитания
над обучением

Педагогика сотрудничества и психологическое здоровье:

Формирование
положительной

Я-концепции

личности подростка.

Технологии развивающего обучения (ТРО)

«...знания являются не конечной целью обучения, а лишь средством развития учащихся».

Л. С. Выготский.

«Зона ближайшего развития»

Ориентация на ученика,
построение его
индивидуальной
образовательной
программы - в
максимальной степени
учитывает его
способности,
возможности, темпы
развития, влияние
окружающей среды и
условий.



Технология уровневой дифференциации обучения на основе обязательных результатов

система малых групп среди типов управления познавательной деятельностью,
целевая ориентация на обучение каждого учащегося на уровне его индивидуальных возможностей и способностей.

Технологию раскрепощённого развития детей - разработана физиологом В. Ф. Базарным (в основном для начальной школы).

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).

«В здоровом теле - здоровый дух»

