

**Здоровьесберегающие
технологии в
образовательном
процессе.**

Школьные факторы риска по убыванию значимости и силы влияния на здоровье учащихся:

- 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.

В педагогической литературе здоровьесберегающие технологии определяются следующим образом:

- По мнению **В.В. Серикова**, здоровьесберегающие педагогические технологии должны обеспечить развитие природных способностей ребенка: его ума, нравственных и эстетических чувств, потребности в деятельности, овладении первоначальным опытом общения с людьми, природой, искусством.

«Здоровьеформирующие образовательные 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.

Здоровьесберегающая технология, по мнению **В.Д. Сонькина**, - это:

- условия обучения ребенка в школе (отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания);
- рациональная организация учебного процесса (в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями);
- соответствие учебной и физической нагрузки возрастным возможностям ребенка;
- необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим.

Основополагающие принципы

здоровьесберегающих

технологий:

- 1. Создание образовательной среды, обеспечивающей снятие всех стрессообразующих факторов учебно-воспитательного процесса.
- 2. Творческий характер образовательного процесса.
- 3. Обеспечение мотивации образовательной деятельности.
- 4. Построение учебно-воспитательного процесса в соответствии с закономерностями становления психических функций.
- 5. Осознание ребенком успешности в любых видах деятельности.
- 6. Рациональная организация двигательной активности.
- 7. Обеспечение адекватного восстановления сил.

Здоровьесберегающие технологии, применяемые в учебно-воспитательном процессе, можно разделить на четыре

1. Технологии, обеспечивающие физически оптимальные условия образовательного процесса.
2. Технологии оптимальной организации учебного процесса и физической активности школьников.
3. Разнообразные психолого-педагогические технологии, используемые на уроках и во внеурочной деятельности педагогами и воспитателями.
4. Образовательные технологии здоровьесберегающей направленности.

Критерии здоровьесбережения на уроке.

- Обстановка и гигиенические условия в классе.
- Количество видов учебной деятельности.
- Средняя продолжительность и частота чередования видов деятельности.
- Количество видов преподавания.
- Чередование видов преподавания.
- Наличие и место методов, способствующих активизации.
- Место и длительность применения ТСО.
- Поза учащегося, чередование позы.
- Наличие, место, содержание и продолжительность на уроке моментов оздоровления.
- Наличие мотивации деятельности учащихся на уроке.
- Эмоциональные разрядки на уроке.
- Психологический климат на уроке.
- Момент наступления утомления и снижения учебной активности.
- Темп окончания урока.

Технологии оптимальной организации учебного процесса и физической активности школьников.

- Правило 1. Правильная организация урока.
- Правило 2. Использование всех каналов восприятия.
- Правило 3. Учет зоны работоспособности учащихся. Распределение интенсивности умственной деятельности.
- Правило 4. Уместное и правильное применение физкультпауз.

Психолого-педагогические технологии здоровьесбережения.

- Снятие эмоционального напряжения.
- Создание благоприятного психологического климата на уроке.
- Охрана здоровья и пропаганда здорового образа жизни.

Образовательные технологии здоровьесберегающей направленности.

- Педагогика сотрудничества.
- Технологии развивающего обучения.
- Технология уровневой дифференциации обучения на основе обязательных результатов, (В. В. Фирсов).
- Технология психологического сопровождения, (М.Ю. Громов и Н.К. Смирнов).
- Технология раскрепощённого развития детей, (В. Ф. Базарный).