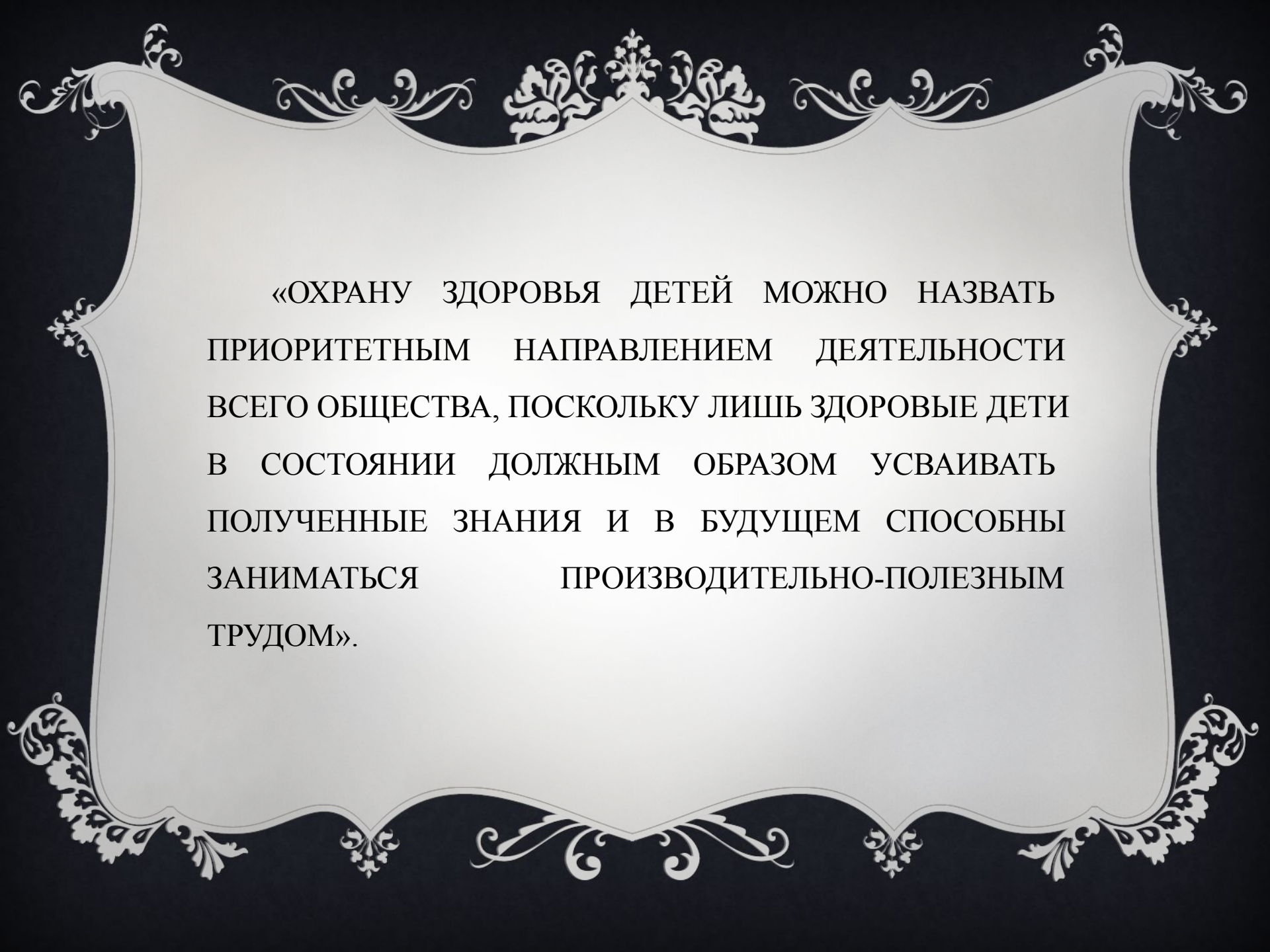


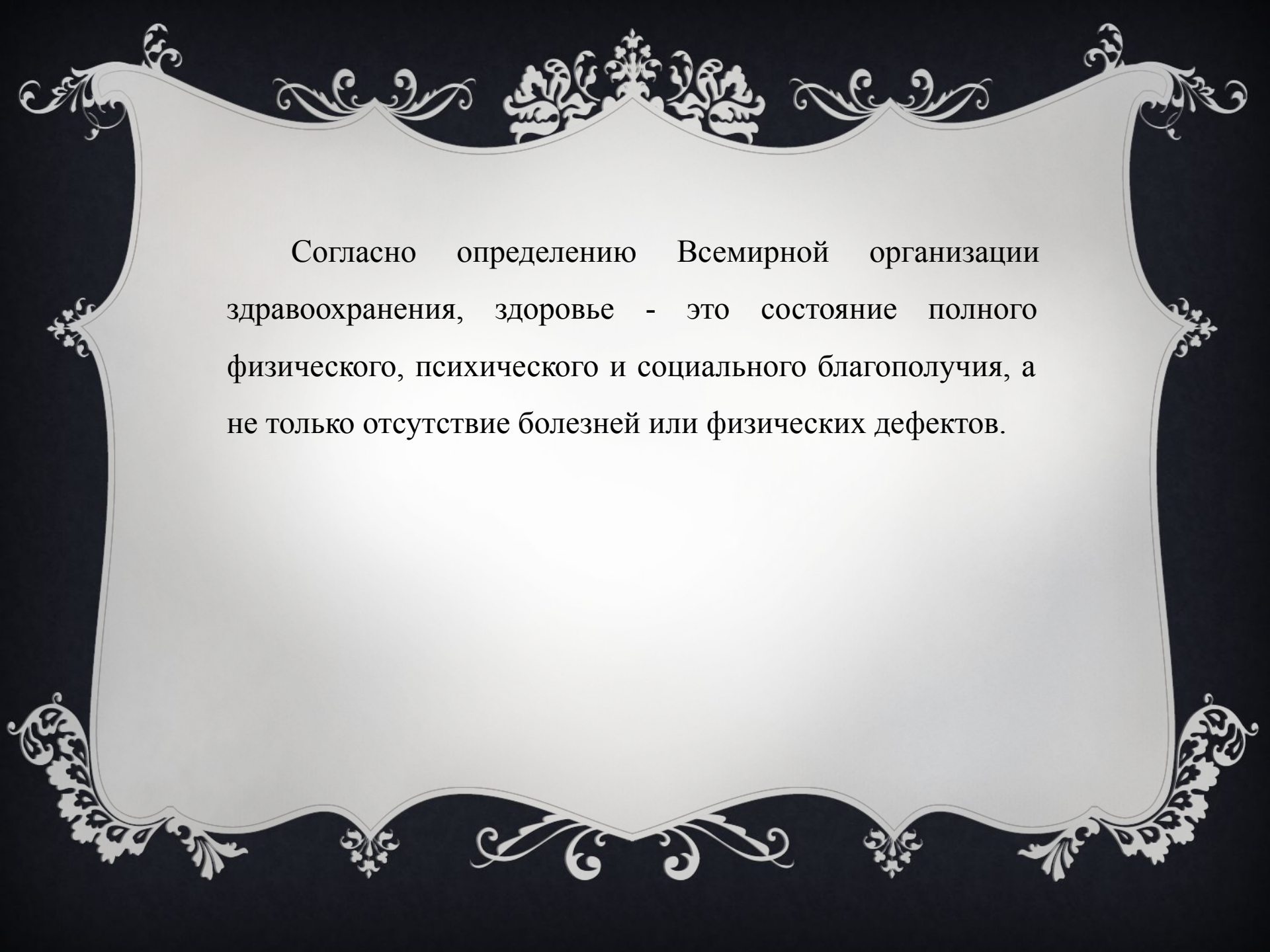


**«РЕАЛИЗАЦИЯ
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ
В УЧЕБНОМ ПРОЦЕССЕ»**

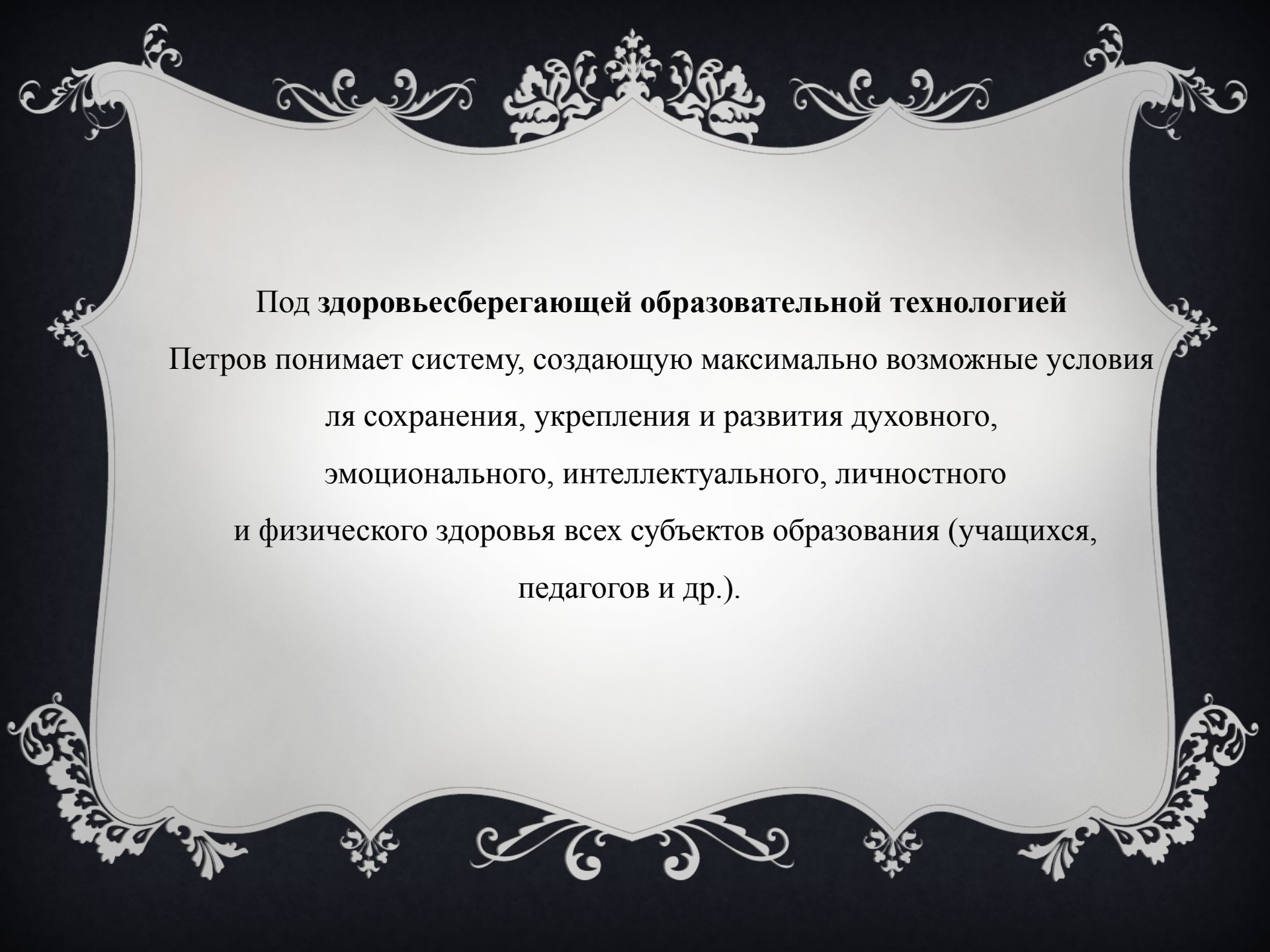
**Учитель начальных классов
ГБОУСОШ №342 Невского района Санкт-Петербурга
Давыдова Татьяна Александровна**



«ОХРАНУ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ МОЖНО НАЗВАТЬ ПРИОРИТЕТНЫМ НАПРАВЛЕНИЕМ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВСЕГО ОБЩЕСТВА, ПОСКОЛЬКУ ЛИШЬ ЗДОРОВЫЕ ДЕТИ В СОСТОЯНИИ ДОЛЖНЫМ ОБРАЗОМ УСВАИВАТЬ ПОЛУЧЕННЫЕ ЗНАНИЯ И В БУДУЩЕМ СПОСОБНЫ ЗАНИМАТЬСЯ ПРОИЗВОДИТЕЛЬНО-ПОЛЕЗНЫМ ТРУДОМ».



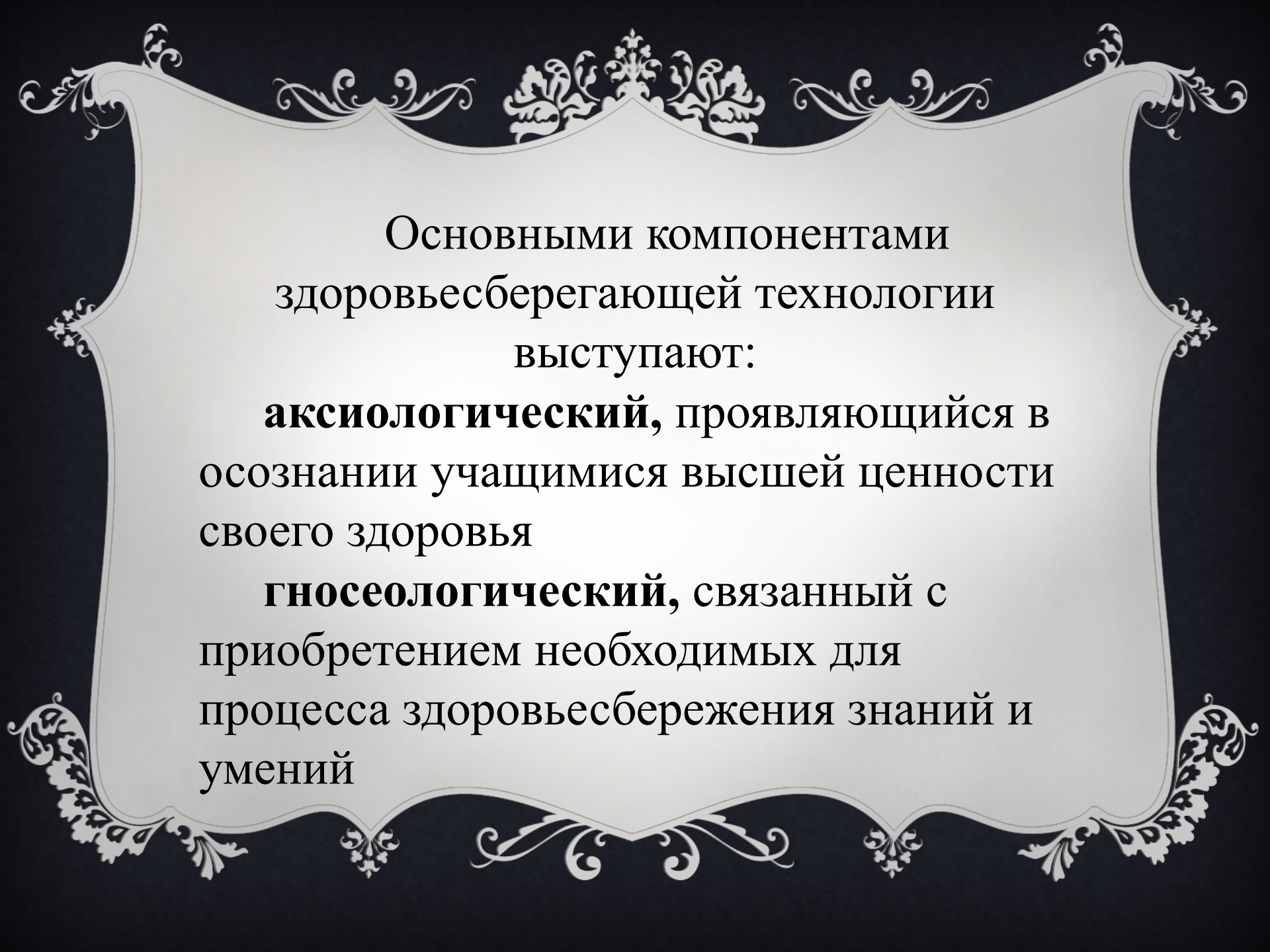
Согласно определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.



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:

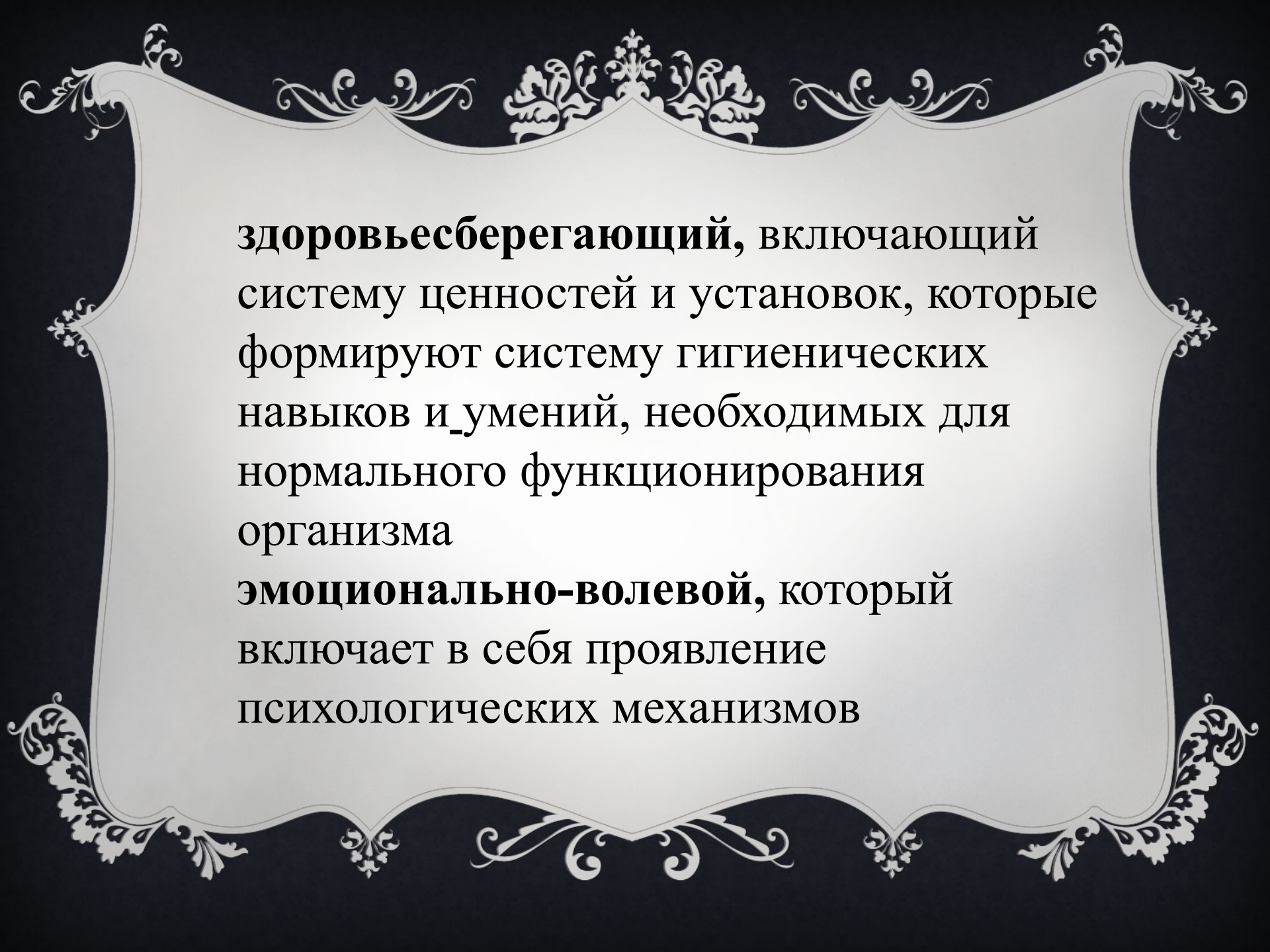
- Использование данных мониторинга состояния здоровья учащихся, проводимого медицинскими работниками, и собственных наблюдений в процессе реализации образовательной технологии, ее коррекция в соответствии с имеющимися данными.
- Учет особенностей возрастного развития школьников и разработка образовательной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



Основными компонентами
здоровьесберегающей технологии
выступают:

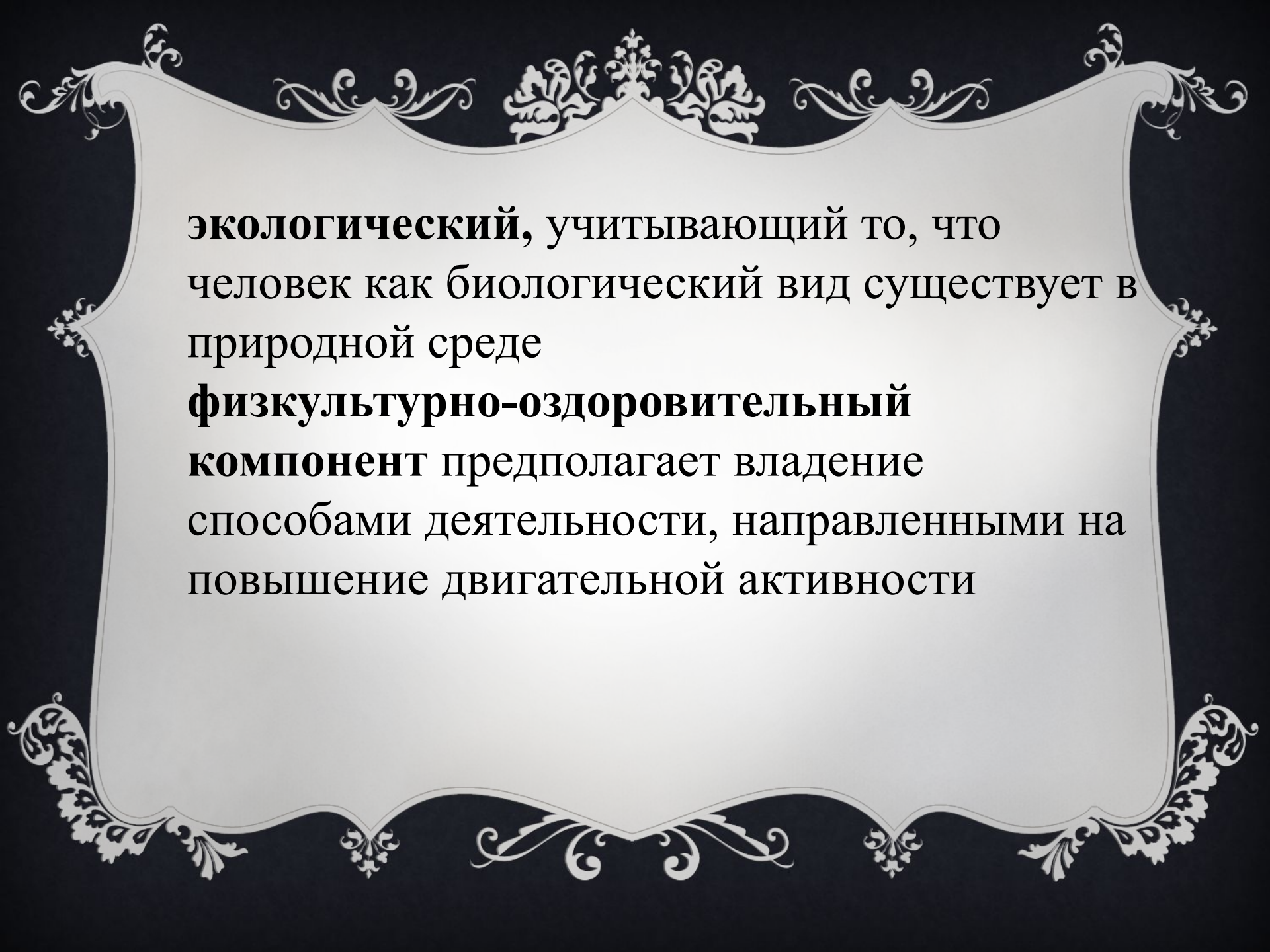
аксиологический, проявляющийся в
осознании учащимися высшей ценности
своего здоровья

гносеологический, связанный с
приобретением необходимых для
процесса здоровьесбережения знаний и
умений



здоровьесберегающий, включающий
систему ценностей и установок, которые
формируют систему гигиенических
навыков и умений, необходимых для
нормального функционирования
организма

эмоционально-волевой, который
включает в себя проявление
психологических механизмов



экологический, учитывающий то, что человек как биологический вид существует в природной среде

физкультурно-оздоровительный компонент предполагает владение способами деятельности, направленными на повышение двигательной активности

Анализ проведения урока с позиций здоровьесбережения

Педагогу в организации и проведении урока необходимо учитывать:

- 1) обстановку и гигиенические условия в классе (кабинете): температуру и свежесть воздуха, рациональность освещения класса и доски, наличие/отсутствие монотонных, неприятных звуковых раздражителей и т.д.;
- 2) число видов учебной деятельности: опрос учащихся, письмо, чтение, слушание, рассказ, рассматривание наглядных пособий, ответы на вопросы, решение примеров, задач и др. Норма – 4-7 видов за урок. Частые смены одной деятельности другой требуют от учащихся дополнительных адаптационных усилий;

3) среднюю продолжительность и частоту чередования различных видов учебной деятельности. Ориентировочная норма – 7-10 минут;

4) число видов преподавания: словесный, наглядный, аудиовизуальный, самостоятельная работа и т.д. Норма – не менее трех;

5) чередование видов преподавания. Норма – не позже чем через 10-15 минут;

б) наличие и выбор места на уроке методов, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения самих учащихся.

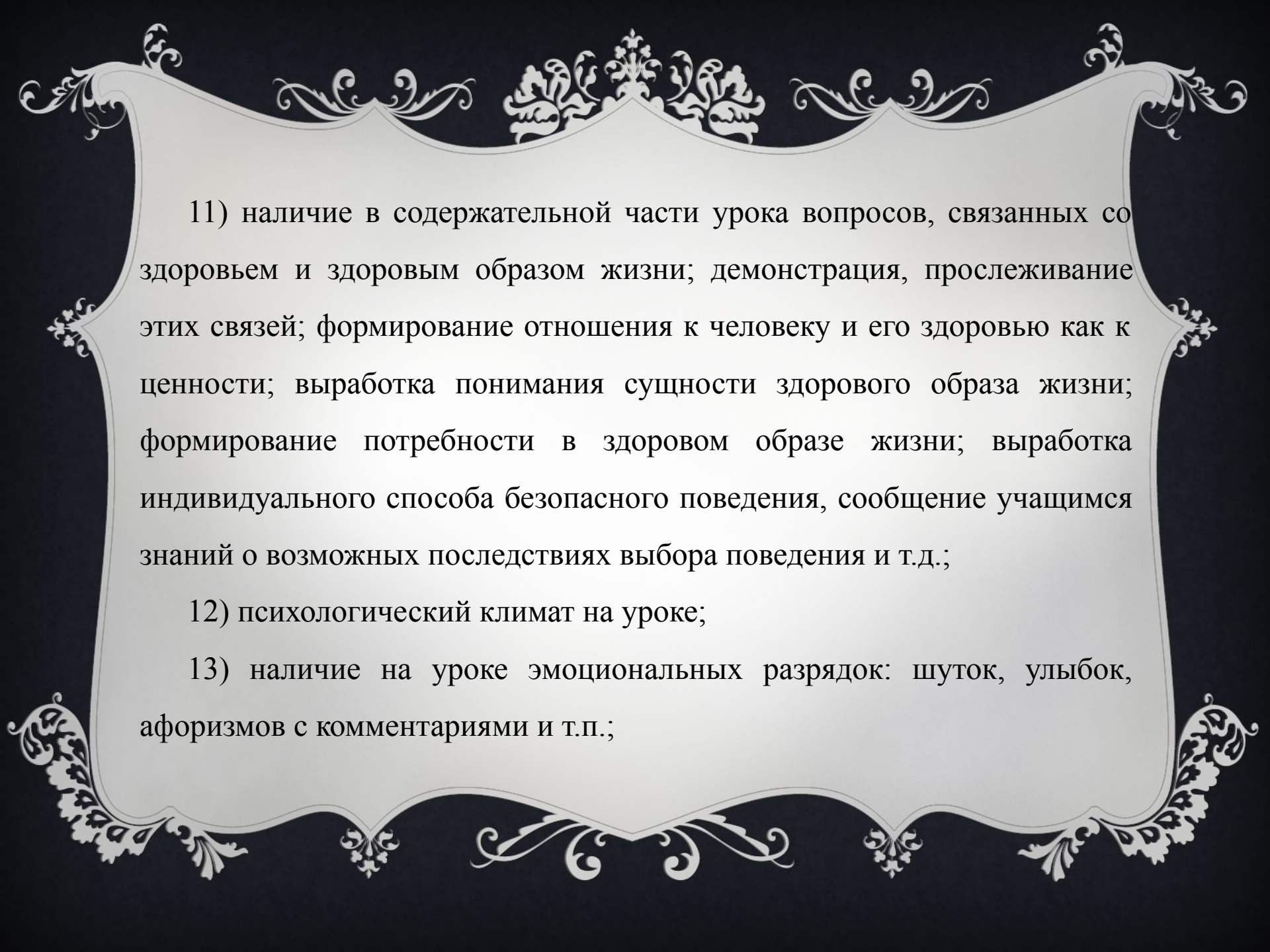
Это такие методы, как метод свободного выбора (свободная беседа, выбор способа действия, выбор способа взаимодействия; свобода творчества и т.д.); активные методы (ученики в роли учителя, обучение действием, обсуждение в группах, ролевая игра, дискуссия, семинар, ученик как исследователь); методы, направленные на самопознание и развитие (интеллекта, эмоций, общения, воображения, самооценки и взаимооценки);

7) место и длительность применения ТСО (в соответствии с гигиеническими нормами), умение учителя использовать их как возможности инициирования дискуссии, обсуждения;

8) позы учащихся, чередование поз;

9) физкультминутки и другие оздоровительные моменты на уроке – их место, содержание и продолжительность. Норма – на 15-20 минут урока по 1 минутке из 3-х легких упражнений с 3 – повторениями каждого упражнения;

10) 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.) и используемые учителем методы повышения этой мотивации;



11) наличие в содержательной части урока вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни; демонстрация, прослеживание этих связей; формирование отношения к человеку и его здоровью как к ценности; выработка понимания сущности здорового образа жизни; формирование потребности в здоровом образе жизни; выработка индивидуального способа безопасного поведения, сообщение учащимся знаний о возможных последствиях выбора поведения и т.д.;

12) психологический климат на уроке;

13) наличие на уроке эмоциональных разрядок: шуток, улыбок, афоризмов с комментариями и т.п.;


В конце урока следует обратить внимание на следующее:

14) плотность урока, т.е. количество времени, затраченного школьниками на учебную работу. Норма - не менее 60 % и не более 75-80 %;

15) момент наступления утомления учащихся и снижения их учебной активности. Определяется в ходе наблюдения по возрастанию двигательных и пассивных отвлечений у детей в процессе учебной работы;

16) темп и особенности окончания урока:

- быстрый темп, «скомканность», нет времени на вопросы учащихся, быстрое, практически без комментариев, записывание домашнего задания;

- 
- спокойное завершение урока: учащиеся имеют возможность задать учителю вопросы, учитель может прокомментировать задание на дом, попрощаться с учащимися;
 - задержка учащихся в классе после звонка (на перемене).

Литература

Воротилкина ИМ. Оздоровительные мероприятия в учебном процессе // № 4. С. 72
Карасева Т.В. Современные аспекты реализации здоровьесберегающих технологий // «Начальная школа», 2005. - № 11. С. 75.

Петров К. Здоровьесберегающая деятельность в школе//Воспитание школьников.-2005.- №2.-С.19-22.

Степанова М. Инновации в образовании: размышления гигиениста//Народное образование.-2006.-№1.-С.29-33.

Электронные ресурсы

1. Павлова М. Методические рекомендации по интеграции программы «Основы здорового образа жизни» в учебно-воспитательный процесс образовательного учреждения: [Электронный ресурс] Саратовский институт повышения квалификации и переподготовки работников образования.- // <http://health.best-host.ru>.-Саратов,2003
2. Здоровье и образование www.valeo.edu.ru
3. Каталог образовательных интернет-ресурсов. Распорядительные и нормативные документы системы российского образования:
<http://www.orto.ru/ru/education.shtml>
4. Кафедра охраны здоровья детей и подростков ПОИПКРО:
<http://edu.perm.ru/poipkro/val/n-issldey.htm>