

«Применение здоровьесберегающих технологий с целью повышения качества образования.

Башилова Т.В.

*От жизнедеятельности, бодрости детей зависит их
духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие,
прочность знаний, вера в свои силы...*

В.А. Сухомлинский

Стандарт второго поколения впервые определяет здоровье школьников в качестве одного из важнейших результатов образования, а сохранение и укрепление здоровья – как приоритетное направление деятельности образовательного учреждения.

В создавшейся обстановке естественным стало активное использование педагогических технологий, нацеленных на охрану здоровья школьников.

Деятельность педагога на организацию здоровьесберегающей среды на уроке направлена на:

- Ø Создание на уроке психологического комфорта;
- Ø Соблюдение санитарно-гигиенических условий (экология кабинета);
- Ø Двигательная активность на уроке;
- Ø Воспитательная работа;
- Ø Здоровьесберегающие технологии.

Здоровьесберегающие технологии – это технологии позволяющие педагогу добиться наибольшей эффективности обучения с наименьшим причинением вреда их психическому и физическому здоровью.

Данные технологии должны удовлетворять принципам здоровьесбережения, которые сформулировал Никита Константинович Смирнов: «Не навреди!» — все применяемые методы, приемы, используемые средства должны быть обоснованными, проверенными на практике, не наносящими вреда здоровью ученика и учителя.

Успеваемость детей напрямую зависит от их физического и психического здоровья. Чем лучше ребенок чувствует себя в процессе обучения, тем выше будет уровень его успеваемости.

Можно выделить основные потребности учащихся:

- потребность в движении;
- потребность в общении;
- потребность ощущать безопасность;
- потребность в похвале за каждый пусть маленький успешный шаг;
- потребность чувствовать себя личностью, и чтобы учитель относился к ним как к личностям.

Таким образом, учителю необходимо строить процесс обучения, основываясь на этих потребностях и использовать определенные технологии обучения, не только развивающие, но и позволяющие сохранить психическое и физическое здоровье учащихся.

Для того чтобы добиться наибольшей эффективности урока следует организовать урок с позиции здоровьесбережения учащихся.

1. Правильная организация урока – это учет всех критериев здоровьесбережения на рациональном уровне.

Ø Различные виды учебной деятельности, их средняя продолжительность и частота чередования;

Ø Виды преподавания (словесный, наглядный, аудиовизуальный, парная и групповая работа и т.д.).

Ø Наличие, место, содержание и продолжительность физкультминуток;

Ø Место и длительность применения ТСО;

Ø Психологический климат на уроке (преобладание положительных эмоций)

2. Психолого-педагогические технологии здоровьесбережения. Я хочу представить те технологии и формы работы, которые использую на уроках географии.

Ø **Снятие эмоционального напряжения.** Доброе слово и улыбка в начале урока уже снимает эмоциональное напряжение. При изучении новой темы на этапе актуализации знаний или мотивации я, при возможности, использую небольшие видеоролики по теме. Так при изучении Кавказа использую видеоролик с видами Кавказских гор. При изучении отдельных стран можно познакомить ребят с интересными, иногда очень забавными фактами о них. Например: Россия – страна крупнейший производитель кислорода (в Сибири сосредоточено 25% мировых запасов леса); Канада – страна с самым большим количеством озёр (60% - 3000000 озёр).

Ø **Создание благоприятного психологического климата на уроке.** Одним из важнейших аспектов является именно психологический комфорт школьников во время урока. С одной стороны, таким образом, решается задача предупреждения утомления учащихся, с другой — появляется дополнительный стимул для раскрытия творческих возможностей каждого ребенка.

Ø **Охрана здоровья и пропаганда здорового образа жизни.** Как показывают исследования, наиболее опасным фактором для здоровья человека является его образ жизни. Следовательно, если научить человека со школьных лет ответственно относиться к своему здоровью, то в будущем у него больше шансов жить, не болея. Такие вопросы на уроках географии мы затрагиваем при изучении тем «Население». И чаще всего эти вопросы носят проблемный характер.

«Почему японцы являются мировыми лидерами по продолжительности жизни? Почему Японию называют нацией здоровых людей, несмотря на неблагоприятную экологическую обстановку и очень высокий темп жизни?»

«Почему на Кавказе так много долгожителей?»

Ø **Физкультминутки** должны соответствовать возрастным способностям учащихся. И если в начальных классах они имеют игровой характер, то в среднем звене и старших классах физкультминутки должны соответствовать теме урока.

При изучении темы «Азимут и ориентирование на местности» учитель называет стороны горизонта в разном порядке, учащиеся разворачиваются в данном направлении.

Для отдыха глаз можно предложить учащимся сыграть в игру «Да –нет» закрытыми глазами. Учащиеся закрывают глаза, если они согласны с утверждением, то поднимают руку. В данном случае физкультминутка сочетается с первичным закреплением знаний

Ø **Игровые технологии.** Игра – один из приемов преодоления пассивности учеников, при этом соревнования в игре способствуют усилению работоспособности.

На уроках географии существует множество возможностей использовать данную технологию в разных ее проявлениях. Игровые моменты: кто быстрее покажет на карте географический объект, кто лучше всех покажет какое-то географическое явление или объект. В данном случае игровой момент выступает еще и в роли физкультминутки.

Ø **Проблемное обучение.** Как уже говорилось выше, на уроках географии мы можем обсуждать и решать проблемы ЗОЖ в разных странах.

Ø **Проектные технологии,** где темами проектов выступают вопросы ЗОЖ. Например, составление памятки как выжить в условиях пустыни или джунглей, или памятка путешественника по Австралии. Так или иначе, в этих проектах будут вопросы, касающиеся безопасности здоровья человека.

Применение здоровьесберегающих технологий как отдельных элементов урока по силам каждому учителю. Если это станет системой, и мы все поймём, что здоровье – самое ценное, что есть у человека, наши дети будут здоровы и умны.