ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАНИИ

- качественная характеристика любой образовательной технологии;

- совокупность тех принципов, приёмов, методов педагогической работы, которые дополняя традиционные технологии обучения и воспитания, наделяют их признаком здоровьесбережения.

КЛАССИФИКАЦИЯ ТЕХНОЛОГИЙ

(предложена Н.К. Смирновым)

1. Медико-гигиенические технологии (МГТ)
2. Физкультурно-оздоровительные технологии (ФОТ).
3. Экологические здоровьесберегающие технологии (ЭЗТ).
4. Технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности (ТОБЖ).
5. Здоровьесберегающие образовательные технологии (ЗОТ)

- *организационно-педагогические технологии (ОПТ),* определяющие структуру учебного процесса, частично регламентированную в СанПиНах, способствующих предотвращению состояния переутомления, гиподинамии и других дезаптационных состояний;
- *психолого-педагогические технологии (ППТ),* связанные с непосредственной работой учителя на уроке, воздействием, которое он оказывает все 45 минут на своих учеников. Сюда же относится и психолого-педагогическое сопровождение всех элементов образовательного процесса;
- *учебно-воспитательные технологии (УВТ),* которые включают программы по обучению грамотной заботе о своем здоровье и формированию культуры здоровья учащихся, мотивации их к *ведению здорового образа жизни,* предупреждению вредных привычек, предусматривающие также проведение организационно-воспитательной работы со школьниками после уроков, просвещение их родителей.

Отдельное место занимают еще две группы технологий, включаемые во внеурочную работу школы:
- *социально адаптирующие и личностно-развивающие технологии (САЛРТ)* включают технологии, обеспечивающие формирование и укрепление психологического здоровья учащихся, повышение ресурсов психологической адаптации личности. Сюда относятся разнообразные социально-психологические тренинги, программы социальной и семейной педагогики, к участию в которых целесообразно привлекать не только школьников, но и их родителей, а также педагогов;
- *лечебно-оздоровительные технологии (ЛОТ)* составляют самостоятельные медико-педагогические области знаний: лечебную педагогику и лечебную физкультуру, воздействие которых обеспечивает восстановление физического здоровья школьников.
•

Системный подход реализации здоровьесберегающих технологий предполагает два важных условия решения этих проблем для достижения объединяющей их цели: сохранение и укрепление здоровья учащихся.

Первое - взаимосвязь проблем и путей их решения.
Второе - многоуровневая структура каждой из проблем, соответствующая характеру решаемых задач и распределению сфер ответственности.

МЕТОДЫ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ ПРИ РЕАЛИЗАЦИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ШКОЛЕ

Метод обучения	специфические	общепедагогические
Рассказ	+	+
Дидактический рассказ	+	+
Беседа	+	+
Лекция		+
Дискуссия		+
Работа с книгой		+
Демонстрация	+	+
Иллюстрация	+	+
Видео метод	+	+
Упражнения	+	+
Наглядность		+
Лабораторный метод		+
Практический метод	+	+
Познавательная игра		+
Методы программированного обучения		+
Обучающий контроль		+
Ситуационный метод	+	+
Игровой метод	+	+
Соревновательный метод	+	+
Активные методы обучения	+	
Образовательные программы	+	

В структуре метода выделяют ***приемы***, как составную часть, отдельный шаг в реализации метода

Приемы можно классифицировать следующим образом:

- защитно-профилактические (личная гигиена и гигиена обучения);
- компенсаторно-нейтрализующие (физкультминутки, оздоровительная, пальчиковая, корригирующая, дыхательная и др. гимнастика, лечебная физкультура; массаж: самомассаж; психогимнастика, тренинг, позволяющие частично нейтрализовать стрессовые ситуации);
- стимулирующие (элементы закаливания, физические нагрузки, приемы психотерапии, фитотерапии и др.);
- информационно-обучающие (письма, адресованные родителям, учащимся, педагогам).

Использование методов и приемов зависит от многих условий:

- от профессионализма педагога,
- от его личной заинтересованности,
- от уровня на котором используется технология.

СРЕДСТВА, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ ПРИ РЕАЛИЗАЦИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ

1) средства двигательной направленности;
2) оздоровительные силы природы;
3) гигиенические факторы;
4) факторы становления ценностного отношения к здоровью.

СТРУКТУРА ПРОЦЕССА ОБУЧЕНИЯ ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ

Обучение в условиях здоровьесберегающей педагогики включает в себя передачу компетенций, которые способствуют формированию представлений о здоровьесбережении и научат отличать здоровый образ жизни от нездорового.

1. Этап начального ознакомления с основными понятиями и представлениями

Цель - сформировать у ученика основы здорового образа жизни и добиться выполнения элементарных правил здоровьесбережения,

Основные задачи:

Сформировать смысловое представление об элементарных правилах здоровьесбережения.

Создать элементарные представления об основных понятиях здорового образа жизни.

Добиться выполнения элементарных правил здоровьесбережения (на уровне первоначального умения).

Предупредить непонимание основных понятий здорового образа жизни.

Решение этих задач осуществляется поочередно. Представления об элементарных правилах здоровьесбережения формируются в результате объяснения педагогом, восприятия показываемых движений комплексов физкультминуток, утренней гигиенической гимнастики, просмотра наглядных пособий, анализа собственных мышечных и других ощущений, возникающих при первых попытках выполнения комплексов, наблюдений за действиями других

2. Этап углубленного изучения

Цель - сформировать полноценное понимание основ здорового образа жизни.

Основные задачи:

- Уточнить представление об элементарных правилах здоровьесбережения.
- Добиться сознательного выполнения элементарных правил здоровьесбережения.
- Формировать практически необходимые знания, умения, навыки, рациональные приемы мышления и деятельности.

3. Этап закрепления знаний, умений и навыков по здоровьесбережению и дальнейшего их совершенствования

Цель — умение перевести в навык, обладающий возможностью его целевого использования.

- Основные задачи:
- Добиться стабильности и автоматизма выполнения правил здоровьесбережения.
- Добиться выполнения правил здоровьесбережения в соответствии с требованиями их практического использования.
- Обеспечить вариативное использование правил здорового образа жизни в зависимости от конкретных практических обстоятельств.