

«Здоровьесберегающие образовательные технологии в школе».

Если нельзя вырастить ребенка, чтобы он совсем не болел, то, во всяком случае, поддерживать его высокий уровень здоровья вполне возможно”.

Академик, хирург Н.М.

Амосов.

Выполнила: Плужникова В.Н.,
учитель географии

МОУ СОШ №21 г.Вереяково

Классификация здоровьесберегающих технологий:

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) подразделяются на 3 три подгруппы:*
 - организационно-педагогические технологии (ОПТ),
 - психолого-педагогические технологии (ПИТ),
 - учебно-воспитательные технологии (УВТ)

При сохранении здоровья школьников, целесообразно обратить внимание на следующие аспекты урока:

- Гигиенические условия в классе (кабинете);
- Число видов учебной деятельности, используемых учителем;
- Средняя продолжительность и частота чередования различных видов учебной деятельности;
- Число использованных учителем видов преподавания;
- Средняя продолжительность и частота чередования различных видов учебной деятельности.
- Чередование видов преподавания;
- Использование методов, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения учащихся;
- Умение учителя использовать возможности показа видеоматериалов;
- Позы учащихся и их чередование в зависимости от характера выполняемой работы;
- Физкультминутки и физкультпаузы;
- Включение в содержательную часть урока вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни;
- Наличие у учащихся мотивации к учебной деятельности на уроке;
- Благоприятный психологический климат на уроке;
- Преобладающее выражение лица учителя;
- Момент наступления утомления учащихся и снижения их учебной активности;
- Темп и особенности окончания урока;
- Состояние и вид учеников, выходящих с урока.



Гигиенические условия в классе

- чистота,
- температура и свежесть воздуха,
- рациональность освещения класса и доски,
- наличие/отсутствие монотонных, неприятных раздражителей и т. п.



Следует отметить, что утомляемость школьников и риск аллергических расстройств в немалой степени зависят от соблюдения этих простых условий.

Число видов учебной деятельности, используемых учителем:



Нормой считается 4-7 видов за урок. Однообразность урока способствует утомляемости школьников. Вместе с тем вам необходимо помнить, что частая смена одной деятельности на другую требует от учащихся дополнительных адаптационных усилий. Это также способствует росту утомляемости.

- опрос учащихся,
- письмо,
- чтение,
- слушание,
- рассказ,
- рассматривание наглядных пособий,
- ответы на вопросы,
- решение примеров, задач,
- практические занятия и т. д.



Средняя продолжительность и частота чередования различных видов учебной деятельности



- ▣ Ориентировочная норма: 7-10 минут.

Число использованных учителем видов преподавания:

□ СЛОВЕСНЫЙ,



□ НАГЛЯДНЫЙ,



□ АУДИОВИЗУАЛЬНЫЙ,

□ САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА И ДР.



Норма - не менее трех за урок.

Чередование видов преподавания

- не позже чем через 10-15 минут.



**Использование методов,
способствующих активизации
инициативы и творческого
самовыражения учащихся, которые
позволяют им превратиться в
субъекты деятельности. Это:**

- методы свободного выбора (свободная беседа, выбор действия, его способа, выбор приемов взаимодействия, свобода творчества и т.д.);
- активные методы (ученики в роли учителя, чтение действием, обсуждение в группах, ролевая игра, дискуссия, семинар и др.);
- методы, направленные на самопознание и развитие (интеллекта, эмоций, общения, воображения, самооценки и взаимооценки) и др.



Умение учителя использовать возможности показа видеоматериалов



- для инсценирования дискуссии,
- обсуждения, привития интереса
- к познавательным программам, т.е. для взаимосвязанного решения как учебных, так и воспитательных задач.



Позы учащихся и их чередование в зависимости от характера выполняемой работы.



- Степень естественности позы школьников на уроке может служить хорошим индикатором психологического воздействия учителя, степени его авторитаризма: механизм здоровьеразрушающего воздействия авторитарного учителя состоит, в частности, в том, что дети на его уроках избыточно напряжены.

- Эта изматывающая ситуация не только резко повышает уровень невротизации школьников, но и губительно отражается на их характере.



Физкультминутки и физкультпаузы

- Физкультминутки и физкультпаузы являются обязательной составной частью урока. Необходимо обратить внимание на их содержание и продолжительность (норма - на 15-20 минут урока по 1 минуте из трех легких упражнений с 3-4 повторениями каждого), а также эмоциональный климат во время выполнения упражнений и наличие у школьников желания их выполнять.



Включение в содержательную часть урока вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни.



- Положительной оценки заслуживает включение в содержательную часть урока вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни. Умение учителя выделить и подчеркнуть вопросы, связанные со здоровьем, является одним из критериев его педагогического профессионализма.

Наличие у учащихся мотивации к учебной деятельности на уроке:

- интерес к занятиям,
- стремление больше узнать,
- радость от активности,
- интерес к изучаемому материалу и т.п.



- Оценивается уровень этой мотивации и методы ее повышения, используемые учителем.


Благоприятный психологический климат на уроке.

Благоприятный психологический климат на уроке служит одним из показателей успешности его проведения: заряд положительных эмоций, полученных школьниками и самим учителем определяет позитивное воздействие школы на здоровье.



Преобладающее выражение лица учителя.

Урок неполноценен, если на нем не было эмоционально-смысловых разрядок:

- улыбок, 
- уместных остроумных шуток,
- использования поговорок,
- афоризмов с комментариями,
- музыкальных минуток и т.д.



Момент наступления утомления и снижения их учебной активности.



- ▣ Определяется в ходе наблюдения за возрастанием двигательных и пассивных отвлечений школьников в процессе учебной работы.
- ▣ Норма - не ранее чем за 5-10 минут до окончания урока.



Темп и особенности окончания урока.



Желательно, чтобы завершение урока было спокойным:

- учащиеся имели возможность задать учителю вопросы,
- учитель мог прокомментировать задание на дом,
- попрощаться со школьниками.



Состояние и вид учеников, выходящих с урока.



- Интегральным показателем эффективности проведенного занятия можно считать **состояние и вид учеников, выходящих с урока.**
- Стоит обратить внимание и на состояние учителя.



Таким образом, все используемые на уроке учителем технологии, педагогические приемы могут быть оценены по критерию влияния их на здоровье учащихся.

«Здоровье необходимо. Это базис счастья...Добыть здоровье проще, чем счастье».

**Академик, хирург Н.М.
Амосов.**

Использовались материалы:

- ▣ Н.К.Смирнов.
Здоровьесберегающие
образовательные технологии и
психология здоровья в школе.
Издательство «АРКТИ», 2006 г.,
с.319
- ▣ <http://office.microsoft.com/ru-ru>,
- ▣ <http://fantasyflash.ru>