

"Здоровье – бесценное достояние не только каждого человека,

но и всего общества".

Сурикова Л.В.,

учитель нач. классов

Самый драгоценный дар, который человек получает от природы – здоровье. Состояние здоровья подрастающего поколения – важнейший показатель благополучия общества и государства, отражающий не только настоящую ситуацию, но и дающий точный прогноз на будущее. Наблюдающееся в последние годы значительное ухудшение здоровья населения России, особенно детей, стало общегосударственной проблемой. Во многих документах Министерств образования РФ подчеркивается, что одним из необходимых условий достижения нового, современного качества общего образования является создание в учебных учреждениях условий для сохранения и укрепления здоровья школьников.

Процесс организации здоровьесберегающего обучения должен носить комплексный характер, поскольку, согласно данному Всемирной организацией здравоохранения определению, здоровье представляет собой «состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов».

Поэтому для формирования, сохранения и укрепления этих составляющих целостного здоровья человека в деятельность нашего образовательного учреждения, в частности, в начальную школу, внедряются здоровьесберегающие технологии, которые помогают решить важнейшие задачи- сохранить здоровье ребенка, приучить его к активной здоровой жизни. Учителя начальных классов продолжают поиски педагогических

технологий, позволяющих решить задачу совмещения высокой продуктивности учебного процесса с такими педагогическими технологиями, которые позволяют сохранить, а в некоторых случаях и укрепить уровень имеющегося здоровья.

Но прежде чем рассматривать эти технологии, необходимо уточнить, какие элементы учебного процесса могут оказывать отрицательные воздействия на здоровье детей.

Это, в первую очередь, большое количество предметов в расписании, большой объем и сложность учебного материала, неадекватные методы обучения, стрессовые ситуации контроля, боязнь ошибки, боязнь отметок.

Внимательный учитель всегда заметит признаки усталости ученика: частую смену позы, потягивание, встряхивание руками, зевота, закрывание глаз, подпираание головы, остановившийся взгляд, ненужное переключивание предметов, разговор с соседом, увеличение количества ошибок в ответах, невосприятие вопроса, задержка с ответом, частые поглядывания на часы в ожидании конца урока.

Дифференцированное обучение позволяет снять трудности у слабых учащихся и создать благоприятные условия для развития сильных учащихся. Для медлительных детей педагоги снижают темп опроса, не торопят ученика, дают время на обдумывание, подготовку. Не торопят, не подгоняют ребенка, создают условия, чтобы его деятельность соответствовала его индивидуальному темпу. При дифференцированном обучении каждый ребенок получает от урока только положительные эмоции, ощущает комфорт, защищенность и испытывает интерес к учебе.

Учителя начальных классов помогают каждому ребенку осознать свои способности, создают условия для их развития, способствуют сохранению и укреплению здоровья ребенка. Хорошо дидактически проработанный урок – самый здоровьесориентированный для всех его участников. Здоровый ученик с удовольствием включается во все виды деятельности, он жизнерадостен, оптимистичен, открыт в общении со сверстниками и педагогами.

Несомненно, стиль общения педагога с учащимися влияет на состояние здоровья школьников. Нашим учителям свойственен демократичекий стиль общения,

Доклад

Автор: Administrator

21.01.2013 20:53 - Обновлено 21.01.2013 21:22

который создает условия для развития психической активности ребенка, дает свободу познавательной деятельности, школьник не боится ошибиться при решении поставленной задачи. Ученик, находясь в состоянии душевного комфорта, с удовольствием обращается к умственным упражнениям и интеллектуальным заданиям.

Я считаю, что перегрузка учащихся на уроке, которая вызывает повышение уровня утомляемости и невротизации, зависит не столько от количества, сколько от качества работы. Если процесс получения знаний интересен и мотивирован, то усвоение материала не создаст эффекта перегрузки.

И наоборот, то, что вызывает у учащихся отторжение или кажется бесперспективным, бессмысленным и бесцельным, приводит к перегрузке даже при относительно небольших объемах материала.

Я учитываю возрастные психологические особенности своих учеников, продумываю число видов учебной деятельности на уроке, избегаю однообразия, чтобы не наступило быстрое утомление.

Продумывая приемы, позволяющие активизировать в процессе освоения нового знания самих учащихся, я иду в класс с системой логически выстроенных вопросов, стараюсь спрогнозировать несколько возможных вариантов развития учебных событий в зависимости от создавшейся в классе ситуации.

Компьютеризация сегодня достаточно значима и актуальна, и у школы нет иного выбора, кроме как адаптации ее к информационному веку. Необходимость применения информационных технологий в школьном образовании сегодня очевидна, поэтому я активно использую компьютерные технологии. Формы подачи материала и оценивания знаний с помощью компьютера разнообразны: презентация, работа на интерактивной доске, тесты. Использование компьютера на уроке повышает интенсивность обучения, усиливает индивидуализацию учебного процесса. Наглядность, возможность изменять темп и формы изучения материала, его образно-художественное представление – все это делает компьютер

незаменимым помощником учителя в деле снижения утомляемости учащихся.

Но задача учителей сводится к тому, чтобы, сохранив все преимущества использования компьютерной техники в образовании, освободить учебный процесс от его негативных сторон. Этому способствует также введение в структуру урока специальной валеологической паузы.

Очень часто я применяю игровые технологии. Широко использую в практике нестандартные уроки: уроки-игры, уроки – соревнования, уроки – конкурсы,

Доклад

Автор: Administrator

21.01.2013 20:53 - Обновлено 21.01.2013 21:22

уроки-экскурсии и другие. В игровой форме проходит словарная работа: дети поочередно выбегают к доске и на скорость записывают слова. Приемы с элементами соревнования, благотворно влияющие на здоровье, используется и на других уроках.

Применение игровых технологий на уроках в комплексе с другими приемами и методами организации учебных занятий укрепляет мотивацию на изучение предмета, помогает вызвать положительные эмоции, увидеть индивидуальность детей.

Использую и методы, способствующие активизации инициативы и творческого самовыражения самих учащихся. Ученики выступают в роли исследователя или учителя, интересна им самооценка и взаимооценка с помощью сигнальных карточек разного цвета, хлопания в ладоши.

Часто на уроках русского языка, математики, окружающего мира организую групповую форму работы, в ходе которой уровень осмысления и усвоения материала заметно возрастает, детям значительно легче учиться вместе. Организую такую работу по-разному: места размещаются так, чтобы ученики могли видеть лица друг друга, или, ученики работают стоя. Групповая работа в какой-то мере помогает решить одно из условий организации здоровьесберегающего обучения – избежать длительного сидения за партой.

Одна из важнейших технологий здоровьесбережения – школьная оценка.

1. Ребенок должен постоянно ощущать себя счастливым.
2. Каждый урок должен оставлять в душе ребенка только положительные эмоции.
3. Дети должны испытывать ощущение комфорта, защищенности и, безусловно, интерес к уроку.

Малоподвижность во время урока негативно влияют на здоровье учащихся. Учитывая это, я не требую от учеников сохранения неподвижной позы в течение всего урока

Физкультминутки – естественный элемент урока в начальных классах, который обусловлен физиологическими потребностями в двигательной активности детей. Они помогают снять статическое утомление различных мышц, ослабить умственное напряжение, снять зрительное утомление. Часто упражнения для физкультминутки органически вплетаются в канву урока. Так, например, при формировании понятия «однокоренные слова» я предлагаю во время физкультминутки следующее задание: «Я буду называть однокоренные слова к слову «дом». Если я права, вы делаете наклон вперед, если не права – наклон назад». нравятся детям физкультминутки в стихотворной, песенной, танцевальной формах. Использование физкультминуток позволяет использовать оставшееся время урока гораздо интенсивнее и с большей результативностью учебной отдачи учащихся.

Систематически в процессе обучения в начальных классах в середине учебного дня провожу динамические паузы, в ходе которых учащиеся выполняют различные упражнения.

Воспитанию внимательного отношения к своему здоровью посвящаю и воспитательные мероприятия. Прежде всего, это система классных часов: беседы о том, как заботиться о своем здоровье, о вредных привычках, встречи с медицинскими работниками школы, анкетирование среди родителей, различные тренинги, выполнение режима дня, правильное питание, уроки здоровья, а также активное вовлечение в спортивные мероприятия, походы, прогулки. Много проходит праздников, на которых решаются задачи формирования у ребенка нравственного отношения к своему здоровью, которое выражается в желании и потребности быть здоровым, вести здоровый образ жизни. Традиционными стали мероприятия : «Веселые старты», «Мы – спортивная семья» и другие.

Очень важную роль играет правильное питание младших школьников. Поэтому в моем классе 100% охват детей горячим питанием..

Общество заинтересовано в оздоровлении не только самого общества, но и каждого человека, а в принципе одно без другого просто невозможно, оно должно решать эту проблему на всех уровнях, а также всем миром. Ответственность за то, что от первого к

Доклад

Автор: Administrator

21.01.2013 20:53 - Обновлено 21.01.2013 21:22

выпускному классу их здоровье значительно ухудшается, приняла на себя российская школа. Педагогическая общественность все больше осознает, что именно учитель может сделать для здоровья школьника гораздо больше, чем врач.

Если в школе все будут об этом помнить, прилагать усилия в решении детских проблем, если в школах будут специалисты, работающие над вопросами сохранения и коррекции здоровья учащихся, то можно надеяться, что здоровье наших детей в школе если не улучшится, то не будет падать. Я надеюсь, что каждый учитель будет искать самые оптимальные пути обучения и воспитания учащихся, использовать передовые педагогические технологии для того, чтобы учебно-воспитательный процесс был радостным, доступным для всех, здоровьесберегающим.

В мире много богатств, но здоровье –

самое главное богатство человека.

Доклад

Автор: Administrator

21.01.2013 20:53 - Обновлено 21.01.2013 21:22

Доклад

Автор: Administrator

21.01.2013 20:53 - Обновлено 21.01.2013 21:22

Литература.

1. Айзман , Р.И. этапы мониторинга здоровья учащихся /Р.И.Айзман //Школьные технологии.-2010.-№3.-С.87-94

2. Андреева, И.Г. Сохранение и укрепление здоровья школьников – актуальное направление развития содержания образования на этапе инновационного становления России/И.Г. Андреева//Стандарты и мониторинг,-2011.-№3.-С.15-19

3. Антипова Л.П. Использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе/Л.П.Антипова//Начальная школа.-2011.-№8.-С.106-108

4. Гурьев,А.В. Особенности планирования основных направлений работы по сохранению здоровья субъектов учебно-воспитательного процесс в общеобразовательной школе / А.В. Гурьев//Стандарты и мониторинг.-2011.-№4.-С.20-26

5. Будаева,Н.А. Здоровьесберегающий подход к организации обучения в начальной школе /Н.А.Будаева //Начальная школа плюс до и после.-2011.-3.-С.32-36

6. Елисеев,В.В.Рекомендации по сохранению здоровья школьников на уроке и оценке эффективности здоровьесберегающей деятельностишколы /В.В.Елисеев //Практика административной работы в школе.-2010.-№8.-С.68-69

7. Науменко,Ю.В.Примерная программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни младших школьников /Ю.В.Науменко //Управление начальной школой.-2011.-№3.-С.48-61

8. Погребняк, Е.В.Здоровьесберегающие возможности деятельного подхода в образовании в аспекте изменения позиций учителя /Е.В.Погребняк // Начальная школа плюс до и после.-2010.-№3.-С.26-29

9. Семенова, И.Мониторингэффективности и сохранения и укрепления здоровья: критерии и инструменты работы /И.Семенова//Школьное планирование.-2010.-№1.-С.38-46

Доклад

Автор: Administrator

21.01.2013 20:53 - Обновлено 21.01.2013 21:22

10. Середина, Л.В. Психологическая комфортность урока – элемент здоровьесберегающей педагогической технологии/Л.В.Середина/Начальная школа.-2010.-№11.-С.61-63

11. Хлопова, А. разработка программы «Школа-территория здоровья» /А.Хлопова//Школьное планирование.-2010.№5.-С.24-29