

***РЕАЛИЗАЦИЯ
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ
ТЕХНОЛОГИЙ В
ОБРАЗОВАНИИ***



***ФЕДЕРАЛЬНЫЕ ГОСУДАРСТВЕННЫЕ
ТРЕБОВАНИЯ***

К ОУ В ЧАСТИ ОХРАНЫ ЗДОРОВЬЯ

ОБУЧАЮЩИХСЯ, ВОСПИТАННИКОВ

***(ПРИКАЗ МИНОБРНАУКИ РФ ОТ 28.12.2010 №
2106)***

**3. Рациональная организация
образовательного процесса:**

- использование в образовательном процессе здоровьесберегающих приемов, методов, форм, технологий;



«Здоровьесберегающие технологии», по определению Н.К. Смирнова, - 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.





Здоровьесберегающие технологии в деятельности педагога



Среди здоровьесберегающих технологий, применяемых в системе образования, можно выделить несколько групп, в которых используется разный подход к охране здоровья, а соответственно, и разные методы и формы работы.



К числу здоровьесберегающих технологий
следует отнести **«технологию
раскрепощённого развития детей»**,
разработанную физиологом
В. Ф. Базарным.



Отличительные особенности технологии:

1. Учебные занятия в классе проводятся в режиме смены динамических поз, для чего используется специальная ростомерная мебель с наклонной поверхностью - парты и конторки. Часть урока ученик сидит за партой, а другую часть - стоит за конторкой. Тем самым сохраняется и укрепляется позвоночник, формируется осанка.



2. Для разминок и упражнений на мышечно-телесную и зрительную координацию, а также на развитие внимания и быстроты реакции на уроке используются схемы зрительных траекторий, расположенные на потолке, и специальные офтальмотренажёры, «бегущие ОГОНЬКИ».



3. С целью расширения зрительных горизонтов, развития творческого воображения и целостного восприятия и познания мира на уроках по всем предметам применяется специально разработанный «Экологический букварь» (картина-панно).



4. Уроки проводятся в режиме движения наглядного учебного материала, постоянного поиска и выполнения заданий, активизирующих детей. Для этого используются подвижные «сенсорные кресты», карточки с заданиями и возможными вариантами ответов, которые могут по воле учителя оказаться в любой точке класса и которые дети должны найти и использовать в своей работе, а также специальные «держалки», позволяющие переключать зрение детей с ближних целей на дальние.



5. В процессе овладения детьми письмом применяются специальные художественно-образные каллиграфические прописи перьевой ручкой, формирующие утончённое художественное чувство и развивающие психомоторную систему «глаз - рука».



6. Обязательным предметом в технологии является детское хоровое пение, основанное на народных песнях и классической музыке.



7. В технологии предусмотрено введение раздельно-параллельного образования мальчиков и девочек. Это означает, что, учась в классах раздельно, они, как и обычно, общаются друг с другом на переменах, в творческих кружках, на совместных вечерах и праздниках.



Классификация здоровьесберегающих технологий Н.К. Смирнова



1. Медико-гигиенические технологии;

Контроль и помощь в обеспечении надлежащих гигиенических условий в соответствии с регламентациями СанПиНов.

Создание в школе стоматологического, физиотерапевтического и других медицинских кабинетов для оказания каждодневной помощи и школьникам, и педагогам, проведение занятий лечебной физической культуры, организация фитобаров - элементы этой технологии.



2. Физкультурно-оздоровительные технологии;

Направлены на физическое развитие занимающихся: закаливание, тренировку силы, выносливости, быстроты, гибкости и других качеств, отличающих здорового, тренированного человека от физически немоощного.

Реализуются на уроках физической культуры и в работе спортивных секций.



3. Экологические здоровьесберегающие технологии;

Направленность этих технологий - создание природосообразных, экологически оптимальных условий жизни и деятельности людей, гармоничных взаимоотношений с природой.

В образовательных организациях экологические здоровьесберегающие технологии реализуются через организацию **фитомодулей.**



ДЕЙСТВИЕ ФИТОМОДУЛЕЙ

- БАКТЕРИЦИДНОЕ
- АНТИТОКСИЧЕСКОЕ (ПОГЛОЩЕНИЕ ТОКСИЧЕСКИХ ВЕЩЕСТВ ИЗ ВОЗДУШНОЙ СРЕДЕ)
- ОПТИМИЗАЦИЯ МИКРОКЛИМАТА ЗА СЧЕТ ПОВЫШЕНИЯ ВЛАЖНОСТИ ВОЗДУХА,
- ПОВЫШЕНИЕ СОДЕРЖАНИЯ ОТРИЦАТЕЛЬНЫХ ИОНОВ В ВОЗДУШНОЙ СРЕДЕ,
- СНИЖЕНИЕ ПСИХО-ЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ
- ОПТИМИЗАЦИЯ ВИЗУАЛЬНОЙ СРЕДЫ,
- ЭСТЕРОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЕ ДЕЙСТВИЕ



Список растений, не рекомендуемых для выращивания в школах и дошкольных учреждениях.

1. Агава мексиканская



Список растений, не рекомендуемых для выращивания в школах и дошкольных учреждениях.

2. Аглаонема



Список растений, не рекомендуемых для выращивания в школах и дошкольных учреждениях.

3. Акант горный



Список растений, не рекомендуемых для выращивания в школах и дошкольных учреждениях.

4. Алоказия



Список растений, не рекомендуемых для выращивания в школах и дошкольных учреждениях.

5. Гиппеаструм



Список растений, не рекомендуемых для выращивания в школах и дошкольных учреждениях.

6. Катарантус розовый (барвинок)



Список растений, не рекомендуемых для выращивания в школах и дошкольных учреждениях.

7. Диффенбахия



Список растений, не рекомендуемых для выращивания в школах и дошкольных учреждениях.

8. Дурман



Список растений, не рекомендуемых для выращивания в школах и дошкольных учреждениях.

9.Кактусы



Список растений, не рекомендуемых для выращивания в школах и дошкольных учреждениях.

10. Каладиум



Список растений, не рекомендуемых для выращивания в школах и дошкольных учреждениях.

11. Калатея



Список растений, не рекомендуемых для выращивания в школах и дошкольных учреждениях.

12. Ксантозома фиолетовая



Список растений, не рекомендуемых для выращивания в школах и дошкольных учреждениях.

13. Олеандр



Список растений, не рекомендуемых для выращивания в школах и дошкольных учреждениях.

14. Паслен



Список растений, не рекомендуемых для выращивания в школах и дошкольных учреждениях.

15.Ривина



[Увеличить](#)



4. Технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности.

Реализуются педагогами курса «ОБЖ», а за обеспечение безопасности условий пребывания в ОУ отвечает ее руководитель.



5. Здоровьесберегающие образовательные технологии:

- организационно-педагогические технологии (урок);
- психолого-педагогические технологии (индивидуальный подход к обучающимся);
- учебно-воспитательные технологии (программы «Образование в области здоровья»);



6. Социально адаптирующие и личностно - развивающие технологии.

Социально-психологические тренинги, программы социальной и семейной педагогики.



7. Лечебно-оздоровительные технологии.


Реализация лечебной педагогики и лечебной физкультуры.





**Организационно-педагогические
здоровьесберегающие образовательные
технологии**





1. Обстановка и гигиенические условия в классе: СанПиН.



2. Количество видов учебной
деятельности: норма 4-7 видов за урок.



3. Средняя продолжительность и частота чередования видов деятельности: ориентировочная норма 7-10 мин.



4. Многообразие видов и форм преподавания.



5. Чередование видов преподавания (не позже чем через 5-10 мин.).



6. Наличие и место динамических пауз на уроке.





7. Место и длительность применения ТСО (см. СанПиН).



8. Поза обучающегося, чередование позы.



9. Напоминание на уроке о ЗОТ (наличие в содержательной части урока вопросов, связанных со здоровьем и ЗОТ).



10. Наличие мотивации деятельности обучающихся (внешняя мотивация, стимуляция внутренней мотивации).



11. Психологический климат на уроке
(отношения педагог - обучающийся;
обучающийся - обучающийся).





12. Эмоциональные разрядки на уроке.



13. Плотность урока (количество времени, затраченное обучающимися на уроке не менее 60% и не более 75%).



14. Момент наступления утомления и снижения учебной активности.

При правильно организованном уроке не ранее, чем:

начальная школа – на 35-40 мин.;

средняя и старшая школа – 40 мин.






15. Темп окончания урока.



Оценка эффективности использования здоровьесберегающих технологий



Во исполнение решения коллегии Министерства образования и науки Российской Федерации от 11 февраля 2009 года в рамках реализации проекта «Совершенствование деятельности образовательных учреждений по сохранению и укреплению здоровья обучающихся и развитию физической культуры» Федеральной целевой программы развития образования разработаны методические рекомендации по оценке эффективности современных инновационных здоровьесберегающих технологий в образовательных учреждениях.



Рекомендации для использования их в практической работе размещены на сайте Федерального государственного научного учреждения «Центр исследования проблем воспитания, формирования здорового образа жизни, профилактики наркомании, социально-педагогической поддержки детей и молодежи» <http://cipv.ru>



В рамках данных рекомендаций предложен комплексный подход.

Для реализации данного подхода предлагается в качестве инструмента использовать мониторинг основных сфер с помощью скрининговых исследований по специально разработанным протоколам. Протоколы включают в себя рекомендованные стандартизированные методики, которые позволяют оценить изменение ведущих характеристик развития обучающегося под воздействием инновационных здоровьесберегающих технологий.



Состав показателей, позволяющих оценить влияние здоровьесберегающих технологий на состояние здоровья, физическое развитие и психо-эмоциональное состояние обучающихся, воспитанников общеобразовательных учреждений

- ▣ *Педагогический блок;*
- ▣ *Медицинский блок;*
- ▣ *Блок физического состояния;*
- ▣ *Психологический блок;*
- ▣ *Логопедический блок;*
- ▣ *Распространенность поведенческих рисков в школьном коллективе.*



В методические рекомендации включен набор тестовых материалов, позволяющих оценить изменение показателей здоровья под воздействием инновационных здоровьесберегающих технологий и рекомендации по их обработке.

