

Здоровьесберегающие
технологии и практика их
применения на уроках
физической культуры и
спорта в условиях
реализации ФГОС»

«здоровье ребёнка»:

- «Здоровье – бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества»
- «здоровье – основная ценность человека, именно в школьном возрасте закладываются основы здоровьесберегающего мышления и поведения личности, но школьная среда чаще всего не создает условий для укрепления здоровья».



Проблемы в определении понятия «Здоровье»

1. Сужение понятия (преобладание физической составляющей)
2. Низкий уровень мотивации на сохранение и укрепление индивидуального здоровья
3. Идеализация медицинской помощи
4. «Забалтывание» проблемы здоровья

“здоровьесберегающая образовательная технология”

- Под здоровьесберегающей образовательной технологией 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.).

Группы здоровьесберегающих технологий

- медико-гигиенические;
- физкультурно-оздоровительные;
- технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка;
- экологические,
- здоровьесберегающие образовательные технологии в школе.

МЕДИКО-ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ

- гигиенические условия в соответствии с регламентациями СанПинНов;
- функционирование в школах медицинских кабинетов;
- проведение занятий лечебной физкультурой,
- организация здоровьесберегающей среды в ОУ

физкультурно- оздоровительная ТЕХНОЛОГИЯ

- развитие физических качеств, двигательной активности
- становление физической культуры школьников,
- урок физической культуры,
- физкультминутки, физкультпаузы, динамические (подвижные) перемены,
- воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье

Экологические здоровьесберегающие технологии

- воспитывать у школьников любовь к природе;
- приобщение учащихся к исследовательской деятельности в сфере экологии;
- укрепление духовно-нравственного здоровья учащихся

Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка

- реализуют специалисты по охране труда, защите в чрезвычайных ситуациях, архитекторы, строители, представители коммунальной службы и т.д. Поскольку сохранение здоровья рассматривается при этом как частный случай главной задачи – сохранения, требования и рекомендации этих специалистов подлежат обязательному учету и интеграции в общую систему здоровьесберегающих технологий.

Здоровьесберегающие образовательные технологии

- технологии, которые основаны на возрастных особенностях познавательной деятельности детей, обучении на оптимальном уровне трудности (сложности), вариативности методов и форм обучения, оптимальном сочетании двигательных и статических нагрузок, обучении в малых группах, использовании наглядности и сочетании различных форм предоставления информации, создании эмоционально благоприятной атмосферы, формировании положительной мотивации к учебе (“педагогика успеха”), на культивировании у учащихся знаний по вопросам здоровья.

Практика применения на уроках и в спорте

- урок является основной формой педагогического процесса, необходима профессиональная компетентность учителя в вопросах здоровьесберегающих образовательных технологий;
- использование упражнений и игр различной интенсивности и направленности;
- развитие основных движений — одно из главных условий всестороннего физического развития растущего человека;
- элементы физической культуры помимо самого урока физкультуры могут быть использованы на других уроках и переменах: физкультминутки, физкультпаузы, динамические (подвижные) перемены.

Цель здоровьесберегающей технологии в образовании

- Цель здоровьесберегающих технологий применительно к ребенку – обеспечение высокого уровня реального здоровья как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его, компетентности, позволяющей школьнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи.
- Цель применительно к взрослым – это содействие становлению культуры здоровья, в том числе культуры профессионального здоровья преподавателей и просвещение родителей.