С. Ю. Гертнер

ПРИНЦИПЫ И ОТЛИЧИТЕЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

Хотя традиционно считается, что основная задача школы – дать необходимое образование, может ли система образования, каждый профессионально подготовленный педагог бесстрастно относиться к неблагополучию и прогрессивно ухудшающемуся состоянию здоровья своих воспитанников?

Понятие «*здоровьесберегающие образовательные технологии*» появилось в педагогическом обиходе лишь в последние 2–3 года. Многие педагоги полагают, что это одна или несколько новых педагогических технологий, альтернативных всем другим. Но это не так.

Цель любой педагогической технологии – достижение того или иного образовательного результата в обучении, воспитании, развитии.

Здоровьесбережение же не может, по определению, выступать в качестве основной и единственной цели образовательного процесса, а только в качестве условия, одной из задач достижения главной цели.

Хотя формально ценность здоровья признается всеми, в том числе и педагогами, упоминание о задаче здоровьесбережения в описании педагогических технологий, методов и систем почти не встречается. Причины этого, как нам представляется, следующие.

Во-первых, ценность заботы о здоровье в теоретических построениях большинства известных ученых – педагогов и практиков отходит на второй план в сравнении с такими категориями, как обученность, воспитанность, личностное развитие и т. п.

Во-вторых, принцип «Не навреди!», который служит девизом здоровьесберегающей педагогики, имманентно присутствует во всех педагогических концепциях как само собой разумеющееся условие.

В-третьих, постановка такой задачи определяет необходимость оценки ее решения, т. е. диагностики влияния этой системы на здоровье, а это составляет дополнительную проблему для авторов технологий.

Здоровьесберегающие технологии являются составной частью и отличительной особенностью всей образовательной системы. Поэтому все, что относится к образовательному учреждению – характер обучения и вос-

питания, уровень педагогической культуры учителей, содержание образовательных программ, условия проведения учебного процесса и т. д. – имеет непосредственное отношение к проблеме здоровья учащихся.

Здоровьесберегающие образовательные технологии можно рассматривать как качественную характеристику любой образовательной технологии, «сертификат безопасности для здоровья», и как совокупность тех принципов, приемов, методов педагогической работы, которые, дополняя традиционные технологии обучения и воспитания, наделяют их признаком здоровьесбережения и способствуют воспитанию у учащихся культуры здоровья.

В числе главных недостатков современной системы образования в России, российской школы – ее *авторитарность*. В результате чего сковывается инициатива учащихся, снижается уровень проявления и развития креативности, снижается самооценка, формируется состояние хронического стресса. Чем более авторитарен учитель, тем более скованными чувствуют себя на уроке его ученики, что приводит к повышенной тревожности, переутомлению. Необходима *индивидуализация педагогического воздействия*, *личностно ориентированный подход*, целенаправленная работа по *формированию культуры здоровья*, формированию у учащихся интереса, мотивации к познанию, обучению.

Количество видов учебной деятельности – опрос учащихся, письмо, чтение, слушание, рассказ, рассматривание наглядных пособий, ответы на вопросы, решение примеров, задач и др. – должны чередоваться 4–7 раз за урок. Однообразность урока способствует утомлению школьников, как бывает, например, при выполнении контрольной работы. Сочинение – более творческая задача, и коэффициент утомления при этом несколько ниже. Наоборот: частая череда смен одной деятельности другой потребует у учащихся дополнительных адаптационных усилий. Средняя продолжительность и частота чередования различных видов учебной деятельности 7–10 мин. Количество видов преподавания: словесный, наглядный, аудиовизуальный, самостоятельная работа и т. д. – в норме не менее трех. Наличие и выбор на уроке методов, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения самих учащихся, когда они действительно превращаются из «потребителей знаний» в субъектов действия по их получению и созиданию. Это такие методы, как:

• *метод свободного выбора* (свободная беседа, выбор действия, способа действия, способа взаимодействия, свобода творчества и т. д.);

• *активные методы* (ученики в роли учителя, обучение действием, обсуждение в группах, ролевая игра, дискуссия, семинар, ученик как исследователь, проблемное обучение);

• *направленные на самопознание и развитие* (интеллекта, эмоций, общения, воображения, самооценки и взаимооценки, педагогика сотрудничества).

Наличие в содержательной части урока вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни, демонстрация, прослеживание этих связей. (Формирование отношения к человеку и его здоровью как к ценности; выработка понимания сущности здорового образа жизни; формирование потребности в здоровом образе жизни; выработка индивидуального способа безопасного поведения, сообщение учащимся о возможных последствиях выбора поведения и т. п.).

С точки зрения психолого-педагогического аспекта следует обращать внимание на наличие мотивации деятельности учащихся на уроке. Внешняя мотивация: оценка, похвала, поддержка, соревновательный момент и т. п. Стимуляция внутренней мотивации: стремление больше узнать, радость от активности, интерес к изучаемому материалу и т. п.

Для того чтобы дети чувствовали себя на уроке комфортно, необходимо создавать психологический климат. Взаимоотношения на уроке: *между учителем и учениками* (комфорт – напряжение, сотрудничество – авторитарность, индивидуальные – фронтальные, учет возрастных особенностей: достаточный – недостаточный); *между учениками* (сотрудничество – соперничество, дружелюбие – враждебность, заинтересованность – безразличие, активность – пассивность. Наличие на уроке эмоциональных разрядок: шутка, улыбка, юмористическая или поучительная картинка, поговорка, известное высказывание (афоризм) с комментарием, небольшое стихотворение, музыкальная минутка.

С точки зрения психогигиенического аспекта, следует обращать внимание на обстановку и гигиенические условия в кабинете (температура и свежесть воздуха, наличие или отсутствие монотонных, неприятных шумов, рациональность освещения класса и доски и т. д.); позу учащихся, чередование позы (наблюдает ли учитель реально за посадкой учащихся; чередуются ли позы в соответствии с видом работы). Необходимо использовать на уроке оздоровительные моменты (физкультминутки, динамические паузы, минутки релаксации, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз, массаж активных точек).