Внедрение инновационных здоровьесберегающих технологий как один из способов модернизации физкультурно-оздоровительной работы в ресурсном классе общеобразовательной школы.

Методическая разработка

**Тема: «РЕАЛИЗАЦИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В СОВРЕМЕННОЙ ШКОЛЕ»**

Тьютер: Фомина Ирина Николаевна.

МБОУ «Средняя общеобразовательная школа ООШ №8»

города Старый Оскол

Здоровье человека - тема для разговора достаточно актуальная для всех времен и народов. Проблема обучения и воспитания здорового человека, создание здоровых условий обучения рассматривалась многими представителями педагогической науки. Важные аспекты данной проблемы можно найти уже в трудах К.А.Гельвеция, Я.А.Коменского, Д.Локка, Ж.-Ж.Руссо.

Основы концепции здоровьесбережения в России были заложены в 1904 г., когда съезд Российских врачей обратил внимание на ряд «вредных влияний» со стороны школы на состояние здоровья и физическое развитие учащихся.

Новые возможности и перспективы воспитания ценностной направленности на здоровый образ жизни у обучающихся появились в связи с развитием концепции личностно-ориентированного образования, обозначающего приоритетным изучение аксиологической природы образования (Ш.А. Амонашвили, В.П. Бедерханова, Е.В. Бондаревская, Н.Б. Крылова, И.С. Якиманская и др.), современной валеологии (И.И. Брехман, В.П. Казначеев, В.В. Колбанов, Э.М. Казин, В.П. Петленко и др).

Особое внимание ряд исследователей уделяет рассмотрению вопросов формирования здорового образа жизни (И.И. Брехман, И.А. Колесникова, В.В. Колбанов и др.) и включения валеологических знаний в другие учебные дисциплины (В.Н. Ирхин и др.), а также идеям педагогики здоровья (В.В. Колбанов и др.).

В настоящее время тема сохранения здоровья школьников становится первостепенной. Актуальность темы обусловлена тем, что 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 16 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. По данным Института возрастной физиологии РАО, школьная образовательная среда порождает факторы риска нарушений здоровья, с действием которых связано 20-40 % негативных влияний, ухудшающих здоровье детей школьного возраста.

В связи с этим в новых стандартах для начальной и основной школы выделен раздел «Здоровый и безопасный образ жизни», задачи которого создание здоровьесберегающей среды в образовательных учреждениях.

Таким образом, сегодня образовательная система направлена на сохранение здоровья школьников. Задача педагогов заключается не только в том, чтобы дать детям знания, но и в том, чтобы сформировать успешных личностей, готовых полноценно жить и растить будущее поколение. А без здоровья это невозможно. Именно поэтому в настоящее время реализуются здоровьесберегающие технологии в школе.

Цель данной работы – рассмотреть, как используются здоровьесберегающие образовательные технологии в ресурсном классе в условиях ФГОС.

Изучить, что входит в понятие здоровьесберегающие образовательные технологии, каковы их цели и функции.

Проанализировать как реализуются здоровьесберегающие образовательные технологии в начальной и средней школе ресурсного класса в условиях ФГОС.

Привести примеры использования здоровьесберегающих образовательных технологий .

1. Понятие здоровьесберегающие образовательные технологии в школе, их классификация и функции.

Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе (ЗОТ) – это все технологии, применение которых в процессе обучения идет на пользу учащимся.

Если же ЗОТ связывать с решением более узких задач, то к ним можно отнести педагогические методы и приемы, обеспечивающие ученикам безопасность во время пребывания в образовательном учреждении.

Все формы здоровьесберегающих технологий в школе ресурсного класса связаны в единую систему и основаны на стремлении самих учителей к совершенствованию. Если при реализации педагогических функций решается задача сохранения у педагогов и учащихся здоровья, то можно говорить о том, что осуществление учебно-образовательного процесса ведется в соответствии с ЗОТ.

Главная задача школы – подготовка ребенка к самостоятельной жизни за счет получения им необходимого образования. Но разве может тьютор равнодушно относиться к тому, что его воспитанники имеют неблагополучное состояние здоровья, которое прогрессирующе ухудшается? Этот вопрос во многом риторический, но одним из ответов на него как раз и стала востребованность руководителями образовательных учреждений и учителями здоровьесберегающих технологий.

Здоровьесберегающие технологии в школе по ФГОС направлены на достижение следующих целей:

разработать и реализовать представления о сущности здоровья;

сформировать мотивацию к коррекции образа жизни человека для укрепления здоровья;

приобрести компетентность в вопросах физкультурно-оздоровительной сферы;

разработать и построить мониторинговые и диагностические модели прогнозирования и оценки уровня здоровья;

познать индивидуальные особенности организма;

уметь использовать ЗОТ в самостоятельных занятиях;

создать условия для повышения уровня овладения теоретическими и практическими знаниями в области здоровьесберегающего сопровождения, охраны детства;

внедрить здоровьесберегающие педагогические технологии в школе;

сформировать умения адаптировать некоторые ЗОТ к конкретной детской аудитории и условиям своего предмета.

Классификация

Здоровьесберегающие технологии в школе по ФГОС предполагают совокупность психологических, медицинских, педагогических воздействий, которые направлены на обеспечение и защиту здоровья, формирование правильного отношения к нему. Одной-единственной уникальной технологии здоровья не существует. Здоровьесбережение выступает в качестве одной из задач определенного процесса образования. Такой процесс может иметь медико-гигиеническую направленность (тесный контакт педагога, медработника и ученика), физкультурно-оздоровительную (в приоритете физкультурные занятия), экологическую (формирование гармоничных отношений с природой) и др. Лишь благодаря комплексному подходу к обучению можно решить задачи оздоровления учеников.

Здоровьесберегающие технологии и психология здоровья в школе включают многие знакомые большинству специалистов психолого-педагогические методы работы и подходы к решению возможных проблем.

Например, образовательный процесс, имеющий медико-гигиеническую направленность, подразумевает использование профилактических программ, проведение мероприятий по просвещению учеников относительно санитарных норм, обеспечение гигиенических условий обучения и т. д. Несколько иные направления имеют экологические здоровьесберегающие технологии. Мероприятия в школе при такой направленности учебного процесса будут сводиться к воспитанию у школьников потребности заботиться о природе, приобщению их к исследовательской работе в сфере экологии.

Что касается физкультурно-оздоровительных технологий, то здесь основные задачи состоят в тренировке силы воли и выносливости, закаливании, формировании из физически слабых людей здоровых и тренированных личностей.

Здоровьесберегающие технологии в школе классифицируются не только по подходам к охране здоровья, но и в зависимости от характера действия. Так, выделяют защитно-профилактические, стимулирующие, информационно-обучающие, компенсаторно-нейтрализующие и другие технологии.

Здоровьесберегающие образовательные технологии имеют ряд функций:

**Формирующая**. Реализуется на основе социальных и биологических закономерностей становления личности. Индивидуальные психические и физические свойства человека предопределяются наследственными качествами.

**Рефлексивная.** Состоит в переосмыслении прошлого личностного опыта, в приумножении и сохранении здоровья, что дает возможность соизмерить достигнутые результаты с имеющимися перспективами.

**Диагностическая**. Состоит в мониторинге развития школьников на базе прогностического контроля, за счет чего удается соизмерить направленность действий и усилия учителя в соответствии с возможностями ребенка, данными ему от природы. Здоровьесберегающие технологии в школе обеспечивают индивидуальное прохождение учебного маршрута каждым ребенком, инструментально выверенный анализ факторов и предпосылок перспективного развития образовательного процесса.

**Информативно-коммуникативная.**ЗОТ обеспечивают трансляцию опыта **формирования бережного отношения к собственному здоровью.**

**Интегративная**. Здоровьесберегающие технологии в школе объединяют различные системы воспитания и научные концепции, народный опыт, направляя их по пути приумножения здоровья подрастающего поколения.

Здоровьесберегающие образовательные технологии в начальной и основной школе по ФГОС, роль учителя в их реализации.

На каждое образовательное учреждение возложены конкретные обязательства как воспитательные, учебные, так и по охране здоровья детей. Какие здоровьесберегающие технологии в ресурсном классе применяются? На самом деле их очень много. Ведь уже с первого класса у детей воспитываются привычки к здоровому образу жизни. Перед педагогическим коллективом стоит много задач:

пропаганда культуры здоровья;

совершенствование методов и форм работы по сохранению и дальнейшему укреплению здоровья школьников;

формирование у учеников потребностей и качеств, способствующих развитию здоровья.

Здоровьесберегающие образовательные технологии в ресурсном классе.

За каждым классом начальной школы должен быть закреплен отдельный кабинет, оснащенный техническими средствами обучения. В кабинете должен соблюдаться воздушно-тепловой режим.

Здоровьесберегающие технологии обучения в ресурсном классе предполагают использование разных форм работы с учащимися и их родителями, реализуемых классными руководителями и школьным медперсоналом. Вот некоторые из них:

контроль состояния здоровья;

предупреждение и профилактика заболеваний;

оформление информационных стендов;

своевременное информирование о предстоящих прививках;

выступления на родительских собраниях и т. д.

В ресурсных классах должны проводиться беседы с учащимися на тему соблюдения личной гигиены, профилактики простудных болезней, режима школьника, правильного питания и т. п.

Рекомендуется в работе образовательного учреждения на динамической паузе, начальных классов проводить физкультурные минутки, которыебудут включать в себя: эстафеты, стрейтчинг, зарядку.

Проводить классные часы «Доктор Айболит», «Если хочешь быть здоров…».

подвижные игры на переменах;

гимнастика для глаз и физкультминутки на уроках;

общешкольные спортивные соревнования;

беседы с врачом.

Особо чувствительной у учеников начальных классов является нервная система, поэтому во время урока важно проводить смену деятельности и режимов работы посредством физкультминуток, прослушивания расслабляющих песен.

 Тьютер может сделать для здоровья ученика даже больше, чем врач. От него не требуется выполнять функции медицинского работника, просто они должны работать так, чтобы обучение не вредило школьникам. В жизни учащихся тьютер занимает одно из главных мест, для них он олицетворяет все важное и новое, в том числе является примером в вопросах здоровьесбережения. Тьютер должен обладать профессиональными качествами, которые позволят ему генерировать плодотворные идеи и обеспечивать положительные педагогические результаты. К таким качествам относятся следующие: способность к развитию и формированию личностных креативных черт; высокий уровень коммуникативной, профессионально-этической и рефлексивной культуры; знание функционирования психических состояний, процессов, свойств личности, творческого совершенствования человека; умение прогнозировать итоги собственной деятельности; способность к формированию индивидуального педагогического стиля; знание основ моделирования и проектирования здоровьесберегающих технологий. Надо понимать, что тьютер для учащегося в ресурсном классе ребенка должен быть не только сопровождающим, но и другом.

Что должен уметь тьютер.

На эффективность использования приемов и средств здоровьесберегающих методик в учебном процессе оказывают влияние различные умения, а именно:

анализ педагогических ситуаций в аспекте оздоровления;

установление контакта с коллективом учеников;

владение основами здорового образа жизни;

прогнозирование развития школьников;

моделирование системы взаимоотношений в условиях оздоровительной педагогики.

Тьютер должен на личном примере показывать учащимся, как нужно заботиться о собственном здоровье и здоровье окружающих. В том случае, если для тьютера здоровый образ жизни – норма, ученики будут принимать здоровьесберегающие технологии в школе должным образом.

Решение проблем.

Чтобы эффективно внедрить идеи здорового образа жизни в практику тьютера, необходимо решить три проблемы:

Изменить отношение тьютера к ученикам - он должен принимать их такими, какими они являются на самом деле.

Изменить мировоззрение тьютера,его отношение к собственному жизненному опыту. Тьютер должен научиться осознавать свои переживания и чувства с позиции здоровьесбережения.

Надо понимать что дети учащиеся в ресурсном классе, требуют особого внимания. С помощью зарядки в игровой форме можно корректировать нежелательное поведение, находить общий язык с ребенком. Тьютер должен стать в первую очередь другом для учащегося в ресурсном классе.