

# ЗДОРОВЬЕ СБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ



ВЫПОЛНИЛ: БЕДНОВ П.А., УЧИТЕЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ,<sup>1</sup>  
МБОУ «СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 36»

# ПЛАН

---

- ◆ Что такое Здоровьесберегающие технологии и зачем они нужны
- ◆ Здоровьесберегающие требования, предъявляемые к методике, средствам обучения и подходам к образовательному процессу
- ◆ Положения здоровьесформирующего образования урока физической культуры в школе
- ◆ Перечень внутришкольных факторов, представляющих потенциальную угрозу для здоровья учащихся
  1. Гигиенические условия, факторы
  2. Учебно-организационные факторы
  3. Психолого-педагогические факторы
- ◆ Критерием здоровьесберегающих качеств образовательных технологий

# ЧТО ТАКОЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ И ЗАЧЕМ ОНИ НУЖНЫ

**Здоровьесберегающие технологии** – это совокупность приёмов, методов, методик, средств обучения и подходов к образовательному процессу.

## **Цель здоровьесберегающей педагогики**

Обеспечить выпускнику школы высокий уровень реального здоровья, вооружив его необходимым багажом знаний, умений и навыков, необходимых для ведения здорового образа жизни, и воспитав у него культуру здоровья. Если забота о здоровье учащихся является одним из приоритетов работы всего педагогического коллектива и осуществляется на профессиональной основе, то только тогда можно говорить о реализации в школе здоровьесберегающих технологий, и результатом их внедрения будет защита здоровья учащихся и педагогов от воздействия негативных факторов в первую очередь связанных с образовательным процессом.



# ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ, ПРЕДЪЯВЛЯЕМЫЕ К МЕТОДИКЕ, СРЕДСТВАМ ОБУЧЕНИЯ И ПОДХОДОВ К ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМУ ПРОЦЕССУ

- ❖ Учёт индивидуальных особенностей ребёнка.
- ❖ Привитие знаний ребёнку в умении самостоятельно защищать себя от стрессов, обид, оскорблений, обучение его средствам психологической защиты.
- ❖ Не допускать чрезмерной изнуряющей физической, эмоциональной, интеллектуальной нагрузки при освоении учебного материала.
- ❖ Обеспечение такого подхода к образовательному процессу, который гарантировал бы поддержание только благоприятного морально-психологического климата в коллективе.



# ПОЛОЖЕНИЯ ЗДОРОВЬЕФОРМИРУЮЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ УРОКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ШКОЛЕ:

- ❖ *Создание такой общеобразовательной программы, которая формирует и обеспечивает здоровье учащихся*
- ❖ *Создание условий для заинтересованного отношения к учебе*
- ❖ *Включение в процесс занятий элементов активного отдыха*
- ❖ *Обеспечение необходимых гигиенических условий в учебных помещениях*



ПЕРЕЧЕНЬ ВНУТРИШКОЛЬНЫХ ФАКТОРОВ,  
ПРЕДСТАВЛЯЮЩИХ ПОТЕНЦИАЛЬНУЮ УГРОЗУ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ  
УЧАЩИХСЯ:

---

- ❖ **Гигиенические условия, факторы**
- ❖ **Учебно-организационные факторы**
- ❖ **Психолого-педагогические факторы**



# ГИГИЕНИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ, ФАКТОРЫ:

- ❖ шум
- ❖ освещенность
- ❖ воздушная среда
- ❖ размер помещений, кубатура
- ❖ дизайн, цвет стен (видеоэкологические факторы)
- ❖ используемые стройматериалы, краска
- ❖ мебель: размеры, размещение в помещении
- ❖ видеоэкранные средства - компьютеры, телевизоры
- ❖ пищеблок: ассортимент, качество пищи, организация питания
- ❖ . качество питьевой воды, используемой в школе
- ❖ экологическое состояние прилегающей к школе территории
- ❖ состояние сантехнического оборудования.

# **УЧЕБНО-ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ ФАКТОРЫ (ЗАВИСЯЩИЕ В БОЛЬШЕЙ СТЕПЕНИ ОТ АДМИНИСТРАЦИИ ШКОЛЫ):**

- ❖ объем учебной нагрузки, ее соответствие возрастным и индивидуальным возможностям школьника
- ❖ расписание уроков, распределение нагрузки по дням, неделям, в учебном году
- ❖ организационно-педагогические условия проведения урока (плотность, чередование видов учебной деятельности, проведение физкультминуток, упражнений для зрения и т.п.)
- ❖ объем физической нагрузки - по дням, за неделю, за месяц (на уроках физкультуры, на переменах, во внеучебное время)
- ❖ особенности устава школы и норм жизни школы
- ❖ медицинское и психологическое обеспечение школы
- ❖ участие родителей учащихся в жизни школы
- ❖ стиль управления администрации, характер отношений «по вертикали»
- ❖ психологический климат педагогического коллектива, характер отношений «по горизонтали»
- ❖ интегрированность школы в окружающий социум, влияние администрации района и других организаций на жизнь школы
- ❖ наличие/отсутствие системы работы по формированию культуры здоровья и здорового образа жизни учащихся
- ❖ позиция и уровень компетентности руководства по вопросам сохранения и укрепления здоровья учащихся.

# **ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ (ЗАВИСЯЩИЕ В БОЛЬШЕЙ СТЕПЕНИ ОТ УЧИТЕЛЯ):**

- ❖ психологический климат в классе, на уроке, наличие эмоциональных разрядок
- ❖ стиль педагогического общения учителя с учащимися
- ❖ характер проведения опросов и экзаменов, проблема оценок
- ❖ степень реализации учителем индивидуального подхода к ученикам (особенно, группы риска)
- ❖ особенности работы с «трудными подростками» в классе
- ❖ соответствие используемых методик и технологий обучения возрастным и функциональным возможностям школьников
- ❖ степень ограничений в свободе естественных телесных, эмоциональных и мыслительных проявлений учащихся на уроках (и вообще во время пребывания в школе)
- ❖ личные, психологические особенности учителя, его характера, эмоциональных проявлений
- ❖ состояние здоровья учителя, его образ жизни и отношение к своему здоровью
- ❖ обременение учителя собственными проблемами, его способность психоэмоционального переключения
- ❖ степень педагогической автономии и возможности инновационной деятельности учителя
- ❖ профессиональная подготовленность учителя по вопросам здоровьесберегающих образовательных технологий.

# КРИТЕРИЕМ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ КАЧЕСТВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

---

Критерием здоровьесберегающих качеств образовательных технологий при решении с их помощью защиты от патогенных факторов будет наличие или отсутствие ухудшения здоровья учащихся и педагогов, находящееся в очевидной связи с воздействием таких факторов. Это согласуется со сложившейся у нас практикой работы системы здравоохранения (обращаться к врачам надо только тогда когда заболеешь), но вступает в противоречие с принципами профилактической медицины и концепцией здоровья, принятой Всемирной организацией здравоохранения, согласно которой здоровье - не только отсутствие болезни, но и состояние полного физического, психического и социального благополучия.