

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ ОБРАЗОВАНИЯ: ПРОБЛЕМЫ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ

Лукашевич А.В., Ханевская Г.В.

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Российский государственный профессионально-педагогический университет», г. Екатеринбург, Россия

Тема здоровья человека достаточно актуальна и востребована для каждого поколения и народа, но для XXI века она является первоочередной. Состояние здоровья непосредственно российских студентов вызывает серьезную тревогу. Наглядный тому пример сегодняшняя статистика и сравнение ее с их сверстниками двадцать или тридцать лет назад. Наиболее значительное увеличение частоты всех типов болезни происходит в возрастные периоды, совпадающие с получением образования.

Здоровье – это главная человеческая ценность, сохранение и приумножение которой становится первейшей обязанностью человека. Конечно, здоровье – дело не только личное, но и общественное. У человека должно быть сформировано отношение к своему здоровью, как к частной собственности, от сбережения которой зависит всё его благополучие и сама жизнь. «Здоровьеформирующие образовательные технологии», по определению Н.К. Смирнова, – это все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни. Перед человеком, который осознал ответственность за собственное здоровье, почувствовал потребность заботиться о нём, встаёт вопрос о том, как это грамотно делать. И здесь эстафете технологий здоровьесбережения передаётся от воспитательных программ – учебным. Научить ребёнка, молодого человека общим принципам, современным системам и методам охраны и укрепления здоровья, безусловно, – задача образовательных учреждений. А уже за

консультациями по частным вопросам, за корректировкой оздоровительной программы с учётом индивидуальных особенностей, с целью восстановления пошатнувшегося здоровья человек может обратиться к медику (физиологу, психологу), специалисту по вопросам здоровья. Таким образом, современный уровень цивилизации и культуры выдвигает в число важнейших для человека приоритетов задачу самому научиться не болеть, быть здоровым.

Здоровьесберегающая образовательная технология представляется нам как функциональная система организационных способов управления учебно-познавательной и практической деятельностью учащихся, научно и инструментально обеспечивающая сохранение и укрепление их здоровья. Известно, что система подразумевает наличие структуры, элементов, ее составляющих, их взаимосвязь и подчиненность единой цели. Технология – это, прежде всего, системный метод создания, применения и определения всего процесса преподавания и усвоения знаний с учетом технических и человеческих ресурсов и их взаимодействия, ставящий своей задачей оптимизацию форм образования. Технология описывает систему работы ученика как деятельность к достижению поставленной образовательной цели, и рассматривает систему работы педагога как деятельность, обеспечивающую условия для работы ученика.

Здоровьесберегающие образовательные технологии можно рассматривать как технологическую основу здоровьесберегающей педагогики – одно из самых перспективных систем XXI века, и как совокупность приемов, форм и методов организации обучения школьников, без ущерба для их здоровья, и качественную характеристику любой педагогической технологии по критериям ее воздействия на здоровье учащихся и педагогов.

Здоровьесберегающая педагогика не может выражаться какой-то конкретной образовательной технологией. В то же время, понятие «здоровьесберегающие технологии» объединяет в себе все направления деятельности учреждения образования по формированию, сохранению и укреплению здоровья учащихся.

Под здоровьесберегающими технологиями – будем понимать систему мер по охране и укреплению здоровья учащихся, учитывающую важнейшие характеристики образовательной среды, условия жизни ребенка и воздействие на здоровье.

Цель здоровьесберегающих технологий обучения– обеспечить возможность сохранения здоровья за период обучения, сформировать необходимые знания, умения и навыки, по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Здоровьесберегающих технологий обучения реализуются на основе лично-ориентированного подхода. Осуществляемые на основе лично-развивающих ситуаций, они относятся к тем жизненно важным факторам, благодаря которым учащиеся учатся жить вместе и эффективно взаимодействовать. Предполагают активное участие самого обучающегося в освоении культуры человеческих отношений, в формировании опыта здоровьесбережения, который приобретается через постепенное расширение сферы общения и деятельности учащегося, развитие его саморегуляции (от внешнего контроля к внутреннему самоконтролю), становление самосознания и активной жизненной позиции на основе воспитания и самовоспитания, формирования ответственности за свое здоровье, жизнь и здоровье других людей.

Здоровьесберегающие образовательные технологии подразделяются на 3 три подгруппы:

- организационно-педагогические технологии, определяющие структуру учебного процесса, частично регламентированную в способствующих предотвращению состояния переутомления, гиподинамии;

- психолого-педагогические технологии, связанные с непосредственной работой преподавателя на паре, воздействием, которое он оказывает все 90 минут на своих студентов. Сюда же относится и психолого-педагогическое сопровождение всех элементов образовательного процесса;

- учебно-воспитательные технологии, которые включают программы по обучению грамотной заботе о своем здоровье и формированию культуры

здоровья студентов, мотивации их к ведению здорового образа жизни, предупреждению вредных привычек, предусматривающие также проведение организационно-воспитательной работы.

Перед педагогом, готовым использовать в своей работе здоровьесберегающие образовательные технологии, на первом этапе стоят следующие задачи:

- объективно оценить свои достоинства и недостатки, связанные с профессиональной деятельностью, составить план необходимой коррекции и приступить к его реализации;

- пройти необходимое повышение квалификации по вопросам здоровья, здоровьесберегающих образовательных технологий;

- содействовать формированию в своем образовательном учреждении здоровьесберегающей образовательной среды как эффективному взаимодействию всех членов педагогического коллектива, для создания условий и реализации программ, направленных на сохранение, формирование и укрепление здоровья.

Здоровьесберегающая среда должна пониматься как система нормативных требований к осуществлению образовательного процесса. Она должна закрепляться не только в формальных правовых документах, но и в личностном ценностном отношении педагогов, управленцев, учеников и родителей. Она включает в себя образовательные, воспитательные, медицинские, административно-управленческие и другие формы работы по обеспечению и сохранению здоровья подрастающего поколения в процессе учения по основным направлениям (профилактика заболеваний, несчастных случаев, психических расстройств, вредных привычек и т.д.).

Следует отметить объективные причины проблем реализации здоровьесберегающих технологий и построения современной здоровьесберегающей среды. Оценка эффективности решения этих проблем должна выражаться в системе показателей, позволяющей гибко реагировать на изменения параметров системы (численность учащихся, объем финансирования и т.д.) и своевременно выявлять трудности.

Таким образом, главная задача реализации здоровьесберегающих технологий – такая организация образовательного пространства на всех уровнях, при которой качественное обучение, развитие, воспитание учащихся не сопровождается нанесением ущерба их здоровью.

Список литературы

1. *Ковалько В.И.* Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. 1-4 классы. М.: «ВАКО», 2004, 296 с. – (Педагогика. Психология. Управление).
2. *Кукушин В.С.* Теория и методика обучения. – Ростов н/Д.: Феникс, 2005. – 474 с.
3. *Орехова В.А.* Педагогика в вопросах и ответах: учебн. Пособие. – М.: КНОРУС, 2006. С. 147
4. *Смирнов Н.К.* Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. – М.: АПК и ПРО, 2002. – с. 62.
5. *Советова Е.В.* Эффективные образовательные технологии. – Ростов н/Дону: Феникс, 2007. – 285 с.

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ В ОРГАНИЗАЦИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ТРЕНИНГОВ

Максимова А.В., Ольховская Е.Б.

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Российский государственный профессионально-педагогический университет», г. Екатеринбург, Россия

В современном мире очень остро стоит вопрос развития личностной эффективности человека. Ни для кого не секрет, что образование является лишь базой для формирования как общекультурных, так и профессиональных компетенций личности. Именно оценивая уровень сформированности необходимых в определенных сферах компетенций, можно определить на сколько будет эффективен человек в той или иной деятельности. В самом широком