

Итак, в заключении нужно сказать, что необходимо вводить нормативы ГТО, так как это не только призывает молодых людей к спорту, но и укрепляет их физическое и нравственное состояние. Но необходимо четко спланировать все, внести нужные поправки, разобраться, кто и как будет готовить молодых людей, и укреплять их здоровье.

Список литературы

1. Биктуганов Ю.И., Вихрева А.Г. Значение подготовки и сдачи нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) при реализации программы Свердловской области «Подготовка молодежи к военной службе в Свердловской области до 2020 года» // Педагогическое образование в России. 2014. № 9. С. 10-14.

2. Положение о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО). URL: http://ifk.uspu.ru/images/stories/doc/VFSC/Постановление_Правительства_РФ_от_11_об_2014_N_540_Об_утвер.pdf (дата обращения: 01.10.2014).

3. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования. URL: <http://www.rg.ru/2013/11/25/doshk-standart-dok.html> (дата обращения: 01.10.2014).

4. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации». URL: <http://минобрнауки.рф/документы/2974> (дата обращения: 01.10.2014).

Курчина Е.О., Котельников С.А.

Российский государственный профессионально-педагогический университет,
г. Екатеринбург

Здоровьесберегающие технологии в рамках внедрения ФГОС

Здоровье – это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов [6, с. 53]. Идея здоровьесбережения учащихся в образовании – одно из главных направлений национального проекта «Образование», президентской инициативы «Новая школа», Федеральных государственных образовательных стандартов.

Формирование здорового образа жизни – это непрерывный и целенаправленный процесс. Особенно актуальна эта проблема для начальной школы, что связано с изменениями в жизни ребенка, освоение им новой

социальной роли «ученик». Некоторый процент первоклассников приходит в школу с врожденными, приобретенными заболеваниями. Стандарт второго поколения обеспечивает формирование знаний, установок, ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение, укрепление здоровья, заинтересованного отношения к собственному здоровью, знание негативных факторов риска здоровья [7].

Современные технологии воспитания ориентированные на укрепление здоровья должны строиться на стимулировании положительных чувств успеха, оптимизма и веры в свои силы и способности.

Основные вопросы по здоровьесберегающим направлениям [3]:

- организация урока в условиях здоровьесберегающей технологии;
- выполнение требований СанПиН;
- игровые оздоровительные технологии;
- веселые физкультминутки на уроках в начальной школе;
- работа по предупреждению утомляемости глаз на уроках;
- дыхательная гимнастика;
- игровой массаж;
- формирование навыков здорового образа жизни;
- роль семьи в формировании у младших школьников здорового образа жизни;
- взаимосвязь показателей заболеваемости обучающихся с организацией их учебной деятельности.

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.

Стиль общения учителя с обучающимися также влияет на состояние здоровья. Учителям должен быть свойственен демократический стиль общения, 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 и защищенности, с удовольствием работает на уроке.

Учитывая возрастные психологические особенности младших школьников, учителя классов, продумывают число видов учебной деятельности на уроке, избегают однообразия, чтобы не наступило быстрое утомление.

Продумывают приемы, позволяющие активизировать в процессе освоения нового знания самих обучающихся, стараются прогнозировать несколько возможных вариантов развития учебных событий в зависимости от создавшейся в классе ситуации [9].

Думаю, что перегрузка обучающихся на уроке, которая вызывает повышение уровня утомляемости и нервозности, 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 обучающихся отторжение или кажется бесперспективным, бессмысленным и бесцельным, приводит к перегрузке даже при относительно небольших объемах материала.

Учителя начальных классов помогают каждому ребенку осознать свои способности, создают условия для их развития, способствуют сохранению и укреплению здоровья. 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 учителя начальных классов активно используют 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 обучающихся. Но задача учителей сводится к тому,

чтобы, сохранив все преимущества использования компьютерной техники в образовании, освободить учебный процесс от его негативных сторон [8].

Приемы с элементами соревнования, благотворно влияющие на здоровье. 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.

Также использую методы, способствующие активизации инициативы и творческого самовыражения самих учащихся. Ученики выступают в роли исследователя или учителя. Уроки – конкурсы, уроки – экскурсии, уроки – игры, уроки – соревнования, и другие. При таком обучении каждый ребенок получает от урока только положительные эмоции, что вызывает особый интерес к учебе.

Часто на уроках организуется групповая работа, в ходе которой уровень осмысления и усвоения материала заметно возрастает, детям значительно легче учиться вместе. Проходит она по-разному: места размещаются так, чтобы ученики могли видеть друг друга, или, ученики работают стоя. Такая работа в какой-то мере помогает решить одно из условий организации здоровьесберегающего обучения – избежать длительного сидения за партой. Малоподвижность во время урока негативно влияют на здоровье учащихся. Учитывая это, не требую от учеников сохранения неподвижной позы в течение всего урока.

Для повышения умственной работоспособности детей, предупреждения преждевременного наступления утомления и снятия у них мышечного статического напряжения, реализуют физкультминутки, примерно через 10-15 минут от начала урока или с развитием первой фазы умственного утомления у значительной части учащихся. Физкультминутки проводят, учитывая специфику предмета, зачастую с музыкальным сопровождением, с элементами самомассажа и другими средствами, помогающими восстановить оперативную работоспособность.

Систематически в процессе обучения в начальных классах проходят: зарядка, динамические паузы, прогулки и игры на свежем воздухе.

Они дают возможность разрядиться, снять негативные эмоции, переключиться, а затем с новыми душевными силами взяться за трудное дело учения. Учебный материал всех предметов начальной школы по любой программе предоставляет возможность учителю прямо на уроке формировать у учащихся навыки здорового образа жизни, давать детям знания об организме человека, учить их беречь и укреплять собственное здоровье.

Работа по укреплению и сохранению здоровья обучающихся невозможна без привлечения родителей, так как хорошая связь между школой и родителями является фундаментальным условием в лично-ориентированном образовании. Все чаще родители становятся участниками классных часов, проводят тематические беседы по здоровому образу жизни, родители-медработники активно участвуют в обсуждении вопроса о сезонной витаминизации учащихся, которая стала бы профилактической мерой в предупреждении различных заболеваний.

Одна из важнейших задач, возложенная на родителей – контроль за соблюдением режима дня школьника и сбалансированного питания. На родительских собраниях, я знакомяю родителей с основными принципами организации здорового питания детей. Ведь от того, насколько правильно и качественно организовано питание школьника, зависит его здоровье, настроение, трудоспособность и качество учебной деятельности. Там, где эти задачи решаются успешно, в семье растет здоровый, физически крепкий ребенок с хорошей эмоционально-волевой сферой, социально защищенный.

Целенаправленная работа по здоровьесбережению позволила по некоторым показателям сохранить состояние здоровья на том уровне, с которым дети пришли в школу. Но, несмотря на это, необходимо ежегодно проводить диагностику состояния здоровья обучающихся и прослеживать динамику изменений, систематически осуществлять мониторинг.

Наблюдения исследователей показывают, что использование здоровьесберегающих технологий в учебном процессе позволяет учащимся более успешно адаптироваться в образовательном и социальном пространстве, раскрыть свои творческие способности, а учителю эффективно проводить профилактику асоциального поведения [10].

Список литературы

1. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. 1-4 классы. – М.: «ВАКО», 2004. – 296 с.
2. Кукушин В. С. Теория и методика обучения. – Ростов н/Д.: Феникс, 2005. – 474 с.
3. Менчинская Е.А. Основы здоровьесберегающего обучения в начальной школе: Методические рекомендации по преодолению перегрузки учащихся / Е.А. Менчинская. – М.: Вентана-Граф, 2008. – 112 с.
4. Наш выбор – здоровье: досуговая программа, разработки мероприятий, рекомендации/ авт.-сост. Н.Н. Шапцева. – Волгоград: Учитель, 2009. – 184 с.
5. Орехова В.А. Педагогика в вопросах и ответах: учебн. Пособие. – М.: КНОРУС, 2006. – 147 с.
6. Сердюк А.А. Здоровье человека в нездоровом мире. – АСТ, 2008. – 448 с.
7. Смирнов Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. – М.: АПК и ПРО, 2002. – 62 с.
8. Советова Е.В.. Эффективные образовательные технологии. – Ростов н/Дону: Феникс, 2007. – 285 с.
9. Щукина Г.И. «Активизация познавательной деятельности учащихся в учебном процессе». – М., Просвещение. – 220 с.
10. <http://www.shkolnimir.info/>. О.А. Соколова. Здоровьесберегающие образовательные технологии.

Меркушина М.В., Процкая М.А.

Российский государственный профессионально-педагогический университет,
г. Екатеринбург

Роль физической культуры в нравственном воспитании студентов

Сегодня система высшего и среднего образования в России очень переменчива. Каждый год она выдвигает студентам новые стандарты и множество новых дисциплин для освоения ими учебной программы по выбранной специальности. Это, конечно, повышает интенсивность процесса