

Чащина Е.Н. , Кошечая Г.Н.
Средняя общеобразовательная школа № 2,
Строитель, Белгородская область, Россия

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ОБРАЗОВАНИИ

Аннотация. В настоящее время одной из самых актуальных проблем является проблема здоровья и его сохранения. Прочно вошло в образовательную систему понятие “здоровьесберегающие технологии”. “Здоровьесберегающая технология” – это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья учащегося на всех этапах его обучения и развития. В концепции образования предусмотрено не только сохранение, но и активное формирование здорового образа жизни и здоровья детей. Здоровьесберегающие технологии в образовании направлены на решение приоритетной задачи современного образования – задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в школе: детей, педагогов и родителей.

Ключевые слова: школьники, здоровьесберегающие технологии.

Chashchina E.N., Koshevaya G.N.
School No. 2,
Builder, Belgorod oblast, Russia

EFFICIENCY OF APPLICATION OF HEALTH-SAVING TECHNOLOGIES IN EDUCATION

Abstract. Currently one of the most pressing problems is the problem of health and its preservation. The concept of “health-saving technologies” is firmly established in the modern educational system. “Health-caring technology” is a system of measures, including interconnection and interaction of all factors of an educational environment, aimed at preserving the health of the student at all stages of its learning and development. The concept provides not only conservation but also the active formation of a healthy way of life and health of children. Health saving technologies are aimed at solving the urgent tasks of modern education - preservation, maintenance and enrichment of health of all subjects of school educational process: children, teachers and parents.

Keywords: school children, health-saving technologies.

Одной из главных задач современного образовательного учреждения является создание условий, гарантирующих формирование и укрепление здоровья учащихся. Вот почему здоровьесберегающие образовательные технологии, интегрирующие все направления работы образовательного учреждения по сохранению, формированию и укреплению здоровья детей школьного возраста, так широко распространились в системе образования

России. Как показывает многолетний опыт работы школы № 2 г. Строитель Белгородской области, правильное использование здоровьесберегающих технологий создают ведет к отсутствию стресса для ребенка, к адекватности требований и методик его обучения и воспитания, к рациональной организации учебного процесса (в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями); к соответствию учебной и физической нагрузки, к необходимому, достаточному и рационально организованному двигательному режиму школьников[1].

Кроме того, данные технологии обеспечивают высокий уровень валеологической компетентности, позволяющей школьнику самостоятельно и эффективно решать задачи ЗОЖ и безопасного поведения, оказание элементарной медицинской и психологической самопомощи [2].

В нашей школе используются следующие виды здоровьесберегающих технологий:

- Медико-профилактические технологии, обеспечивающие сохранение здоровья детей под руководством медицинского персонала (организация мониторинга здоровья школьников; организация и контроль питания детей, физического развития школьников; организация профилактических мероприятий; организация контроля и помощь в обеспечении требований СанПиНов; организация здоровьесберегающей среды).

- На физическое развитие и укрепление здоровья учащихся направлены физкультурно-оздоровительные технологии: развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры школьников, закаливание, дыхательная гимнастика, массаж и самомассаж, профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки, оздоровительные процедуры в водной среде (бассейне) и на тренажерах, воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье и реализация этих технологий.

- Технологии обеспечения социально-психологического благополучия учащегося (эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребёнка в процессе общения со сверстниками и взрослыми, социально-эмоционального благополучия школьника).

- Технологии здоровьесбережения и здоровьесобогащения педагогов, направленные на развитие культуры здоровья, в том числе культуры профессионального здоровья, развитие потребности к здоровому образу жизни [3].

Сделать выводы о состоянии здоровья школьников позволяют регулярная диагностика состояния детей и отслеживание основных параметров

развития организма в динамике (начало — конец учебного года). Это и есть основные показатели, отличающие все здоровьесберегающие образовательные технологии.

Планирование системы здоровьесбережения требует решения ряда задач:

- поиска современных, эффективных научных подходов к моделированию оздоровительной деятельности;
- нахождение результативного пути управления здоровьесберегающей деятельностью в образовательном учреждении;
- определения педагогических условий, обеспечивающих максимальную результативность изучаемой деятельности.

Средства, позволяющие решить данные задачи:

- непосредственное обучение детей приемам здорового образа жизни (оздоровительная, пальцевая, корригирующая, дыхательная гимнастика, самомассаж) и простейшим навыкам оказания первой медицинской помощи при порезах, ссадинах, ожогах, укусах; а также привитие детям культурно-гигиенических навыков;
- реабилитационные мероприятия (фитотерапия, кислородный коктейль, витаминотерапия, ароматерапия, ингаляция, функциональная музыка, лечебная физкультура, массаж, психогимнастика, тренировки);
- специально организованная двигательная активность ребенка (физкультминутки, занятия оздоровительной физкультурой, подвижные игры, спортивно-оздоровительные праздники, тематические праздники здоровья, выход на природу, экскурсии) [4, 23-24].

Эффективность положительного воздействия на здоровье детей различных оздоровительных мероприятий, составляющих здоровьесберегающую технологию, определяется не столько качеством каждого из этих приемов и методов, сколько их грамотной “слаженностью” в общей системе, направленной на благо здоровья.

Таким образом, очень важно, чтобы каждая из технологий имела оздоровительную направленность, а используемая в комплексе. Здоровьесберегающая деятельность в итоге сформировала бы у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное и неосложнённое развитие.

С целью реализации здоровьесберегающей технологии в образовательном учреждении необходимо создать условия для укрепления здоровья детей, гармоничного физического развития. Спортивные площадки, тренажёрный и спортивный залы, которые оснащены стандартным и нестандартным оборудованием необходимым для комплексного развития ребён-

ка. В каждый вид деятельности должны быть включены упражнения, игры, которые направлены на укрепление и здоровьесбережение детей. Дозировка и темп зависит от возраста детей, настроения.

Итак, основу здоровьесберегающих образовательных технологий составляют следующие идеи:

- формирование здоровья детей на основе комплексного и системного использования доступных для конкретного образовательного учреждения средств физического воспитания, оптимизация двигательной деятельности на свежем воздухе;
- использование в образовательной деятельности духовно-нравственного и культурного потенциала города, воспитание детей на традициях русской культуры;
- сотрудничество семьи, педагогического коллектива и самих детей в укреплении здоровья, развитии творческого потенциала.

Литература

1. Ахутина Т.В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход. Школа здоровья. 2000.
2. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии. – М.: ВАКО, 2007.
3. Здоровьесберегающие технологии в общеобразовательной школе: методология анализа, формы, методы, опыт применения. / Под ред. М.М. Безруких, В.Д. Сонькина. – М., 2002.
4. Ирхин В.Н., Ирхина И.В. Урок и здоровье школьников: учебное пособие. – Тирасполь, 2009. -227 с.

Чипсанова С.Г.

Стерлитамакский филиал Башкирского государственного университета,
Стерлитамак, Республика Башкортостан, Россия

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ШКОЛЬНИКОВ

Аннотация. Проблема формирования здорового образа жизни детей, подростков и молодежи, является наиболее актуальной на сегодняшний день. Данная тема определяет не только состояние и проблемы здоровья наших детей, но и здоровье, благополучие будущих поколений. Возрастает роль общеобразовательной школы, призванной обеспечить формирование физически и духовно здоровой личности, способной не только адаптироваться к сложным социально-экономическим условиям жизни общества, но и способной к творческому саморазвитию и творческому преобразованию окружающего мира, к формированию своего образа жизни.

Ключевые слова. Здоровый образ жизни, школьники, мотивация.