

здоровьесберегающего образовательного пространства, действующие системы, эффективные формы и технологии сохранения здоровья детей

Представление о здоровьесберегающих образовательных технологиях. Требования к уроку с позиций здоровьесбережения.

Скурстенис О.В.

«Именно в школьный период формируется здоровье человека на всю последующую жизнь. Многое здесь зависит от семейного воспитания, но учитывая, что дети проводят в школе значительную часть дня, заниматься их здоровьем должны, в том числе и педагоги»

**Национальная образовательная инициатива
«Наша новая школа»**

Здоровьесберегающие образовательные технологии:

совокупность всех используемых в образовательном процессе приёмов, технологий, не только оберегающих здоровье учащихся и педагогов от неблагоприятного воздействия факторов образовательной сферы, но и способствующих воспитанию у учащихся культуры здоровья.

Задача-минимум : создание условий обучения, воспитания, развития, которые не оказывают негативного воздействия на здоровье участников образовательного процесса.

Факторы, связанные с образовательным процессом:

- Гигиенические факторы
- Организационно – педагогические факторы
- Психолого-педагогические факторы

Гигиенические условия:

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

Учебно-организационные факторы :

- объем учебной нагрузки;
- расписание уроков;
- объем физической нагрузки;
- медицинское и психологическое обеспечение школы;
- участие родителей учащихся в жизни школы;
- психологический климат педагогического коллектива;
- 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.

факторы:

- психологический климат в классе, на уроке, наличие эмоциональных разрядок;
- стиль педагогического общения учителя с учащимися;
- условия проведения урока (плотность, чередование видов учебной деятельности, проведение физкультминуток, упражнений для зрения и т.п.)
- характер проведения опросов, проблема оценок;
- степень реализации учителем индивидуального подхода к ученикам;
- 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
- профессиональная подготовленность учителя по вопросам здоровьесберегающих образовательных технологий.

Задача-оптимум :

формирование у учащихся физического, психического, духовно-нравственного здоровья, воспитание у них культуры здоровья, действенной мотивации на ведение здорового образа жизни

Требования к уроку с позиций здоровьесбережения

1. Обстановка и гигиенические условия в классе (СанПиН 2.4.2.2821-10)
2. Количество видов учебной деятельности: 4 - 7 видов за урок. Средняя продолжительность -7-10 минут.
- 3 . Количество видов преподавания: словесный, наглядный, аудиальный, самостоятельная работа и т.д. - не менее трех. Чередование - не позже чем через 10-15 минут.
4. Распределение образовательной недельной нагрузка.

Наличие и выбор места на уроке методов, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения учащихся

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

Место и длительность применения ТСО

| классы | Просмотр статистических изображений | Телепередач | Динамических изображений на досках и экранах отраженного свечения | Работа на инд. компьютере | Прослушивание аудиозаписи | В наушниках |
|--------|-------------------------------------|-------------|---|---------------------------|---------------------------|-------------|
| 1 - 2 | 10 | 15 | 15 | 15 | 20 | 10 |
| 3 - 4 | 15 | 20 | 20 | 15 | 20 | 15 |

8. Осанка детей.

9. Наличие, место, содержание и продолжительность оздоровительных моментов на уроке.

10. Наличие в содержательной части урока вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни.

Наличие мотивации деятельности учащихся на уроке.

Внешняя мотивация: оценка, похвала, поддержка, соревновательный момент и т.п.

Внутренняя мотивация: стремление больше узнать, радость от активности, интерес к изучаемому материалу и т.п.

Психологический климат на уроке.

- Взаимоотношения на уроке: между учителем и учениками (комфорт - напряжение, сотрудничество – индивидуальные - фронтальные, учет возрастных особенностей);
- между учениками (сотрудничество - соперничество, дружелюбие - враждебность, заинтересованность - безразличие, активность - пассивность).

Эмоциональный климат урока

- Наличие на уровне эмоциональных разрядок: шутка, улыбка, юмористическая или поучительная картинка, поговорка, известное высказывание (афоризм) с комментарием, небольшое стихотворения, музыкальная минутка и т.п.

- Плотность урока - не менее 60% и не более 75 - 80%. Объем домашних заданий : во 2 - 3 классах - 1,5 ч, в 4 - 5 классах - 2 ч.
- Момент наступления утомления учащихся и снижения их учебной активности. Норма: не ранее 25-30 минут в 1 классе, 35-40 минут в начальной школе

Скурстенис Оксана Владимировна
учитель начальных классов
МОУ СОШ № 13
н.п. Высокий Мурманской области