**Здоровьесберегающие технологии на уроках производственного обучения**

И.Ю. Капитунова, преподаватель

ГБПОУ «Профессиональное училище с.Домашка»

*В статье рассматриваются практические методы применения здоровьесберегающих технологий на уроках производственного обучения по профессии «Хозяйка (ин) усадьбы».*

Одной из главных задач любого учебного учреждения является создание условий, гарантирующих формирование и укрепление здоровья обучающихся. Основным из средств реализации этой задачи является формирование здорового образа жизни.

Возникшая в последние годы нестабильность в социально-экономической обстановке нашей страны отрицательно повлияла на показатель здоровья обучающихся, снизился потенциальный уровень возможности семьи по жизнеобеспечению обучающейся молодежи. Ни для кого не является секретом, что в училище идут получать образование дети из малообеспеченных и неблагополучных семей, а также сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей.

Именно поэтому, училище должно стать «школой здорового стиля жизни» обучающихся, где любая их деятельность (учебная, спортивная, досуговая, и др.) будет носить оздоровительно-практическую направленность. Обучение в училище направлено на формирование у обучающихся общих и профессиональных компетенций, способствующих ведению здорового образа жизни, умению принятия самостоятельных решений в различных производственных ситуациях при этом поддерживать и укреплять свое здоровье.

Термин «здоровьесберегающие образовательные технологии» можно рассматривать и как качественную характеристику любой образовательной технологии, и как совокупность тех принципов и методов педагогической работы, которая дополняет традиционные технологии обучения и наделяет их признаком здоровьесбережения.

В качестве основополагающих принципов здоровьесберегающей технологии я выделяю следующие:

1) создание благоприятной атмосферы, которая должна обеспечить снятие стрессобразующих факторов;

2) изучение динамики способностей обучающихся;

3) мотивация образовательного процесса;

4) построение учебного занятия;

5) освоение нового материала;

6) осознание обучающимися успешности выполнения заданий (приобретение компетенций);

7) рациональная организация двигательной активности, сочетание физических и умственных нагрузок;

8) обеспечение прочного запоминания обучающимися нового материала.

От правильной организации урока, уровня его рациональности во многом зависит состояние обучающихся в процессе учебной деятельности, возможность поддерживать умственную работоспособность и предупреждать преждевременное наступление утомления.

Анализ научно-методической литературы и собственный практический опыт позволяют выделить следующие правила построения урока:

1) правильная организация урока;

2) использование каналов восприятия;

3) учет зоны работоспособности обучающихся.

Специфика производственного обучения (учебной практики) заключается в том, что обучающиеся на практике отрабатывают знания, полученные на занятиях теоретического обучения. Занятия продолжаются 6 академических часов и поэтому необходимо организовать урок в так, чтобы правильно совместить умственную и физическую нагрузку. Так как я веду уроки по производственному обучению по технологии производства, хранения и переработки продукции растениеводства, то мне важно какие приемы здоровьесберегающей технологии можно применить на уроках производственного обучения.

Первые 5 минут – фаза вхождения в урок: нагрузка небольшая, проходит перекличка, проверяется готовность к занятиям. Следующие 15 – 20 минут занятия переходим к названию темы и определению целевой установки на урок, пробуждаю эмоциональный интерес к практическим видам работ. Методом мозгового штурма обучающиеся вспоминают названия овощных и плодовых растений, приводят исторические справки, рассказывают о видах и формах овощей, плодов и ягод, технологии их возделывания. Затем провожу инструктаж по технике безопасности выполнения практических работ. После инструктажа обучающиеся получают задание. При проведения уроков учебной практики я применяю индивидуальное обучение или коллективное в малых группах. При разделении коллектива на малые группы стараюсь более слабых обучающихся прикреплять к более сильным, девушек работать в паре с юношами. Такое деление не дает обучающимся расслабляться, заставляет задумываться над своим поведением, учит нести ответственность за партнера и выполняемую работу, вызывает чувство соперничества, лидерства.

Основная часть урока производственного обучения это выполнение практического задания. И здесь важно следить за ходом выполнения работ. При выполнении практического задания наступает наибольшая работоспособность обучающихся. Они с интересом подготавливают почвенные грунты, подготавливают различными способами семена овощных растений к посеву, проводят посев и осуществляют уход за растениями в закрытом и открытом грунте, выполняют методы прививок плодовых деревьев, проводят их обрезку и т.д. Обучающиеся все разные, с разной физической подготовкой, монотонность выполнения работы многих утомляет. Мой опыт работы показал, что лучше задание в такой момент не выполнять, а провести технический перерыв (попить травяной чай из термоса, запечь картофель, собрать гербарий нескольких сорных растений, рассказать веселые истории и т.д.). Иногда стараюсь переключить внимание на тех обучающихся, кто уже выполнил задание, указываю на ошибки, если необходимо совместными усилиями исправляем их. Таким образом, даю отдохнуть той части группы, которая отстала, затем продолжаем выполнение заданий. Стараюсь внушить им, что человек может все, главное захотеть. Атмосфера дружелюбия и взаимопомощи всегда присутствует на уроке. А уроки, проводимые на свежем воздухе, наиболее любимы всеми обучающимися.

Выполнение практических работ на улице помогает обучающимся отдохнуть от компьютеров и телефонов, а в учебное время находиться на свежем воздухе, отрабатывать профессиональные компетенции, укреплять свое здоровье. Смена разных видов деятельности способствует снятию усталости и повышению мотивации к обучению.

В заключение урока использую рефлексию: обсуждаем вместе правильность выполнения задания. Причем каждый член группы должен высказать свое мнение. Благодаря позитивному настрою обучающиеся овладевают способами делового и личностного общения, сотрудничества, принятия иной точки зрения умением слышать и слушать, умением понять другого человека, что помогает развитию коммуникативных навыков, толерантности. Для закрепление нового материала использую решение тестовых заданий разноуровненного характера, задания с выбором ответа, с открытым ответом, задания на перегруппировку, на распознавание и поиск ошибок, решение заданий с применением ИКТ, просмотр видеофильма.

Домашнее задание обсуждаю вместе с обучающимися и даю на выбор, что помогает закрепить профессиональные компетенции, улучшить зрительную память и сделать упор на конкретное его выполнение.

Задача преподавателя производственного обучения заключается в том, чтобы помочь каждому обучающемуся развить свои умения и навыки. А здоровьесберегающие технологии помогают получить выпускнику образовательного учреждения высокий уровень реального здоровья (физического, психологического, социального) вооружая его необходимым багажом знаний, профессиональными и общими компетенциями, практического опыта для ведения здорового образа жизни и воспитывая у него культуру здоровья. Тогда диплом о профессиональном образовании будет действительно путевкой в счастливую самостоятельную жизнь, свидетельством живого примера молодого специалиста, заботящегося не только о своем здоровье, но и о здоровье окружающих его людей.

Список источников информации.

1. Зайцев Н.К., Колбанов В.В. Стратегия понимания здорового образа жизни у учителей// Валеология: Диагностика, средства и практика обеспечения здоровья. Выпуск 3. - Владивосток: Дальнаука, 1996. с. 148-153.

2. Профессии работников сферы обслуживания: учеб. пособие для профильной ориентации / А.Ю.Лапин, Л.Г.Чеснокова. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 272 с.

3. Солдатенко О.А. Здоровьесберегающие образовательные технологии на уроках ОБЖ как системный подход к обучению и воспитанию // Современная педагогика. 2013. № 2 [Электронный ресурс]. URL: <http://pedagogika.snauka.ru/2013/02/852>.