

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ПЕРЕКРЕСТОК: школа – семья – общество

Свистунова Елена Григорьевна,

доцент,

кафедры дошкольного и начального общего образования

ГОО ДПО ТО «ИПК и ППРО ТО»

г. Тула

ФОРМИРОВАНИЕ ПОТРЕБНОСТИ В ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ НА УРОКАХ ЭСТЕТИЧЕСКОГО ЦИКЛА

Аннотация. В статье рассматриваются проблемы формирования здорового образа жизни на уроках изобразительного искусства и музыки, пути решения задач развития потребности в здоровом образе жизни на предметах эстетического цикла.

Ключевые слова: формирование здорового образа жизни, здоровьесберегающие технологии, нравственное здоровье, сохранение и укрепление здоровья.

«...забота о здоровье ребенка – это не просто комплекс санитарно-гигиенических норм и правил... и не свод требований к режиму, питанию, труду, отдыху. Это, прежде всего забота о гармонической полноте всех физических и духовных сил, и венцом этой гармонии является радость творчества». В.А. Сухомлинский

Одной из центральных задач модернизации российского образования является построение здоровьесберегающего образования. В ст. 2 Закона РФ «Об образовании» одним из главных принципов государственной политики в области образования выдвигается приоритет жизни и здоровья человека.

По определению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) «Здоровье – это состояние физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов». Поэтому в российской педагогике обычно говорят о трех видах здоровья: физическом, психологическом (душевном) и нравственном (социальном) [1, С. 4].

Сохранение и укрепление всех типов здоровья школьников должно быть одним из приоритетов образовательной системы школы. Сфера физического здоровья человека, сфера культуры человеческого тела должна быть в центре внимания в общеобразовательной школе. Человек в школе должен развиваться всесторонне, гармонично. Именно поэтому в общеобразовательной школе нужно грамотно, мудро и оптимально раскрывать все стороны развития личности школьника, и в первую очередь через систему учебных предметов.

В воспитании нравственности имеют значение все школьные предметы, но изобразительному искусству и музыке отведена особая, важная роль. Подчеркивая значение искусства для разностороннего развития человека, известный психолог Б.М. Теплов писал: «Искусство очень широко и глубоко захватывает различные стороны психики человека, не только воображение и чувство, что представляется само собой разумею-

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ПЕРЕКРЕСТОК: школа – семья – общество

щимся, но и мысли и волю. Отсюда его огромное значение в развитии сознания и самосознания, воспитании нравственного чувства и формировании мировоззрения. Поэтому-то художественное воспитание и является одним из могучих средств, содействующих всестороннему и гармоническому развитию личности» [5, С. 8]. Значение искусства в определении этических человеческих начал огромно. Прекрасное оказывает основное влияние на развитие эстетических чувств, а развитие эстетических чувств – это важная составляющая часть нравственного здоровья. В.А. Сухомлинский писал: «Школа научила человека жить в мире прекрасного, чтобы он не мог жить без красоты, чтобы красота мира творила красоту в нем самом». Рисование помогает осмыслить и привести к гармоничному состоянию внутренний мир ребенка. Педагогу необходимо заинтересовать ребенка вопросами собственного здоровья, поиском путей его развития и сохранения. Для этого необходимо использовать в своей педагогической практике здоровьесберегающие технологии.

В качестве основных принципов здоровьесберегающих технологий можно выделить следующие:

- создание атмосферы доброжелательности, использование индивидуального и дифференцированного подходов, создание для учащихся ситуации успеха на уроках для поддержания нормального психофизического состояния;

- создание образовательной среды, способствующей снятию стрессообразующих факторов во время учебного процесса;

- использование на уроках и внеурочной деятельности активных методов и форм обучения для развития творческих способностей учащихся;

- осознание ребенком успешности в любых видах деятельности;

- рациональная организация двигательной активности;

- смена видов деятельности; чередование периодов напряженной активной работы и расслабления необходимо во избежание переутомления детей [2, С 6].

Под здоровьесберегающими технологиями можно понимать все технологии, которые в образовательном процессе идут на пользу здоровья учащихся. Цель учителя изобразительного искусства и музыки с помощью здоровьесберегающих технологий не только научить ребенка рисовать или петь, но и помочь посредством рисования и музыки справиться с проблемами, вызывающими у него сильное эмоциональное состояние, дать выход творческой энергии на уроках и внеурочной деятельности. Учитель с помощью изобразительного искусства или музыки помогает ребенку снять эмоциональное напряжение одним из доступных для него способов. Используя занятия изобразительным искусством и музыкой, учитель помогает ребенку справиться с тревожностью, пре-

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ПЕРЕКРЕСТОК: школа – семья – общество

одолеть страхи, неуверенность, справиться с агрессивностью, депрессией и многими другими психологическими проблемами.

В результате работы в изобразительном и музыкальном творчестве педагог получает: положительный эмоциональный настрой детей на уроке, способствует творческому самовыражению, развитию воображения, эстетического опыта, снижает утомляемость.

Задача любого учителя изобразительного искусства и музыки состоит в создании условий для включения ребенка в процесс творчества и поиска методов, адекватных его психофизическим способностям, помогающих формированию позитивного отношения к окружающим, способности к сохранению собственного здоровья.

Сегодня все больше образовательных учреждений начинают работать в режиме школы здоровья. Одновременно с обучением и воспитанием они решают задачи по оздоровлению детей, профилактике заболеваний, в том числе и на уроках изобразительного искусства и музыки.

Учителя используют в своей работе разнообразные здоровьесберегающие методы и приемы на уроках изобразительного искусства и музыки. В процессе занятий изобразительным творчеством можно использовать следующие художественные техники – это лепка и роспись глиняной игрушки, лепка из соленого теста, также современные направления здоровьесберегающих технологий: цветотерапия, музыкотерапия, сказкатерапия, игры, физкультминутки и. т. д. Самое важное, что эти методы и приемы позволяют эффективно развивать творческие способности ребенка, способствуют формированию здорового образа жизни.

В нашей области огромные залежи глины. Недаром у нас развился русский народный промысел по изготовлению филимоновской игрушки. Работа с глиной наиболее эффективна с точки зрения здоровьесбережения.

Глина – один из самых распространенных природных и художественных материалов. В ходе научного эксперимента было доказано, что дети, которые делали игрушками из природных материалов, были менее агрессивными, жестокими.

В программах изобразительного искусства есть немало уроков, где дети могут работать с глиной или соленым тестом. Народное искусство обладает большими воспитательными и здоровьесберегающими возможностями, оно несет в себе огромный духовный и энергетический потенциал. Лепка из пластилина просто необходима для душевного равновесия младших школьников, для развития их фантазии.

Большое значение для поддержания здоровья учащихся имеет и цветотерапия. Цвет – мощное средство эмоционального воздействия на человека.

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ПЕРЕКРЕСТОК: школа – семья – общество

Цвет оказывает на человека два вида воздействий: физическое (на организм человека) и психологическое (на духовный мир человека).

Психологи и физиологи, изучая внутренний мир человека, установили, что разные цвета по-разному воздействуют на человека. Физиологи считают, что свет при определенной длине волны влияет на гипофиз, который контролирует в организме производство меланина, в свою очередь, это вещество влияет на синтез серотонина или адреналина. Серотонин успокаивает, а адреналин активизирует сердечную деятельность, возбуждает человека. Например, синий и зеленый цвет вызывают усиленное образование серотонина, а красный адреналина.

Занятия художественной деятельностью дают ребенку не только положительные эмоции, но и давно доказано учеными, влияют на развитие интеллекта, эмоциональных и моторных способностей ребенка. Положительный эффект приносят в этом направлении упражнения по росписи пальцем, особенно в дошкольном и младшем школьном возрасте.

Большие возможности для поддержания нравственного и душевного здоровья детей имеет музыкотерапия.

Звучание музыки и пение на уроке дают ребенку возможность успокоиться, снять раздражительность, нервное напряжение. Ученые доказали, что музыка Моцарта благоприятно воздействует на психику. Снять раздражительность на уроке поможет «Лунная соната» Бетховена, «Времена года» П.И. Чайковского и т.д. [3, С 8].

Таким образом, правильно организованные (с позиции здоровьесбережения) уроки предметов эстетического цикла могут играть большую роль в духовно-нравственном развитии учащихся, в формировании их мировоззрения и сохранения здоровья. В современных условиях быть просто учителем нельзя. Необходимо повысить уровень педагогического мастерства учителя, создать условия для воспитания новых поколений, обогащенных нравственной культурой, умеющих постигать душу народа – это и будет главным критерием здорового образа жизни.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- 1. Возвышаева, И.В. Охрана здоровья детей и подростков в Российской Федерации: Законодательные и нормативные аспекты / И.В. Возвышаева // Школа здоровья. – 2001, № 1.*
- 2. Горяев, В. Здоровье детей – категория педагогическая // Воспитание школьников. – 1999. – №1.*
- 3. Петрушин, В. И. Музыкальная психотерапия. – Москва: Владос, 2000.*
- 4. Смирнов, Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы. – М.: АРКТИ, 2003.*
- 5. Теплов, Б.М. Психологические вопросы художественного воспитания. Известия АПН РСФСР. // Выпуск 11. – М. - Л.*