**Здоровьесберегающие технологии и современная система образования.**

 [**Представление о здоровьесберегающих образовательных технологиях**](http://do.gendocs.ru/c%3A%5C%D1%81%D0%B0%D0%B9%D1%82%5Cdswmedia%5C).

В условиях, когда образование стало всеобщим, а профессия учителя массовой, надеяться на индивидуальное мастерство педагога становится всё труднее. Поэтому в настоящее время педагоги и методисты ведут активные поиски дидактических средств, которые могли бы сделать процесс обучения похожим на хорошо отлаженный механизм. Ещё Я.А.Каменский стремился найти такой общий порядок обучения, при котором оно осуществлялось бы по единым законам человека и природы. Тогда обучение не потребовало бы иного, кроме искусного распределения времени, предметов и методов. Об актуальности такого подхода к образованию – технологического, с которым методисты, педагоги обращаются к новым для них понятиям – педагогические технологии, технологии обучения, образовательные технологии .

Определить понятие «здоровьесберегающие образовательные технологии» представляется корректным, исходя из «родового» понятия «образовательные технологии». Если последние отвечают на вопрос «как учить?» , то логичным окажется ответ: так, чтобы не наносить вред здоровью субъектов образовательного процесса – учащихся и педагогов. Тогда и другие отличительные особенности технологии от методики – воспроизводимость, устойчивость, результатов, отсутствие многих «если» (если талантливый учитель, талантливые дети, богатая школа и т.п.) отражают приоритет принципа «Не навреди!». Технология проектируется исходя из конкретных условий и ориентируясь на заданный, а не предполагаемый результат. Поэтому проектирование здоровьесберегающей образовательной среды надо рассматривать в качестве важнейшего элемента работы по сохранению и укреплению здоровья учащихся.

Термин «здоровьесберегающие образовательные технологии» (далее – ЗОТ) можно рассматривать и как качественную характеристику любой образовательной технологии, её «сертификат безопасности для здоровья», и как совокупность тех принципов, приёмов, методов педагогической работы, которые дополняя традиционные технологии обучения и воспитания, наделяют их признаком здоровьесбережения*.*

Близкими к ЗОТ являются медицинские технологии профилактической работы, проводимой в образовательных учреждениях. Примерами такой работы служит вакцинация учащихся, контроль за сроками прививок, выделение групп медицинского риска и т.п. Эта деятельность также направлена на сохранение здоровья школьников, профилактику инфекционных и других заболеваний, но уже не с помощью образовательных технологий.

Существует немало возможностей конструктивного взаимодействия педагогов и медиков в их совместной работе по сохранению и укреплению здоровья учащихся. Так, в примере с реализацией медицинских мероприятий по вакцинации, педагогический коллектив школы может обеспечить психолого-педагогическое сопровождение этих, не самых любимых детьми процедур. Известно, что эффект для здоровья любой медицинской манипуляции в немалой степени определяется отношением к ней пациента, его ожиданиями. Исследования показывают, что количество осложнений, гиперреакций на введение вакцины можно значительно сократить, если предварительно сформировать у детей необходимую установку, что достигается психолого-педагогическими методами.

Медицинский подход к здоровьесбережению, реализуемый в рамках профилактического направления, от психолого-педагогического отличается не только методами и профессиональной подготовкой специалистов, но и тем, что освобождает человека от ответственности за своё здоровье, передавая эту ответственность врачу, медицине.

**«Производство» школьника – его парта, класс, деятельность – учёба. Задача руководства управления образования, директора школы, учителя – по возможности защитить тело и психику ребёнка в школе от воздействия как очевидно травмирующих факторов, так и тех, эффект которых проявляется на психологическом здоровье ребенка.**

 Состояние здоровья российских школьников вызывает серьезную тревогу специалистов. Наглядным показателем неблагополучия является  то, что  здоровье школьников ухудшается по сравнению с их сверстниками  двадцать или тридцать лет назад. При этом наиболее значительное увеличение частоты всех классов болезней происходит в возрастные периоды, совпадающие с получением ребенком общего среднего образования.

Здоровье ребенка, его социально-психологическая адаптация, нормальный рост и развитие во многом определяются средой, в которой он живет. Для ребенка от 6 до 17 лет этой средой является система образования, т.к. с пребыванием в учреждениях образования связаны более 70% времени его бодрствования. В то же время в этот период происходит наиболее интенсивный рост и развитие, формирование здоровья на всю оставшуюся жизнь, организм ребенка наиболее чувствителен к экзогенным факторам окружающей среды.

 Школьная образовательная среда порождает факторы риска нарушений  здоровья, с действием которых связано 20-40 % негативных влияний, ухудшающих здоровье детей школьного возраста. Исследования позволяют выделить факторы риска , влияющие на здоровье учащихся:

1. Стрессовая педагогическая тактика;
2. Несоответствие методик и технологий обучения возрастным и функциональным возможностям школьников;
3. Несоблюдение элементарных физиологических и гигиенических требований к организации учебного процесса;
4. Недостаточная грамотность родителей в вопросах сохранения здоровья детей;
5. Провалы в существующей системе физического воспитания;
6. Интенсификация учебного процесса;
7. Функциональная неграмотность педагога в вопросах охраны и укрепления здоровья;
8. Частичное разрушение служб школьного медицинского контроля;
9. Отсутствие системной работы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни.

Таким образом, традиционная организация образовательного процесса создает у школьников постоянные стрессовые перегрузки, которые приводят к поломке механизмов саморегуляции физиологических функций и способствуют развитию хронических болезней. В результате существующая система школьного образования имеет здоровьезатратный характер.
Анализ школьных факторов риска показывает, что большинство проблем здоровья учащихся создается и решается в ходе ежедневной практической работы учителей, т.е. связано с их профессиональной деятельностью. Поэтому учителю необходимо найти резервы собственной деятельности в сохранении и укреплении здоровья учащихся. .

**Принципы здоровьесбережения.**

Проблемы сохранения здоровья учащихся стали особенно актуальными на современном этапе. Кризисные явления в обществе способствовали изменению мотивации образовательной деятельности у учащихся, снизили их творческую активность, замедлили их физическое и психическое развитие, вызвали отклонения в их социальном поведении.
В создавшейся обстановке естественным стало активное использование педагогических технологий, нацеленных на охрану здоровья школьников. ЗОТ должны удовлетворять принципам здоровьесбережения:

•   *«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.

***7.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.

Рассмотрим эти группы здоровьесберегающих технологий.

**1.Технологии, обеспечивающие гигиенически оптимальные условия образовательного процесса**
От правильной организации урока, уровня его рациональности во многом зависят функциональное состояние школьников в процессе учебной деятельности, возможность длительно поддерживать умственную работоспособность на высоком уровне и предупреждать преждевременное наступление утомления.
Нельзя забывать и о гигиенических условиях урока, которые влияют на состояние здоровья учащихся и учителя.

**2.Технологии оптимальной организации учебного процесса и физической активности школьников**
Нужно выделить четыре основных правила построения урока с позиции здоровьесберегающих технологий.

***Правило 1. Правильная организация урока***
*Во-первых,*это учет всех критериев здоровьесбережения на рациональном уровне. *Во-вторых,*главная цель учителя - научить ученика запрашивать необходимую информацию и получать требуемый ответ. А для этого необходимо сформировать у него интерес мотивацию к познанию, обучению, осознание того что он хочет узнать, готовность и умение задать (сформулировать) вопрос

***Правило 2. Использование каналов восприятия***

***(****аудиальное восприятие;*
*- визуальное восприятие;*
*- кинестетическое восприятие)*

.

***Правило 3*. Учет зоны работоспособности учащихся**

***Правило 4. Распределение интенсивности умственной деятельности***

и выраженными формами утомления.

*Утомление*— возникающее в результате работы временное ухудшение функционального состояния человека, выражающееся в снижении работоспособности, в неспецифических изменениях физиологичес­ких функций и в субъективном ощущении усталости. Но утомление не следует рассматривать только как отрицательный феномен. Это защитная, охранительная реакция организма, стимулятор его восстано­вительных процессов и повышения функциональных возможностей. Действительно, отрицательное влияние на организм оказывает постоянно возникающее и хроническое утомление, особенно перерастающее в переутомление.

**3. Психолого-педагогические технологии здоровьесбережения**

***Снятие эмоционального напряжения***

***Создание благоприятного психологического климата на уроке***
Пожалуй, одним из важнейших аспектов является именно психологический комфорт школьников во время урока. С одной стороны, таким образом решается задача предупреждения утомления учащихся, с другой — появляется дополнительный стимул для раскрытия творческих возможностей каждого ребенка.

Доброжелательная обстановка на уроке, спокойная беседа, внимание к каждому высказыванию, позитивная реакция учителя на желание ученика выра­зить свою точку зрения, тактичное исправление допущенных ошибок, поощрение к самостоятельной мыслительной деятельности, уместный юмор или небольшое историческое отступление — вот далеко не весь арсенал, которым может располагать педагог, стремящийся к раскрытию способностей каждого ребенка.

.

***Охрана здоровья и пропаганда здорового образа жизни.***

Охрана здоровья ребенка предполагает не только создание необходимых гигиенических и психологи­ческих условий для организации учебной деятельсти, но и профилактику различных заболеваний, а также пропаганду здорового образа жизни.

**Список литературы**

1. Бабанский Ю. К. «Методические основы оптимизации учебно-воспитательного процесса» 1982г. – 480 с.

2.Орехова В. А.Педагогика в вопросах и ответах: учебн. Пособие. – М.: КНОРУС, 2006.  С. 147

3.Смирнов Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. – М.: АПК и ПРО, 2002

**МБОУ «Карповская СОШ»**

**Доклад**

**Здоровьесберегающие технологии в школе**

**Выступление на школьном семинаре педагогов**

**Подготовила учитель русского языка и литературы Нестерова Л.А.**

 **2014 г.**