

РАЙОННЫЙ КРУГЛЫЙ СТОЛ «НАШИ УЧЕНИКИ – БУДУЩИЕ ЧЕМПИОНЫ»

31.01.2013

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

# НОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ И ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ, ОРИЕНТИРОВАННЫЕ НА ДОСТИЖЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ЦЕЛЕЙ ЧЕРЕЗ СПОРТ



Учитель начальных классов  
ГБОУ школа № 489

***Соколова Светлана Николаевна***

---

Наиболее важной задачей учителя является работа с учащимися в соответствии с их уровнем физической подготовленности

## **Используемые образовательные технологии**

- ✓ Здоровьесберегающие
- ✓ Дифференцированный подход
- ✓ Деятельностный подход
- ✓ Компьютерные (ИКТ)





# ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ



**Здоровьесберегающие технологии** – это совокупность приёмов, методов, методик, средств обучения и подходов к образовательному процессу. При котором выполняются как минимум 4 требования:

*(Из Устава Всемирной организации здравоохранения)*

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

## **Обоснование актуальности проблемы:**

*В современном обществе остро стоит проблема низкого уровня физического развития учащихся и физического здоровья участников образовательного процесса. Школьное образование в наши дни предъявляет большие требования к здоровью учащихся. Поэтому сейчас, как никогда, актуальны здоровьесберегающие технологии в учебно-воспитательном процессе. Несмотря на то, что здоровье подрастающего поколения всегда было в центре внимания школы и общественности, сегодня как никогда здоровьесбережение становится актуальным. По данным диспансеризации, проведенной Министерством здравоохранения в 2010 г. около 60 % учащихся страдают хроническими заболеваниями. За период школьного обучения у детей в 5 раз возрастает частота нарушения органов зрения, в 3 раза – патология пищеварения и мочеполовой системы, в 5 раз – нарушение осанки, в 4 раза – нервно-психических расстройств. Отмечена прямая связь между школьными нагрузками и состоянием здоровья: у многих учащихся ухудшается самочувствие к концу учебного дня, более 60 % учащихся плохо засыпают (сказываются учебные перегрузки: после 6 – 7, а в старших классах зачастую и 8 уроков на выполнение домашних заданий многие школьники тратят 2,5 – 3 часа ежедневно). На лицо нервное переутомление, которое хронически накапливаясь приводит и к подрыву здоровья, и к падению интереса к учебе. Анализ динамики нервно-психического здоровья детей в школьный период показывает, что абсолютно здоровыми и оптимально адаптированными можно считать 1/3 первоклассников, к шестому году обучения таких детей становится около 22 %. Преобладание статических нагрузок способствует сокращению объема произвольной двигательной активности детей. 75% времени школьника занимает учебная деятельность.*

*Здоровье - это состояние полного духовного, физического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.*

# НАИБОЛЕЕ ПОЛНО ВЗАИМОСВЯЗЬ МЕЖДУ ОБРАЗОМ ЖИЗНИ И ЗДОРОВЬЕМ ВЫРАЖАЕТСЯ В ПОНЯТИИ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ (ЗОЖ).

В современной науке и методике образ жизни определяется как биосоциальная категория, интегрирующая определенные представления об определенном типе жизнедеятельности человека и характеризующая его трудовой деятельностью, бытом, формой удовлетворения материальных и духовных потребностей, правилами индивидуального и общественного поведения. Образ жизни индивида весьма разнообразен, но в основном основывается на трех категориях:

- уровень жизни;
- качество жизни;
- стиль жизни.

Уровень жизни – это больше социально-экономическая категория, олицетворяющая собой степень удовлетворения материальных, духовных и культурных потребностей человека.

Качество жизни – степень комфорта в удовлетворении человеческих потребностей. Это преимущественно социальная категория.

Стиль жизни – социально-психологическая категория, характеризующая поведенческие особенности жизни человека. Это определенный стандарт, под который подстраивается психология и психофизиология личности.

Здоровье человека, в первую очередь, зависит от стиля жизни. Он определяется историческими и национальными традициями (менталитет) и личностными наклонностями (образ). Этнокомпонент в здоровом образе жизни играет немаловажную роль в формировании определенных мыслей, чувств, действий детей.

В основе формирования ЗОЖ лежат как биологические, так и социальные принципы. К биологическим принципам относятся: учет возрастных особенностей детей, последовательность, ритмичность, ведение здорового образа жизни и т.д. К социальным принципам ЗОЖ относятся: эстетичность, нравственность, воспитание воли, самоограничение и т. д.

По современным представлениям, в понятие ЗОЖ входят следующие:

- отказ от вредных привычек, пристрастий (курение, употребление алкоголя, наркотических веществ);
- оптимальный двигательный режим;
- рациональное питание;
- закаливание;
- личная гигиена;
- положительные эмоции.



---

При использовании **индивидуально-дифференцированного подхода**, делаю акцент на:

- работу в индивидуальном темпе;
- Использованию источников информации;
- возможности обратиться за помощью;
- отсутствию страха ошибок;
- положительную мотивацию, сознательное отношение к учебной деятельности;
- высказыванию и аргументированию своего мнения.

### **Компьютерные технологии(ИКТ)**

- представление в удобном для изучения масштабе различных процессов двигательных действий (физминутки). С презентацией «Веселая зарядка», ученики повторяют двигательные действия вместе с экранными животными ;
- использование компьютера для формирования у школьника правильного представления о технике двигательного действия;
- готовят и выполняют презентации по темам: «Здоровье-это здорово!», «Вредные привычки», «Здоровье человека», «Спортсмены нашего города», по отдельным видам спорта.



- - Новые технологии должны удовлетворять принципам здоровьесбережения, которые сформулировал Н. К. Смирнов:
    - «Не навреди!» — все применяемые методы, приемы, используемые средства должны быть обоснованными, проверенными на практике, не наносящими вреда здоровью ученика и учителя.
    - Приоритет заботы о здоровье учителя и учащегося — все используемое должно быть оценено с позиции влияния на психофизиологическое состояние участников образовательного процесса.
  - 
  - Непрерывность и преемственность — работа ведется не от случая к случаю, а каждый день и на каждом уроке.
  - Субъект - субъектные взаимоотношения — учащийся является непосредственным участником здоровьесберегающих мероприятий и в содержательном, и в процессуальном аспектах.
  - Соответствие содержания и организации обучения возрастным особенностям учащихся — объем учебной нагрузки, сложность материала должны соответствовать возрасту учащихся.
  - Комплексный, междисциплинарный подход — единство в действиях педагогов, психологов и врачей.
  - Успех порождает успех — акцент делается только на хорошее; в любом поступке, действии сначала выделяют положительное, а только потом отмечают недостатки.
  - Активность — активное включение, а любой процесс снижает риск переутомления.
  - **Ответственность за свое здоровье** — у каждого ребенка надо стараться сформировать ответственность за свое здоровье, только тогда он реализует свои знания, умения и навыки по сохранности здоровья. Перед любым учителем неизбежно встает задача качественного обучения предмету, что совершенно невозможно без достаточного уровня мотивации школьников. В решении означенных задач и могут помочь здоровьесберегающие технологии.
- Следует отметить, что все здоровьесберегающие технологии, применяемые в учебно-воспитательном процессе, можно разделить на три основные группы:
- технологии, обеспечивающие гигиенически оптимальные условия образовательного процесса;
  - технологии оптимальной организации учебного процесса и физической активности школьников;
  - разнообразные психолого-педагогические технологии, используемые на уроках и во внеурочной деятельности педагогами и воспитателями.



- 
- Использую **здоровьесберегающие** технологии, при которых решаю следующие задачи:
  - 
  - ✓ использование методики чередования интенсивности и релаксации в обучении;
  - ✓ использование принципа наглядности, постепенности, доступности нагрузки с учётом возрастных особенностей учащихся;
  - ✓ учёт физической подготовленности детей и развития физических качеств;
  - ✓ построение урока с учётом динамичности учащихся, их работоспособности;
  - ✓ соблюдение гигиенических требований;
  - ✓ благоприятный эмоциональный настрой;
  - ✓ создание комфортности.
  -



- 
- Итак, внедрение здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательный процесс школы – это одно из самых рациональных решений сложившихся проблем в образовании.
  - Применение новых технологий в системе здоровьесберегающего учебно-воспитательного процесса приведет к нормализации, грамотности применения новейших методов и форм работы в образовании детей.