

СОВРЕМЕННАЯ НАУЧНАЯ МЫСЛЬ
Международная научно-практическая конференция

*Таганашвили Лариса Гурамовна,
Таганашвили Юлия Гурамовна,
учителя начальных классов,
КГУ «Гимназия №8 имени М.Х. Дулати»,
г. Шымкент, Южно-Казахстанская область, Республика Казахстан*

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕНОЛОГИЙ
В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ С ЦЕЛЮ ФОРМИРОВАНИЯ
ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ШКОЛЬНИКОВ**

С первых дней независимости Президент Казахстана Нурсултан Абишевич Назарбаев, можно сказать, шаг за шагом ведет нашу страну, весь казахстанский народ к достижению конкретных результатов во всех отраслях жизни, к постоянному улучшению нашего благополучия. В своем очередном Послании Н. Назарбаев изложил основные положения «Казахстан-2050», которые предполагают, в основном, создание благоприятного климата для инноваций, повышение значения образования. Стратегия-2050 — еще одно подтверждение дальновидности и мудрости нашего Президента.

Национальная система образования ориентирована на развитие личностного потенциала подрастающего поколения, формирование у детей гуманных убеждений и опыта нравственного поведения через постижение общечеловеческих ценностей (любовь, добро, истина, красота, духовность...)

«Надо с малых лет учить ребенка добру, чтобы он наполнил свою душу милосердием и состраданием, вел праведный образ жизни. Если его мысли, слова и дела всегда чисты и святы, если сердце не осквернено гневом, язык неправдой, а тело не отягощено, не запятнано насильственными действиями, это и есть истинно человеческие ценности», - говорит Сара Алпыскызы, первая леди Республики Казахстан. «В здоровом теле- здоровый дух,» - гласит народная мудрость. Сегодня учителя современной школы, родители учащихся и врачи обеспокоены здоровьем учащихся, так как здоровье человека является высшей ценностью, основой жизни и благополучия человека. Формирование здорового образа жизни является важной частью учебного процесса.

Учитель новой школы – это духовно развитая, творческая личность, обладающая педагогическим даром и стремлением к новому, учитель, заботящийся не только о своем здоровье, но и целого поколения. Забота о здоровье детей является приоритетным направлением деятельности на уровне государства, поскольку лишь здоровые дети смогут полученные знания реализовать в своей деятельности, быть конкурентноспособным в быстроменяющемся мире. Поэтому сохранение здоровья

СОВРЕМЕННАЯ НАУЧНАЯ МЫСЛЬ

Международная научно-практическая конференция

в образовательном процессе можно рассматривать как государственную, общественную и личностную ценность. Для сохранения и укрепления здоровья детей внедряются здоровьесберегающие формы и технологий в педагогический процесс.

Здоровьесберегающий урок – это, прежде всего, урок, на котором учитель обеспечивает доброжелательную творческую атмосферу, высокую работоспособность учащихся, профилактику утомления, поддерживает внимание и интерес учащихся. Умение педагога отбирать, рационально использовать и чередовать формы, методы, приемы и способы обучения, позволяет учащимся легче переносить учебные нагрузки, снизить риск ухудшения здоровья. Рассмотрим основные требования к организации здоровьесберегающего урока.

1. Учитель обязан обеспечить комфортные гигиенические условия в классе, которые необходимы для сохранения здоровья и профилактики заболеваний учащихся.

2. Структура здоровьесберегающего урока должна состоять из различных элементов урока: цель урока определяет, от типа урока зависит его структура, при структурировании урока необходимо учитывать расход времени на различных этапах урока.

3. Учитель на уроке должен использовать разные методы преподавания. Число используемых методов на уроке должно быть не менее трех. Это могут быть словесный метод, наглядный метод, самостоятельная работа, работа с книгой, ИКТ и многие другие. Использование одного или двух методов преподавания ведет к потере у учащихся интереса, падению внимания и низкому уровню усвоения материала, делая тем самым урок малоэффективным и здоровьезатратным.

4. В тоже время необходимо соблюдать правило чередования методов преподавания. Методы целесообразно в среднем через 13 минут.

5. Сегодняшний день требует использование в процессе обучения технических средств. Учитель должен использовать ИКТ как дополнительную возможность инициирования дискуссии, обсуждения.

6. Хроническое утомление является одним из главных факторов истощения ресурсов здоровья. Проблема профилактики утомления учащихся на уроке актуальна для любого возраста учащихся. Все изменения в организме, связанные с утомлением, носят временный характер и исчезают при смене деятельности или в процессе отдыха. При правильно организованном здоровьесберегающем уроке дети сохраняют работоспособность в течение всего урока.

Исключить развитие утомления у учащихся на уроке практически невозможно, но использование в учебном процессе здоровьесберегающих методов, приемов и средств обучения поможет снизить утомляющее

СОВРЕМЕННАЯ НАУЧНАЯ МЫСЛЬ

Международная научно-практическая конференция

воздействие урока на организм ребенка. Подвижные упражнения, используемые для деления в группы как «Атом и молекулы», «Собери пазл», «Найди пару» и т.д., помогают снять усталость, напряжение и создать благоприятную атмосферу, которая является в нынешнее время особенно важным. Так же помогает провести оптимизацию учебной, психологической и физической нагрузки учащихся на уроках. Особое значение имеет комплекс упражнений в начальной школе: использование комплексов физических упражнений для снятия утомления с кисти рук и пальцев; гимнастика для глаз снижает напряжение зрительного анализатора, дыхательные упражнения общей направленности (разработанны А.Н. Стрельниковой).

7. Обязательный элемент здоровьесберегающего урока - физкультминутка. Двигательная активность – один из основных факторов, вызывающих и определяющих рост и развитие человека. Благоприятное влияние активного отдыха в виде физкультминуток между занятиями отмечали в своих исследованиях многие ученые. Очень важно, чтобы физкультминутки, помогающие снять усталость и напряжение у детей на уроке, были простыми, интересными, хорошо знакомыми. Физкультминутки могут быть тематическими, т. е. представлять собой набор физических упражнений, объединенных единым сюжетом, а также могут представлять собой последовательность 4-5 несложных упражнений для младших школьников.

8. Здоровьесберегающему уроку характерен определенный психологический климат урока. Он должен быть благоприятный как для учителя, так и для ученика. Во время урока необходимо создать доброжелательную атмосферу взаимодоверия, поддержки и успешности. Необходимо избегать стрессовых и напряженных ситуаций. Залог эффективности урока с позиций здоровьесбережения – создание ситуации успеха для каждого учащегося.

9. Педагог должен уметь снять эмоциональное напряжение на уроке. Использование игровых технологий, игровых обучающих программ, оригинальных заданий и задач, введение в урок исторических экскурсов и отступлений позволяют снять эмоциональное напряжение. Этот прием также позволяет решить одновременно несколько различных задач: обеспечить психологическую разгрузку учащихся, дать им сведения развивающего и воспитательного плана, показать практическую значимость изучаемой темы, побудить к активизации самостоятельной познавательной деятельности.

Новое качество образования может быть достигнуто лишь при создании определенных условий, направленных на сохранение и укрепление здоровья обучающихся. Все это требует от педагогов особых подхо-

СОВРЕМЕННАЯ НАУЧНАЯ МЫСЛЬ

Международная научно-практическая конференция

дов в образовании и воспитании, основанных на принципах здоровьесбережения. Знания по сохранению и развитию здоровья являются важной составляющей профессиональной компетентности современного учителя, который должен обладать широким спектром здоровьесберегающих образовательных технологий, чтобы иметь возможность выбирать те из них, которые обеспечат в определенных условиях успех конкретного обучающегося.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- 1. Митина Е.П. «Здоровьесберегающие технологии сегодня и завтра». – М., 2006.*
- 2. Селевко П.К. Современные образовательные технологии: Учебное пособие. – М.: Народное образование, 1998.*
- Науменко Ю.В. Здоровьесберегающая деятельность школы// Педагогика. – 2005.*
- 3. Здоровьесберегающая деятельность школы в учебно-воспитательном процессе: проблемы и пути их решения // Школа. – 2005.*