

С каждым занятием, тренировкой, и с каждой минутой потраченного на себя времени, мы понимаем, что становимся все больше уверенными в нашем здоровье, в нашем правильном образе жизни. Нужно постараться ввести как можно больше как для себя, так и для наших близких и родных, уже имеющуюся пользу от существующих физкультурно-оздоровительных технологий. Можно ходить с партнером на танцевальные программы по типу танго, с мамой можно ходить гулять в парках, брать пешие экскурсионные туры в любимом городе, с подругами ходить на йогу и т.д. В наших же интересах вывести эти технологии на более высокий уровень развития, и пользоваться ими в свое удовольствие.

Библиографический список:

1. Доклад "Современные технологии физкультурно-оздоровительной направленности" // Огурцова Алла Олеговна. Открытый урок. URL: <https://urok.1sept.ru/articles/607176> (дата обращения: 11.11.2023).

2. Инновационные технологии в сфере оздоровительно-физкультурных услуг // П.А. Партин, С.В. Комлева, Е.В. Кетриш. Электронный архив РГППУ. URL: https://elar.rsvpu.ru/bitstream/123456789/25766/1/RSVPU_2018_698.pdf (дата обращения: 11.11.2023).

3. Физкультурно-оздоровительные технологии // В.И. Угнивеко, кандидат медицинских наук. Краткий обзор основных оздоровительных систем. URL: <https://medicine-world.ru/pressa.aspx?PressaID=1320> (дата обращения: 11.11.2023).

УДК 373.3

Демина А.Ю.
Demina A. Yu.
МАОУ СОШ № 1
г. Верхняя Пышма, Россия
School No.1
Verkhnyaya Pyshma, Russia

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ИНДИВИДУАЛЬНОМ
ОБУЧЕНИИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ**

**THE USE OF EDUCATIONAL HEALTH-SAVING TECHNOLOGIES IN THE
INDIVIDUAL EDUCATION OF PRIMARY SCHOOL CHILDREN**

Аннотация. В статье рассматривается влияние здоровьесберегающей среды на школьную успешность младших школьников, рассмотрены формы учебной деятельности, с учетом индивидуальных особенностей учеников, а также сотрудничество субъектов педагогического процесса: учитель, ученик, родитель и пути преодоления возникающих трудностей.

Ключевые слова: индивидуальный подход, дифференцированный подход, индивидуальные особенности, успешность обучения, здоровый образ жизни, здоровьесберегающие образовательные технологии, принципы здоровьесбережения.

Abstract. The article examines the influence (pedagogical technique) of a health-preserving environment on the school success of primary schoolchildren, considers the

forms of educational activities are considered, taking into account the individual characteristics of students, as well as the between the subjects of the pedagogical process: teacher, student, parent and ways to overcome emerging difficulties.

Keywords: individual(differentiated) approach, individual characteristics, educational success, teacher, healthy lifestyle, health-saving educational technologies, health-saving principles.

Сегодня приоритетным направлением государственной политики в области образования является сохранение и укрепление здоровья младших школьников.

Это прописано в Федеральных государственных образовательных стандартах (ФГОС) [7] и ключевой идеей является формирование культуры здоровья младшего школьника.

А состояние здоровья детей является важнейшим показателем благополучия и общества, и государства. Использование здоровьесберегающих образовательных технологий является важным фактором сохранения здоровья учеников.

«Здоровьесберегающие образовательные технологии»- понятие, обеспечивающее обучающимся возможность сохранить здоровье во время обучения в школе с использованием психолого-педагогических технологий, направленных на воспитание у школьников культуры здоровья, организации учебного процесса в соответствии с возрастными, половым и индивидуальными особенностями.

Родоначальником понятия здоровьесберегающих технологий стал профессор Н.К. Смирнов, который дал следующее определение: «Это совокупность форм и приемов организации учебного процесса без ущерба для здоровья ребенка и педагога» [6].

Основная идея здоровьесбережения – обеспечить ребенку полноценное развитие через культуру здоровья, поэтому очень важно правильно сконструировать содержание здоровьесберегающего образовательного процесса по всем направлениям развития или отобрать программы нового поколения, обеспечивающие приобщение к ценностям, особенно здорового образа жизни (ЗОЖ). Важным направлением в работе с детьми является сформированность умения с детства заботиться о сохранении своего здоровья. [2; с.33-38].

Учитель, обладая современными педагогическими знаниями, при постоянном взаимодействии с учеником, его родителями, медицинским работником, школьным психологом и социальным педагогом, должен планировать и организовывать свою деятельность с учетом приоритетов сохранения и укрепления здоровья всех субъектов педагогического процесса [1].

«Здоровьесберегающие образовательные технологии» можно рассматривать и как качественную характеристику любой образовательной технологии, и как «сертификат безопасности для здоровья», и как совокупность тех принципов, приемов и методов педагогической работы с уклоном на здоровьесбережение, дополняющее традиционные технологии обучения и воспитания.

Основные принципы здоровьесбережения, сформулированные Н.К. Смирновым [5]:

1. «Не навреди».

2. В приоритете забота о здоровье учителя и ребенка.
3. Непрерывность. Работа по сохранению и защите здоровья школьников должна вестись постоянно и комплексно.
4. Соответствие содержания обучения возрасту.
5. Успех порождает успех. Мотивировать ребенка на успех.
6. Ответственность за свое здоровье.
7. Активность. Активное включение школьника в образовательный процесс снижает риск переутомления.
8. Комплексный, междисциплинарный подход — единство в действиях педагогов, психологов и врачей.
9. Субъект-субъектные взаимоотношения — обучающийся является непосредственным участником здоровьесберегающих мероприятий и в содержательном, и в процессуальном аспектах.

Современный педагог должен участвовать в создании психологически комфортной и безопасной образовательной среды, обеспечивая безопасность жизни детей, сохраняя и укрепляя их здоровье, поддерживая эмоциональное благополучие в период пребывания в школе, в т.ч. во время индивидуального обучения [4].

Задачи, которые должны решать учителя в образовательных учреждениях:

- Создание психолого-педагогических и организационно-педагогических условий, гуманизации и демократизации учебно-воспитательного процесса для обеспечения комфортной среды.

- Переход традиционной информационно-объемной системы обучения на систему, которая учит учащихся самостоятельно добывать знания, свободно мыслить и применять полученную информацию на практике.

- Формирование культуры здорового образа жизни (ЗОЖ) учащихся как в учебное, так и во внеурочное время.

- Обеспечение психологического и медицинского сопровождения образования.

- Открытие в учебном заведении консультативно-оздоровительных центров ЗОЖ для учащихся, родителей и учителей. Каждую субботу месяца в нашей школе проходит единый консультационный родительский день.

- Индивидуальный подход. Это - концентрация усилий с учетом особенностей каждого ученика, особенно важна при подготовке к исследовательским конкурсам по тематике сохранения здоровья (ежегодная областная конференция «Первые шаги в науке» во Дворце Молодежи, традиционная международная конференция в УрГЭУ «Дебют в науке», международный конкурс «О правильном питании и здоровом образе жизни» при поддержке Министерства Просвещения программы «Здоровые дети» другие).

Основная задача индивидуального подхода в обучении –изучение психологических особенностей детей [3; с.40–44]. Основной идеей индивидуального подхода является достижение педагогического воздействия на каждого ребенка в учебно-воспитательной работе с коллективом детей [3; с.40–44].

Таким образом, дифференцированный подход (индивидуальный подход) позволяет скорректировать процесс обучения с каждым обучающимся с учетом

системы здоровьесбережения, основанной на «стыке» возрастной физиологии, валеологии, детской психологии, педагогики, методики здоровьесберегающих и здоровьеразвивающих современных технологий, способствуя сохранению и укреплению здоровья детей.

Библиографический список:

1. Вайнер, Э. И. Как сохранить здоровье учеников. Методические разработки для учителя. [Текст] / Э. И. Вайнер. Москва: Чистые пруды, 2006. С.30.
2. Горохова, Н. А. Организация здоровьесбережения в школе [Текст] / Н. А. Горохова // ОБЖ. 2010. № 7. С. 33-38.
3. Ковшаров, М. В. Индивидуальный подход к обучению школьников: методы работы с учащимися в рамках индивидуального подхода / Наукосфера. № 3-2. 2021. С. 40–44.
4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010 г. N 189 г. Москва "Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях"[Электронный ресурс] URL: <https://rg.ru/2011/03/16/sanpin-dok.html> (дата обращения: 11.01.2019)
5. Смирнов, Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. [Текст] / Н. К. Смирнов. Методическое пособие. Москва: АПК и ПРО, 2002. 121 с.

УДК 796/799

Иванов Д.Д.

Ivanov D.D.

Уральский государственный университет путей сообщения

г. Екатеринбург, Россия

Ural State Transport University

Ekaterinburg, Russia

**АДАПТИВНОЕ ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЛЯ ЛЮДЕЙ
С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ
ADAPTIVE PHYSICAL EDUCATION FOR PEOPLE WITH
DISABILITIES**

Аннотация. В данной статье рассмотрены общие вопросы доступности спорта для людей с ограниченными возможностями и обособленными потребностями. Эта тема актуальна и важна, поскольку затрагивает вопросы образования и спортивной деятельности. Обсуждение адаптивного физического воспитания и спорта в системе образования способствует повышению осведомленности и эффективности подходов к обучению и развитию детей и взрослых с ограниченными возможностями. Рассмотрена важная тема для создания более доступной среды в образовании и спорте. Обсуждение адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта в системе образования позволит рассмотреть перспективы развития данной области, выявить лучшие практики и инновации, способствующие созданию приветливой среды и расширению возможностей для людей с особыми потребностями. Также стоит обратить внимание на социально-культурные аспекты данной темы, поскольку они играют важную роль в формировании позитивного отношения общества, что так же отражено в данной статье. Информационные