

ле), т. е. соотношение общей массы тела (кг.) на рост (см.); жизненный показатель, т. е. соотношение жизненной емкости легких (мл.) на общую массу тела (гр.); показатель крепости телосложения (Пинье), выражающий разницу между ростом стоя и суммой массы и окружности грудной клетки на выдохе.

Результаты каждого конкретного ученика вводятся в компьютерную базу данных, сопоставляются и сравниваются с определенными заранее нормативами. Программное обеспечение базы данных позволяет автоматически формировать необходимые отчеты и выдавать их бумажные копии. На основании этой информации принимаются управленческие решения на разных уровнях, а также производится статистический анализ.

Такой подход позволяет совершенствовать систему физического воспитания, обеспечивает условия для практической реализации индивидуального подхода к обучению и воспитанию, повышает заинтересованность учителей физической культуры в укреплении здоровья учащихся. Имея информацию о физической подготовленности и физическом развитии, можно моделировать состояние здоровья учащихся с учетом индивидуальных особенностей и в итоге управлять учебным процессом.

Н.В. Третьякова (Новоуральск)

Анализ проведения школьных учебных занятий с позиции здоровьесбережения

Одной из задач, стоящих перед школьной службой здоровья, является анализ проведения учебных занятий с позиции здоровьесбережения. Такой анализ необходим для планирования и проведения работы, направленной на сохранение и укрепление здоровья учащихся, поскольку, все, что относится к образовательному учреждению – характер обучения и воспитания, уровень педагогической культуры учителей, содержание образовательных программ, условия проведения учебного процесса и т. д. – имеет непосредственное отношение к проблеме здоровья школьников.

Большинство позиций, по которым традиционно проводятся оценки, касаются сугубо педагогических критериев проведения урока. Однако почти каждый из этих критериев имеет связь с проблемой здоровья учащихся. В задачи нашего исследования входило изучение гигиенических условий и здоровьесберегающей организации учебного

процесса, психологического климата на уроках учителей-предметников.

В состав экспертной комиссии вошли администрация школы во главе с директором, психологи, организатор оздоровительной работы. Для объективности результатов оценка одного занятия проводилась двумя экспертами.

Исследование показало, что в классных комнатах учителей-предметников в 75 % тепловой режим не соответствует нормативным требованиям (18–21 градус Цельсия), температура завышена (в среднем 24 градуса) вследствие непроветривания помещения перед занятием, о чем также свидетельствует показатель свежести воздуха: только в 50 % комнаты подготовлены к проведению урока. Для 62,5 % характерно нерациональное освещение – не все лампы в рабочем состоянии, что неизбежно приводит к быстрому снижению функций зрительного анализатора. Наличие звуковых раздражителей, таких как гул ламп и шум, создаваемый учащимися, рассредоточивающих внимание, способствующих быстрой утомляемости и снижению работоспособности, отмечено в 37,5 % случаев.

Оценка гигиенической рациональности учебных занятий показала, что количество видов учебной деятельности, применяемых педагогами (такие, как опрос, письмо, чтение, слушание и др.; норма – 4–7 видов за урок), в 87,5 % и видов преподавания (словесный, наглядный, самостоятельная работа и др.; норма – не менее 3-х) в 75 % рационально, так что однообразности уроков, способствующих утомлению школьников, не было. Средняя продолжительность и частота чередования различных видов учебной деятельности, а также чередование видов преподавания применялось всеми педагогами в 100 % случаев также рационально (в среднем 7–10 минут, что соответствует норме).

Наличие и выбор на учебных занятиях места методам, способствующим активизации инициативы и творческого самовыражения самих учащихся, когда они действительно превращаются из «потребителей знаний» в субъектов действия по их получению и созиданию, отмечено у всех педагогов. В частности методы свободного выбора применялись учителями в 75 % случаев, активные методы в 87,5 %, методы, направленные на самопознание и развитие, в 62,5 %.

Оздоровительные моменты (такие, как физкультминутки, минутки релаксации, дыхательная гимнастика и др.) во время занятий использовались только частью педагогов (25 %); это были динамические паузы – 37,5 %, гимнастика для глаз – 12,5 %, массаж активных точек – 12,5 %. Педагоги применяли сочетание этих видов (например, динамическая пауза и гимнастика для глаз). Но, по мнению проверяющих, включение оздоровительных моментов в ход уроков практикуется не-

часто, о чем свидетельствует удивление со стороны учащихся, короткая продолжительность (не более 20 сек.), и максимально упрощенная их содержательная часть (норма: на 15–20 мин. урока по 1 мин. из 3-х легких упражнений с 3–4 повторениями каждого).

В 87,5 % случаев учителя на своих занятиях не наблюдали за посадкой учащихся за партами, неправильное положение которых способствует искривлению позвоночника и формированию неправильной осанки, но чередование позы в соответствии с видом работы (стоя, сидя) применялось в 75 % случаев.

Оценивая психологический климат на уроках (взаимоотношения 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), в 75 % отмечены комфорт и сотрудничество во взаимоотношениях между учителем и ученикам, а также достаточный учет индивидуальных и возрастных особенностей в 50 % случаев. Во взаимоотношениях между учениками в 50 % присутствуют активность и сотрудничество, в 75 % – дружелюбие, в 62,5 % – заинтересованность; в 62,5 % педагоги на своих уроках создают эмоциональные разрядки.

Наличие в содержательной части занятий вопросов, связанных со здоровьем и ЗОЖ, формирование отношения к человеку и его здоровью как ценности, за исключением предмета ОБЖ (где изучался противогаз и правила работы с ним, как средством безопасности), ни на одном из уроков не зафиксировано.

По показателям исследования плотность уроков (количество времени, затраченного школьниками на учебную работу; норма – не менее 60 % и не более 75–80 %) в 62,5 % недостаточно рациональна (более 80 %), в 37,5 % соответствует норме. Тем не менее, момент наступления утомления учащихся и снижение их учебной активности, определяемый в ходе наблюдения по возрастанию двигательных и пассивных отвлечений у детей в процессе учебной работы, лишь в 25 % наступил ранее нормативного времени, остальные 75 % по истечении 40 мин. урока (норма – не ранее 25–30 мин. в 1 классе, 35–40 мин. в начальной школе, 40 мин. в средней и старшей школе).

В 50 % случаев темп окончания уроков спокойный, учащиеся имеют возможность задать учителю вопросы, а педагог прокомментирует заданное на дом задание; в 25 % – быстрый, «скомканный», практически без комментариев записывание домашнего задания и в 25 % отмечено задерживание учащихся в классе после звонка.

Таким образом, анализ проведения учебных занятий дает представление о проблемных моментах в работе педагогов по использованию здоровьесберегательных технологий в своей деятельности; это низкий уровень гигиенической организации урока, несоблюдение гигиенических требований по ряду регламентированных позиций, таких как плотность уроков, наличие, место, содержание и длительность физкультурминутки и т. д.

Знание этих проблем позволяет планировать ближайшие задачи школьной службы здоровья в достижении основной цели – сохранения и укрепления здоровья учащихся. Ведь если забота о здоровье является одним из приоритетов работы всего педагогического коллектива и происходит на профессиональной основе, то можно говорить о реализации в школе здоровьесберегающей педагогики.

Н.Б. Серова (Екатеринбург)

Об организации спортивно-оздоровительных площадок во время школьных каникул

В современном процессе гуманизации общества, где крайне важно осмысление человека как самоценности, остро стоит проблема воспитания человека как личности, способной не только осваивать достижения культуры и умеющего ориентироваться в системе социальных ценностей, но и быть субъектом своей жизнедеятельности, стратегом собственной судьбы.

Проблемы становления личности стали особенно актуальными сегодня в ходе процессов и явлений, происходящих в нашем обществе. Это политические и социально-экономические преобразования; демократизация управления и отношений между людьми; национальное самоопределение; сознательный активный интерес к истории страны, к религии, а также и негативные проявления вседозволенности (рост преступности, алкоголизм, наркомания и т. д.).

Известно множество средств решения проблемы становления личности, и одним из них является организация досуга детей, особенно в каникулярное время. Организация спортивно-оздоровительной площадки во время школьных каникул представляется ядром воспитания и формирования у детей культуры здоровья в широком понимании, отвлечение их от улицы, формирование гражданских и нравственных качеств.