

*«Забота о здоровье ребёнка –это
не просто комплекс санитарно-
гигиенических норм и правил...
и не свод требований к режиму,
питанию, труду, отдыху. Это прежде
всего забота о гармоничной полноте
всех физических и духовных сил, и
венцом этой гармонии является
радость творчества»
В.А.Сухомлинский*

ВВЕДЕНИЕ

Проблема сохранения и целенаправленного формирования здоровья детей, молодёжи в сложных современных условиях развития России исключительно значима и актуальна, поскольку связана напрямую с проблемой безопасности и независимости. В соответствии с законом РФ "Об образовании" (ст. 2; 51) государственная политика в области образования основывается на принципах гуманистического характера, приоритете общечеловеческих ценностей, жизни и здоровья человека, свободного развития личности. Охрану здоровья детей можно назвать приоритетным направлением деятельности всего общества, поскольку лишь здоровые дети в состоянии должным образом усваивать полученные знания и в будущем способны заниматься производительно-полезным трудом. Состояние здоровья детей, подростков и молодёжи в России вызывает обоснованную тревогу не только у работников системы образования и здравоохранения, но и у всего общества в целом.

А что происходит в нашей школе сегодня? По данным Минздрава РФ на сегодня каждый пятый школьник имеет хроническую патологию, у половины школьников отмечаются функциональные отклонения. А ведь успешность обучения в школе определяется уровнем состояния здоровья, с которым ребёнок пришёл в первый класс. Однако результаты медицинских осмотров детей говорят о том, что здоровым можно считать лишь 20-25% первоклассников. У остальных же имеются различные нарушения в состоянии здоровья. За последние годы в России произошло значительное качественное ухудшение здоровья школьников. По

данным исследований, лишь 10% выпускников школ могут считаться здоровыми, 40% имеют различную хроническую патологию. У каждого второго школьника выявлено сочетание нескольких хронических заболеваний.

Практически во всех регионах России в среднем по стране более 35% дошкольников, 60% школьников имеют хронические заболевания и нуждаются в стационарном лечении. Лидирующее положение занимают болезни опорно-двигательного аппарата – 60-70%, причина – слабое развитие мышечного аппарата. В школу поступают практически здоровыми 75% детей, а заканчивают её здоровым лишь каждый десятый выпускник.

Вышеуказанные факты свидетельствуют о том, что необходима специальная работа школы по сохранению и укреплению здоровья учащихся. Ведущим фактором здоровья является образ жизни, формировать который может и призвана школа, ибо, как писал всемирно известный хирург и один из первых русских учёных-педагогов Н.И.Пирогов, « всё будущее жизни находится в руках школы... прямое назначение школы, примиренной с жизнью, - быть руководителем жизни на пути к будущему».

Все перечисленное выше обусловило актуальность темы нашего исследования: «Использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе».

Объект исследования: процесс обучения и воспитания в школе.

Предмет: здоровьесбережение учащихся школы.

Цель исследования: проанализировать результативность использования современных здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе школы.

Задачи исследования:

1. Проанализировать научную, методическую и учебную литературу по проблеме исследования и изучить в психолого-педагогической литературе понятие «Здоровьесберегающие образовательные технологии».
2. Уточнить сущность понятия «здоровьесберегающие технологии».
3. Определить состояние проблемы применения изучаемой технологии.
4. Выяснить какие факторы способствуют сохранению, улучшению здоровья учащихся.

5. Рассмотреть современные подходы к сохранению и формированию здоровья учащихся на уроке. Определить каким требованиям должны удовлетворять содержание обучения, средства обучения, организация уроков м физики и др. для обеспечения сохранения, улучшения здоровья учащихся.

Рабочая гипотеза

Если значительные потери здоровья детей и подростков связаны с обучением в школе, то внедрение личностно – ориентированного подхода к оздоровлению, образованию и воспитанию учащихся позволит сохранить и повысить уровень здоровья и общей культуры школьников. Эти результаты будут способствовать воспитанию у ребёнка потребности быть здоровым, научить его этому, организовать помощь в сохранении и формировании здоровья. Выпускник школы должен быть личностью духовно, физически и социально здоровой, способной управлять своим здоровьем и формировать его.

1. ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ ИССЛЕДОВАНИЯ ПРОБЛЕМЫ

1.1. Словарь терминов по здоровьесберегающим технологиям

Технология- это инструмент профессиональной деятельности педагога, соответственно характеризующаяся качественным прилагательным-педагогическая. Сущность педагогической технологии заключается в том, что она имеет выраженную этапность (пошаговость), включает в себя набор определенных профессиональных действий на каждом этапе, позволяя педагогу еще в процессе проектирования предвидеть промежуточные и итоговые результаты собственной профессионально-педагогической деятельности. Педагогическую технологию отличают: конкретность и четкость цели и задач; наличие этапов: первичной диагностики; отбора содержания, форм, способов и приемов его реализации; использования совокупности средств в определенной логике с организацией промежуточной диагностики для достижения обозначенной цели; итоговой диагностики достижения цели, критериальной оценки результатов. Важнейшей характеристикой педагогической технологии является ее воспроизводимость.

Здоровьесберегающие образовательные технологии (ЗОТ)- 1) системно организованная совокупность программ, приемов, методов организации образовательного процесса, не наносящего ущерба здоровью его участников; 2) качественная характеристика педагогических технологий по критерию их воздействия на здоровье учащихся и педагогов; 3) технологическая основа здоровьесберегающей педагогики.

Здоровье детей – это общая проблема медиков, педагогов и родителей. И решение этой проблемы зависит от внедрения в школу здоровьесберегающих технологий. Под здоровьесберегающими образовательными технологиями в широком смысле слова следует понимать все те технологии, использование которых в образовательном процессе идет на пользу здоровья учащихся. (по Деркунской В.А.)

Здоровьесберегающие технологии реализуются на основе личностно-ориентированного подхода. Осуществляемые на основе личностно-развивающих ситуаций, они относятся к тем жизненно важным факторам, благодаря которым учащиеся учатся жить вместе и эффективно взаимодействовать. Предполагают

активное участие самого обучающегося в освоении культуры человеческих отношений, в формировании опыта здоровьесбережения, который приобретается через постепенное расширение сферы общения и деятельности учащегося, развитие его саморегуляции (от внешнего контроля к внутреннему самоконтролю), становление самосознания и активной жизненной позиции на основе воспитания и самовоспитания, формирования ответственности за свое здоровье, жизнь и здоровье других людей.

По определению В.В. Серикова, технология в любой сфере — это деятельность, в максимальной мере отражающая объективные законы данной предметной сферы, построенная в соответствии с логикой развития этой сферы и потому обеспечивающая наибольшее для данных условий соответствие результата деятельности предварительно поставленным целям. Следуя этому методологическому регулятиву, технологию, применительно к поставленной проблеме, можно определить как здоровьесберегающую педагогическую деятельность, которая по-новому выстраивает отношения между образованием и воспитанием, переводит воспитание в рамки человекообразующего и жизнеобеспечивающего процесса, направленного на сохранение и приумножение здоровья ребенка. Здоровьесберегающие педагогические технологии должны обеспечить развитие природных способностей ребенка: его ума, нравственных и эстетических чувств, потребности в деятельности, овладении первоначальным опытом общения с людьми, природой, искусством.

«Здоровьеформирующие образовательные технологии», по определению Н.К. Смирнова, - это все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни.

Здоровьесберегающая технология, по мнению В.Д. Сонькина, - это:

- условия обучения ребенка в школе (отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания);
- рациональная организация учебного процесса (в соответствии с

возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями);

- соответствие учебной и физической нагрузки возрастным возможностям ребенка;
- необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим.

Под **здоровьесберегающей образовательной технологией** (Петров) понимает систему, создающую максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья всех субъектов образования (учащихся, педагогов и др.). В эту систему входит:

1. Использование данных мониторинга состояния здоровья учащихся, проводимого медицинскими работниками, и собственных наблюдений в процессе реализации образовательной технологии, ее коррекция в соответствии с имеющимися данными.

2. Учет особенностей возрастного развития школьников и разработка образовательной стратегии, соответствующей особенностям памяти, мышления, работоспособности, активности и т.д. учащихся данной возрастной группы.

3. Создание благоприятного эмоционально-психологического климата в процессе реализации технологии.

4. Использование разнообразных видов здоровьесберегающей деятельности учащихся, направленных на сохранение и повышение резервов здоровья, работоспособности (Петров О.В.)

1.2. Основными компонентами здоровьесберегающей технологии выступают:

- **аксиологический**, проявляющийся в осознании учащимися высшей ценности своего здоровья, убежденности в необходимости вести здоровый образ жизни, который позволяет наиболее полно осуществить намеченные цели, использовать свои умственные и физические возможности.

Осуществление аксиологического компонента происходит на основе формирования мировоззрения, внутренних убеждений человека, определяющих рефлексию и присвоение определенной системы духовных, витальных, медицинских, социальных и философских знаний, соответствующих физиологическим и нейропсихологическим особенностям возраста; познание законов психического развития человека, его взаимоотношений с самим собой, природой, окружающим миром. Таким образом, воспитание как педагогический процесс направляется *на формирование ценностно-ориентированных установок на здоровье, здоровьесбережение и здравотворчество*, построенных как неотъемлемая часть жизненных ценностей и мировоззрения. В этом процессе у человека развивается эмоциональное и вместе с тем осознанное отношение к здоровью, основанное на положительных интересах и потребностях.

- **гносеологический**, связанный с приобретением необходимых для процесса здоровьесбережения знаний и умений, познанием себя, своих потенциальных способностей и возможностей, интересом к вопросам собственного здоровья, к изучению литературы по данному вопросу, различных методик по оздоровлению и укреплению организма. Это происходит благодаря процессу формирования знаний о закономерностях становления, сохранения и развития здоровья человека, овладению умениями сохранять и совершенствовать личное здоровье, оценке формирующих его факторов, усвоению знаний о здоровом образе жизни и умений его построения. Этот процесс направлен на формирование системы научных и практических знаний, умений и навыков поведения в повседневной деятельности обеспечивающих ценностное отношение к личному здоровью и здоровью окружающих людей. Все это ориентирует школьника на развитие знаний, которые включают факты, сведения, выводы, обобщения об основных направлениях взаимодействия человека с самим собой, с другими людьми и окружающим миром. Они побуждают человека заботиться о своем здоровье, вести здоровый образ жизни, заранее предусматривать и предотвращать возможные отрицательные последствия для *собственного организма и образа жизни*.

- **здоровьесберегающий**, включающий систему ценностей и установок, которые формируют систему гигиенических навыков и умений, необходимых для нормального функционирования организма, а также систему упражнений, направленных на совершенствование навыков и умений по уходу за самим собой, одеждой, местом проживания, окружающей средой. Особая роль в этом компоненте отводится соблюдению режима дня, режима питания, чередования труда и отдыха, что способствует предупреждению образования вредных привычек, функциональных нарушений заболеваний, включает в себя психогигиену и психопрофилактику учебно-воспитательного процесса, использование оздоровительных факторов окружающей среды и ряд специфических способов оздоровления ослабленных.

- **эмоционально-волевой**, который включает в себя проявление психологических механизмов — эмоциональных и волевых. Необходимым условием сохранения здоровья являются положительные эмоции; переживания, благодаря которым у человека закрепляется желание вести здоровый образ жизни. Воля — психический процесс сознательного управления деятельностью, проявляющийся в преодолении трудностей и препятствий на пути к поставленной цели. Личность с помощью воли может осуществлять регуляцию и саморегуляцию своего здоровья. Воля является чрезвычайно важным компонентом, особенно в начале оздоровительной деятельности, когда здоровый образ жизни еще не стал внутренней потребностью личности, а качественные и количественные показатели здоровья еще рельефно не выражаются. Он направлен на формирование опыта взаимоотношений личности и общества. В этом аспекте эмоционально-волевой компонент формирует такие качества личности, как организованность, дисциплинированность, долг, честь, достоинство. Эти качества обеспечивают функционирование личности в обществе, сохраняют здоровье, как отдельного человека, так и всего коллектива.

- **экологический**, учитывающий то, что человек как биологический вид существует в природной среде, которая обеспечивает человеческую личность определёнными биологическими, экономическими и производственными

ресурсами. Кроме того, она обеспечивает ее физическое здоровье и духовное развитие. Осознание бытия человеческой личности в единстве с биосферой раскрывает зависимость физического и психического здоровья от экологических условий. Рассмотрение природной среды как предпосылки здоровья личности позволяет нам внести в содержание здравотворческого воспитания формирование умений и навыков адаптации к экологическим факторам. К сожалению, экологическая среда образовательных учреждений не всегда благоприятна для здоровья учащихся. Общение с миром природы способствует выработке гуманистических форм и правил поведения в природной среде, микро- и макросоциуме. В то же время природная среда, окружающая школу, является мощным оздоровительным фактором.

- **физкультурно-оздоровительный компонент** предполагает владение способами деятельности, направленными на повышение двигательной активности, предупреждение гиподинамии. Кроме того, этот компонент содержания воспитания обеспечивает закаливание организма, высокие адаптивные возможности. Физкультурно-оздоровительный компонент направлен на освоение личностно-важных жизненных качеств, повышающих общую работоспособность, а также навыков личной и общественной гигиены.

Цель здоровьесберегающих образовательных технологий обучения – обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни. Основной показатель, отличающий все здоровьесберегающие образовательные технологии, – регулярная экспресс-диагностика состояния учащихся и отслеживание основных параметров развития организма в динамике (начало – конец учебного года), что позволяет сделать соответствующие выводы о состоянии здоровья учащихся.

Здоровьесберегающие – технологии, создающие безопасные условия пребывания, обучения и работы в школе, решающие задачи рациональной организации образовательного процесса, соответствия учебной и физической нагрузок возрастным возможностям ребенка:

- диспансеризация учащихся;

- профилактические прививки;
- обеспечение двигательной активности;
- витаминизация;
- мероприятия в период повышенной заболеваемости ОРВИ и т.д.

Оздоровительные – технологии, направленные на решение задач укрепления физического здоровья учащихся

- физическая подготовка;
- физиотерапия;
- ароматерапия;
- закаливание;
- гимнастика;
- массаж.

Технологии обучения здоровью – гигиеническое обучение и образование

- обучение гигиеническим навыкам;
- профилактика травматизма;
- профилактика злоупотребления наркотическими и психоактивными веществами;
- включение в БУП новых предметов («Расту здоровым», «Твое здоровье»).

Воспитание культуры здоровья

- воспитание личностных качеств, способствующих сохранению и укреплению здоровья;
- формирование мотивации на ведение ЗОЖ;
- воспитание ответственности за собственное здоровье, здоровье семьи.

2. ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ ИССЛЕДОВАНИЯ ПРОБЛЕМЫ

2.1. Анализ состояния здоровья учащихся школы

Показатели здоровья являются наиболее объективными и надёжными критериями благоприятного или неблагоприятного влияния факторов внешней среды, в том числе и обучения, на рост и развитие организма. Их знание позволяет обосновать профилактические мероприятия по охране и укреплению здоровья. Была обследована картина состояния здоровья детей за 2009 и 2010 годы, данные можно отобразить в таблице.

<i>Год</i>	<i>Средний состав</i>	<i>Группы здоровья</i>	<i>Анализ заболеваемости</i>			
			<i>Болезни глаз, нарушения зрения</i>	<i>Нарушение осанки, сколиоз</i>	<i>Болезни органов пищеварения</i>	<i>Болезни органов дыхания</i>
2009	713 Выявлено заболеваний 815	I-103 II-403 III-203 IV-4	148	86	6	49
2010	758 Выявлено заболеваний 848	I-107 II-463 III-196 IV-1	161	95	17	52

Диаграммы состояния здоровья школьников за последние два года даются в приложении 1

2.2. Трудности внедрения здоровьесберегающих технологий

Рассматривая факторы, оказывающие неблагоприятное воздействие на здоровье (патогенные факторы), в аспекте охраны здоровья учащихся, необходимо разделить их на 2 большие группы: факторы, непосредственно связанные с образовательным процессом, образовательными учреждениями (их часто называют

«внутришкольными»), и все остальные факторы, потенциально оказывающие воздействие на здоровье школьников.

Перечень общепатогенных факторов, наносящих вред здоровью всех граждан, в том числе и здоровью школьников:

1. Низкий уровень мотивации на сохранение и укрепление индивидуального здоровья.

2. «Забалтывание» проблемы здоровья.

3. Сужение понятия здоровья.

4. Воздействие неблагоприятных для здоровья экологических факторов.

5. Воздействие неблагоприятных для здоровья антропогенных и техногенных факторов.

6. Отсутствие целостной и целенаправленной системы формирования культуры здоровья населения. Сюда можно отнести:

6.1. Отсутствие последовательной и непрерывной системы обучения здоровью.

6.2. Отсутствие интегративности

6.3. Низкий уровень санитарно – гигиенической, просветительской работы.

6.4. Отсутствует мода на здоровье.

6.5. Мало внимания уделяется вопросам формирования культуры отдыха.

7 . Несовершенство законодательной, нормативно – правовой базы, регламентирующей деятельность по охране здоровья населения, в частности, детей и подростков школьного возраста.

8 . Несформированность культуры здоровья у учителей, неблагополучие их состояния здоровья. Учительство как профессиональная группа представляет одну из наиболее выраженных групп риска. Учителя сами нездоровы и невольно подают дурной пример своим воспитанникам. Ведь «у нездорового учителя не может быть здоровых воспитанников!»

Наряду с такими факторами, как генетическая обусловленность, неблагоприятные социальные, экологические условия развития и другие им подобные, неблагоприятное и существенное воздействие на здоровье школьников оказывает другая группа факторов – «внутришкольные», имеющие

непосредственное отношение к проблеме здоровьесберегающих образовательных технологий.

Приведем примерный перечень внутришкольных факторов, представляющих потенциальную угрозу для здоровья учащихся.

I. Гигиенические условия, факторы

- 1.1. шум
- 1.2. освещенность
- 1.3. воздушная среда
- 1.4. размер помещений, кубатура
- 1.5. дизайн, цвет стен (видеоэкологические факторы)
- 1.6. используемые стройматериалы, краска
- 1.7. мебель: размеры, размещение в помещении
- 1.8. видеоэкранные средства – компьютеры, телевизоры
- 1.9. пищеблок: ассортимент, качество пищи, организация питания
- 1.10. качество питьевой воды, используемой в школе
- 1.11. экологическое состояние прилегающей к школе территории
- 1.12. состояние сантехнического оборудования.

II. Учебно-организационные факторы (зависящие в большей степени от администрации школы)

2.1. объем учебной нагрузки, ее соответствие возрастным и индивидуальным возможностям школьника

2.2. расписание уроков, распределение нагрузки по дням, неделям, в учебном году

2.3. организационно-педагогические условия проведения урока (плотность, чередование видов учебной деятельности, проведение физкультминуток, упражнений для зрения и т.п.)

2.4. объем физической нагрузки – по дням, за неделю, за месяц (на уроках физкультуры, на переменах, во внеучебное время)

2.5. особенности устава школы и норм жизни школы

2.6. медицинское и психологическое обеспечение школы

2.7. участие родителей учащихся в жизни школы

2.8. стиль управления администрации, характер отношений «по вертикали»

2.9. психологический климат педагогического коллектива, характер отношений «по горизонтали»

2.10. интегрированность школы в окружающий социум, влияние администрации района и других организаций на жизнь школы

2.11. наличие/отсутствие системы работы по формированию культуры здоровья и здорового образа жизни учащихся

2.12. позиция и уровень компетентности руководства по вопросам сохранения и укрепления здоровья учащихся.

III. Психолого-педагогические факторы (зависящие в большей степени от учителя)

3.1. психологический климат в классе, на уроке, наличие эмоциональных разрядок

3.2. стиль педагогического общения учителя с учащимися

3.3. характер проведения опросов и экзаменов, проблема оценок

3.4. степень реализации учителем индивидуального подхода к ученикам (особенно, группы риска)

3.5. особенности работы с «трудными подростками» в классе

3.6. соответствие используемых методик и технологий обучения возрастным и функциональным возможностям школьников

3.7. степень ограничений в свободе естественных телесных, эмоциональных и мыслительных проявлений учащихся на уроках (и вообще во время пребывания в школе)

3.8. личные, психологические особенности учителя, его характера, эмоциональных проявлений

3.9. состояние здоровья учителя, его образ жизни и отношение к своему здоровью

3.10. обременение учителя собственными проблемами, его способность психоэмоционального переключения

3.11. степень педагогической автономии и возможности инновационной деятельности учителя

3.12. профессиональная подготовленность учителя по вопросам здоровьесберегающих образовательных технологий

2.3. Реализация здоровьесберегающих технологий

В системе образования можно выделить три возможных уровня решения задач по проблеме реализации здоровьесберегающих технологий.

1. Уровень района, города, объединяющий несколько школ и других образовательных учреждений, предполагает принятие грамотных стратегических решений и, в соответствии с этим, финансирование направлений и программ работы. Необходимо серьезное научное обеспечение разработки и реализации принимаемых программ с учетом состояния здоровья детей, учащихся, всего населения, проживающего на данной территории. Ответственные лица на этом уровне - руководитель отдела образования и его заместители.

2. Уровень школы (или другого образовательного учреждения). Выбор пути начинается с постановки целей, определения места проблем здоровья среди задач школы, просто более внимательного отношения к этим вопросам, активного внедрения в работу школы здоровьесберегающих технологий, перехода в статус «школы здоровья» и т.п. Хотя ответственность за все происходящее несет персонально директор школы, принимаются такие решения совместно с Советом школы, родительским комитетом, педагогическим коллективом. Также необходима научная поддержка, основанная на данных о состоянии здоровья школьников.

На уровне школы с использованием здоровьесберегающих технологий решаются следующие задачи:

- создание оптимальных гигиенических, экологических и других условий для образовательного процесса;

- обеспечение организации образовательного процесса, предотвращающей формирование у учащихся дезадаптационных состояний: переутомления, гиподинамии, дистресса и т.п.;

- обеспечение школьников в период их пребывания в школе питанием, способствующим нормальной работе пищеварительной системы и обмену веществ в соответствии с современными медико-гигиеническими требованиями;

- включение в учебные планы школы всех классов занятий, позволяющих целенаправленно подготовить учащихся к деятельности по сохранению и укреплению своего здоровья, сформировать у них культуру здоровья, воспитать стремление к ведению здорового образа жизни:

- обеспечение подготовки (повышение квалификации, переподготовка) всего педагогического коллектива по вопросам здоровья, подготовки всех учителей и специалистов к внедрению в работу школы здоровьесберегающих образовательных технологий;

- обеспечение охраны здоровья педагогов и создание условий, позволяющих им грамотно укреплять свое здоровье;

- проведение мониторинга состояния здоровья учащихся;

- проведение тематической работы с родителями учащихся, направленной на формирование в их семьях здоровьесберегающих условий, здорового образа жизни, профилактику вредных привычек.

3. Уровень класса, обеспечиваемый работой на уроке. От того, насколько работа каждого учителя отвечает задачам здоровьесбережения, в конечном счете зависит результат влияния школы на здоровье учащихся. Организовать обучение учителя таким технологиям - задача руководства; использовать их в своей работе, отслеживая результаты, - задача каждого учителя.

В работе отдельного учителя здоровьесберегающие технологии можно представить как системно организованное на едином методическом фундаменте сочетание принципов педагогики сотрудничества, «эффективных» педагогических техник, элементов педагогического мастерства, направленных на достижение оптимальной психологической адаптированности школьника к образовательному процессу, заботу о сохранении его здоровья и воспитание у него культуры здоровья.

Это работа учителя, при которой он полноценно выполняет учебную программу, формируя у учащихся интерес к своему предмету, устанавливая с ним доверительные, партнерские отношения, предотвращая возникновение дискомфортных (дезадаптационных) состояний и максимально используя индивидуальные особенности учащихся для повышения результативности их обучения. Особая забота о психологической адаптированности школьников обусловлена тем, что это интегральное качество играет определяющую роль в жизни человека, особенно на этапе его развития.

Перед учителем, готовым использовать в своей работе здоровьесберегающие образовательные технологии, на первом этапе стоят следующие задачи:

- объективно оценить свои достоинства и недостатки, связанные с профессиональной деятельностью, составить план необходимой коррекции и приступить к его реализации (с этого надо начинать!);
- пройти необходимое повышение квалификации по вопросам здоровья, здоровьесберегающих образовательных технологий;
- провести «ревизию» используемых в своей работе педагогических приемов и техник в аспекте их предполагаемого воздействия на здоровье учащихся;
- начать целенаправленную реализацию ЗОТ в ходе проведения учебных занятий и внешкольной работы, с учащимися, отслеживая получаемые результаты с помощью объективных методов оценки;
- содействовать формированию в своем образовательном учреждении здоровьесберегающей образовательной среды как эффективному взаимодействию всех членов педагогического коллектива, учащихся и их родителей для создания условий и реализации программ, направленных на сохранение, формирование и укрепление здоровья.

Таким образом, главная задача реализации здоровьесберегающих технологий - такая организация образовательного пространства на всех уровнях, при которой

качественное обучение, развитие, воспитание учащихся не сопровождается нанесением ущерба их здоровью.

2.4. Европа – Россия: ставка на здоровое поколение (освещение данной проблемы в средствах массовой информации)

«Образование в Европе для гармоничного развития учащихся» – так назывался международный симпозиум, который состоялся под патронатом Совета Федерации и Совета Европы 13-14 октября 2011 года в Москве. Участниками этого авторитетного собрания были представители Всемирной организации здравоохранения, ЮНЕСКО, государственных органов, ведущих образовательных и научно-исследовательских учреждений России и некоторых других стран. На симпозиуме, посвященном гармоничному развитию учащихся, обсуждались проблемы внедрения в педагогический процесс здоровьесберегающих технологий. Целью встречи явилось объединение российского и международного опыта по внедрению в обучение таких технологий, которые способствуют сохранению и укреплению здоровья детей.

Чтобы освоить такой большой объем информации, детям нужно иметь очень крепкое здоровье, а педагогам – делать все возможное, чтобы сохранить и укрепить этот драгоценный дар природы. На этом и заострил внимание Сергей Миронов.

Отсюда следует, что нужно обратить внимание на сферу образования, как на становящуюся все более здоровьезатратной и даже опасной для детей. Плюсы современного образования как бы нивелируются ущербом от нездоровья. Вот почему необходимо осуществлять профилактику, то есть воспитывать стремление к здоровому образу жизни, внедрять здоровьесберегающие технологии.

Самая актуальная задача не только сегодняшнего дня, но и будущего времени – поставить все ресурсы Европы на службу гармоничного развития детей и молодежи. Взаимосвязь образования, воспитания и здоровья нужно осмыслить не отдельным учителям, а всему мировому сообществу». Нельзя сказать, что в этом направлении ничего не предпринимается. Например, в России около трех тысяч школ работают по здоровьесберегающим технологиям. Но добиться, чтобы так

было в каждом образовательном учреждении, не удастся. Тормозом служат сложившиеся подходы. Вследствие этого россияне, как впрочем и европейцы, не добились гармоничного развития детей, подростков, молодежи.

В заключение председатель Совета Федерации Сергей Миронов высказал еще несколько соображений о том, как добиться поставленной на симпозиуме цели. Он предложил:

- ввести в практику государственную поддержку образовательных учреждений, использующих здоровьесберегающие технологии;
- рассматривать здоровье воспитанников и учащихся как одну из важнейших аттестационных характеристик в работе детского сада и школы;
- вести мониторинг здоровья школьников и педагогов и обобщать его результаты на муниципальном, региональном и национальном уровнях;
- создать межведомственную контрольную и исследовательскую структуру, занимающуюся вопросами здоровья, а также общеевропейские просветительские и исследовательские структуры – центры гармонического развития учащихся и студентов, обобщающие передовой опыт в области сбережения здоровья;
- приступить к формированию общеевропейского банка здоровьесберегающих технологий;
- проводить симпозиумы, подобные данному, раз в четыре года

3. ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ И СОВРЕМЕННАЯ СИСТЕМА ОБРАЗОВАНИЯ

*Чтобы сделать ребёнка умным и рассудительным
сделайте его крепким и здоровым.*

Жан Жак Руссо

Пожалуй, 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.

Доброжелательная обстановка на уроке, спокойная беседа, внимание к каждому высказыванию, позитивная реакция учителя на желание ученика выразить свою точку зрения, тактичное исправление допущенных ошибок, поощрение к самостоятельной мыслительной деятельности, уместный юмор или небольшое историческое отступление — вот далеко не весь арсенал, которым может располагать педагог, стремящийся к раскрытию способностей каждого ребенка.

Учащиеся входят в класс не со страхом получить плохую оценку или замечание, а с желанием продолжить беседу, продемонстрировать свои знания, получить новую информацию. В процессе такого урока не возникает эмоционального дискомфорта даже в том случае, когда ученик с чем-то не справился, что-то не смог выполнить. Более того, отсутствие страха и напряжения помогает каждому освободиться внутренне от нежелательных психологических барьеров, смелее высказываться, выражать свою точку зрения.

К тому же каждый ученик уже более спокойно реагирует на полученную оценку, если он сам понимает ее обоснованность. Оценивая свои ошибки, ученик сразу же видит и пути их исправления. Неудача на уроке, воспринимаемая как временное явление, становится дополнительным стимулом для более продуктивной работы дома и в классе. Педагог поощряет стремление ученика к самоанализу, укрепляет его уверенность в собственных возможностях.

Следует заметить, что в обстановке психологического комфорта и эмоциональной приподнятости работоспособность класса заметно повышается, что в конечном итоге приводит и к более качественному усвоению знаний, и, как следствие, к более высоким результатам.

По окончании урока ученики покидают класс с хорошим настроением, поскольку в течение этого времени отрицательные факторы практически отсутствовали.

3.1. Требования к уроку с позиций здоровьесбережения

Педагогу в организации и проведении урока необходимо учитывать:

1) обстановку и гигиенические условия в классе (кабинете): температуру и свежесть воздуха, рациональность освещения класса и доски, наличие/отсутствие монотонных, неприятных звуковых раздражителей и т.д.;

2) число видов учебной деятельности: опрос учащихся, письмо, чтение, слушание, рассказ, рассматривание наглядных пособий, ответы на вопросы, решение примеров, задач и др. Норма – 4-7 видов за урок. Частые смены одной деятельности другой требуют от учащихся дополнительных адаптационных усилий;

3) среднюю продолжительность и частоту чередования различных видов учебной деятельности. Ориентировочная норма – 7-10 минут;

число видов преподавания: словесный, наглядный, аудиовизуальный, самостоятельная работа и т.д. Норма – не менее трех;

5) чередование видов преподавания. Норма – не позже чем через 10-15 минут;

6) наличие и выбор места на уроке методов, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения самих учащихся. Это такие методы, как метод свободного выбора (свободная беседа, выбор способа действия, выбор 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); методы, направленные на самопознание и развитие (интеллекта, эмоций, общения, воображения, самооценки и взаимооценки);

7) место и длительность применения ТСО (в соответствии с гигиеническими нормами), умение учителя использовать их как возможности инициирования дискуссии, обсуждения;

8) позы учащихся, чередование поз;

9) физкультминутки и другие оздоровительные моменты на уроке – их место, содержание и продолжительность. Норма – на 15-20 минут урока по 1 минутке из 3-х легких упражнений с 3 – повторениями каждого упражнения;

10) наличие у учащихся мотивации к учебной деятельности на уроке (интерес к занятиям, стремление больше узнать, радость от активности, интерес к изучаемому материалу и т.п.) и используемые учителем методы повышения этой мотивации;

11) 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 знаний о возможных последствиях выбора поведения и т.д.;

12) психологический климат на уроке;

13) наличие на уроке эмоциональных разрядок: шуток, улыбок, афоризмов с комментариями и т.п.;

В конце урока следует обратить внимание на следующее:

14) плотность урока, т.е. количество времени, затраченного школьниками на учебную работу. Норма - не менее 60 % и не более 75-80 %;

15) момент наступления утомления учащихся и снижения их учебной активности. Определяется в ходе наблюдения по возрастанию двигательных и пассивных отвлечений у детей в процессе учебной работы;

16) темп и особенности окончания урока:

- быстрый темп, «скомканность», нет времени на вопросы учащихся, быстрое, практически без комментариев, записывание домашнего задания;

- спокойное завершение урока: учащиеся имеют возможность задать учителю вопросы, учитель может прокомментировать задание на дом, попрощаться с учащимися;

- задержка учащихся в классе после звонка (на перемене).

3.2. Здоровьесберегающие технологии на уроках физики как фактор повышения мотивации обучения учащихся

По степени сложности среди школьных предметов физика занимает одно из ведущих мест, т.к. требует напряженной умственной деятельности учащихся. Огромное значение в предупреждении утомления играет четкая организация учебного труда. Физика в подавляющем большинстве школ изучается в среднем и старшем звене чаще всего с 7 класса, когда у школьников уже начинают проявляться и обостряться различные хронические и “приобретенные” заболевания. Не менее важен и тот факт, что по шкале трудности предметов (по И.Г.Сивкову) физика занимает “почетное” третье место – 9 баллов из 11. По шкале трудности И.Александровой, М. Степановой физика в 9 классе, например, имеет самый высокий ранг трудности. Естественно, что при изучении этого предмета школьникам приходится испытывать значительные интеллектуальные, психоэмоциональные и даже физические нагрузки. Естественно, что перед учителем физики неизбежно встает задача качественного обучения данному предмету, что совершенно невозможно без достаточного уровня мотивации школьников. В решении этой задачи и могут помочь здоровьесберегающие технологии, которые позволяют решить не только основную задачу, стоящую перед ними, но также могут быть использованы как средство повышения мотивации к учебно-познавательной деятельности учащихся. Внедрение в учебный процесс здоровьесберегающих технологий позволяет добиться положительных изменений в состоянии здоровья школьников. Однако, здоровьесберегающие технологии не могут быть вырваны из общей системы образования, они способствуют грамотному и рациональному использованию других приемов и средств обучения, развития и воспитания. Здоровьесберегающие технологии не могут по определению выступать в качестве основной и единственной цели образовательного процесса, а только в качестве условия, одной из важных задач, связанных с достижением главной цели. Цель здоровьесберегающей педагогики – обеспечить выпускнику школы высокий уровень реального здоровья, вооружив его необходимым багажом знаний, умений и навыков, необходимых для ведения здорового образа жизни, и воспитав у него культуру здоровья. В настоящее время к здоровьесберегающим образовательным

технологиям относятся технологии, которые основаны на возрастных особенностях познавательной деятельности детей, обучении на оптимальном уровне трудности (сложности), вариативности методов и форм обучения, оптимальном сочетании двигательных и статических нагрузок, обучении в малых группах, использовании наглядности и сочетании различных форм предоставления информации, создании эмоционально благоприятной атмосферы, формировании положительной мотивации к учебе (“педагогика успеха”), на культивировании у учащихся знаний по вопросам здоровья.

Для учителя очень важно правильно организовать урок, т.к. он является основной формой педагогического процесса. От уровня гигиенической рациональности урока во многом зависит функциональное состояние школьников в процессе учебной деятельности, возможность длительно поддерживать умственную работоспособность на высоком уровне и предупреждать преждевременное утомление. Использование игровых технологий, игровых обучающих программ, оригинальных заданий и задач, введение в урок физики исторических экскурсов и отступлений позволяют снять эмоциональное напряжение. Этот прием также позволяет решить одновременно несколько различных задач: обеспечить психологическую разгрузку учащихся, дать им сведения развивающего и воспитательного плана, показать практическую значимость изучаемой темы, побудить к активизации самостоятельной познавательной деятельности и т.п. На начальном этапе обучения физике это могут быть игровые задания для обобщения знаний (“паспорта сил”, “физические сказки”, кроссворды, задачи-загадки и т.д.). Для старших классов можно использовать задания фантастического или детективного содержания, также активизирующие творческий потенциал. Задания на обобщение материала могут быть представлены в виде рекламы того или иного физического механизма, прибора, закона или явления. Здесь же можно отметить и прием использования литературных произведений, иллюстрирующих то или иное физическое явление.

Следует заметить, что в обстановке психологического комфорта и эмоциональной приподнятости работоспособность класса заметно повышается,

что, в конечном итоге, приводит и к более качественному усвоению знаний, и, как следствие, к более высоким результатам.

Охрана здоровья ребенка предполагает не только создание необходимых гигиенических и психологических условий для организации учебной деятельности, но и профилактику различных заболеваний, а также пропаганду здорового образа жизни. На уроках физики, практически, любая изучаемая тема может быть использована для освещения тех или иных фактов, способствующих формированию правильного отношения учеников к своему здоровью. Сюда же можно отнести и профилактику детского травматизма, несчастных случаев, связанных с неправильным поведением ребенка в различных бытовых ситуациях.

Среди здоровьесберегающих технологий можно особо выделить технологии личностно ориентированного обучения, учитывающие особенности каждого ученика и направленные на возможно более полное раскрытие его потенциала. Сюда можно отнести технологии проектной деятельности, дифференцированного обучения, обучения в сотрудничестве, разнообразные игровые технологии

Современным обществом востребовано не только повышение качества образования и совершенствование его структуры, но и укрепление здоровья обучающихся, и обеспечение психологического комфорта участникам педагогического процесса. Это продиктовано быстрыми темпами развития высоких технологий, а также устойчивыми негативными тенденциями в динамике состояния здоровья детей и подростков. Одним из способов решения проблемы ухудшающегося состояния здоровья детского населения, является реализация здоровьесберегающих технологий в процессе обучения.

На уроках физики необходимо поддерживать у учащихся интерес к изучаемому материалу, их активность на протяжении всего урока, в то же время надо учитывать уровень усталости детей, стараться не причинить вред здоровью. Включение в уроки элементов здоровьесберегающих технологий делает процесс обучения интересным и занимательным, создаёт у детей бодрое, рабочее настроение, облегчает преодоление трудностей в усвоении учебного материала, усиливает интерес к предмету.

Планируя урок учитель должен помнить, что у учеников преобладает непроизвольное внимание и они могут сосредоточиться только на том, что им интересно. Поэтому одной из задач учителя на уроке является умение помочь ученику преодолеть усталость, для этого нужно большое внимание нужно уделять смене видов деятельности. Необходимо учитывать знания учащихся при подборе заданий, все задания должны быть посильными, вызывать интерес учащихся.

Нормой считается смена 4 – 5 видов деятельности.

Например, на первом уроке по электростатике в 8 классе перед объяснением нового материала выпускаю нитку заранее наэлектризованного шарика из рук, подняв глаза вверх: вместе с ребятами увидела, как шарик поднялся к потолку. Попросила ученика достать его за ниточку – оказалось это не так просто сделать: шарик как бы прилип к потолку. Стали обсуждать произошедшее и так подошли к электризации тел трением; после такого интересного начала дальнейшее изложение воспринимается со вниманием. Тем самым снимается усталость детей.

На своих уроках использую компьютерные презентации, провожу уроки с использованием дидактических игр. Игры на занятиях применяю разные, например, основанные на самодельном дидактическом материале (например кубики, лото), их дидактическая роль - повторение материала. Провожу уроки конференции, семинары.

Несколько минут на уроке уделяю динамическим паузам. Очень хорошо, если предлагаемые упражнения для физкультминутки органически вплетаются в канву урока.

Например, в 7 классе при изучении темы «Строение вещества» можно провести такую физкультминутку: одна группа детей на уроке изображает поведение молекул в твёрдых телах - дети становятся изображая кристаллическую решётку, берутся за руки и хаотически колеблются, другая группа детей демонстрирует строение жидкостей- дети уже не так крепко держатся за руки, расстояние между ними больше, движение молекул хаотическое, третья группа учеников изображает строение газов и поведение молекул в нём: молекулы свободно двигаются, изредка сталкиваются между собой. Все модели наглядны и хорошо запоминаются.

Нельзя забывать о психологическом климате на уроке. Сотрудничество и дружелюбие между учителем и учеником снимают стрессовую ситуацию, напряжение, позволяют полнее раскрыться ребенку. Шутка, улыбка создадут эмоциональную разрядку, позволят переключить внимание, сохранить темп урока и его плотность.

Поэтому учитель, как и врач, должен придерживаться принципа « Не навреди!»

3.3. Основные направления деятельности школы по созданию здоровье сберегающей образовательной среды

Работа школы по реализации принципов и задач развития строится по следующим направлениям:

1. Природосообразное обучение и воспитание:

- акцент при выборе образовательных программ и технологий работы делается на развивающее обучение, природосообразность в работе педагогов,
- апробацию и внедрение в педагогическую практику передовых научно обоснованных учебных программ, технологий и методов обучения, направленных на полноценное гармоничное интеллектуальное и личностное развитие учащихся,
- оптимизация физической нагрузки в образовательно- воспитательном процессе,

2. Совершенствование системы природосообразных санитарно- гигиенических мероприятий, направленных на оптимизацию организации учебного процесса и жизнедеятельности учащихся и учителей в школе:

- мониторинг физиологических показателей здоровья
- безотметочная система работы в течение первого года обучения,
- работа в гибком щадящем режиме
- закрепленные за конкретными классами учебные помещения,
- научно обоснованное составление расписания занятий, обязательное наличие динамических пауз, прогулок в начальной школе, чередования фаз напряжения и релаксации,
- соблюдение гигиенических требований к режиму труда и отдыха учащихся; к бытовым условиям обучающей среды;

- недопущение учебных нагрузок, превышающих функциональные возрастные возможности организма ребёнка на каждой ступени обучения;

- обязательные для всех участников образовательного процесса правила внутреннего распорядка и поведения в школе,

- дополнительные уроки физкультуры

- грамотная, научно обоснованная организация питания.

3. Развитие и дальнейшее совершенствование системы воспитательной работы школы, через систему мероприятий направленной на воспитание положительного отношения к здоровому образу жизни, личностному развитию, на сотрудничество и взаимодействие во всех областях школьной жизни:

- развитие системы внеурочной спортивно- оздоровительной работы, определение комплекса мер по формированию у учащихся ценностей здорового образа жизни;

- реализацию активных оздоровительных мероприятий: традиционные общешкольные «Дни здоровья», массовые спортивно- оздоровительные

- мероприятия в школе: «Весёлые старты» и др.,

- участие в городских туристических слетах,

- организация туристических походов,

- культурно- просветительные поездки, экскурсии.

4. Дальнейшее развитие системы психологического сопровождения образовательно - воспитательного процесса, в частности:

- совершенствование консультативной работы, ориентированной на образовательные и личностные потребности участников образовательного процесса: адаптация в школе, социально- психологические навыки, личностное развитие, самоопределение, профориентация, межличностные отношения и т. д.;

- участие в работе школы по предпрофильному и профильному обучению

- систематический мониторинг психического и психологического состояния здоровья участников образовательного процесса, их психоэмоционального состояния, мотивации деятельности, умственной работоспособности, процесса адаптации, уровня тревожности; изучение индивидуальных и личностных

особенностей всех участников учебного процесса, особенностей классных и педагогического коллективов,

-участие в просветительской и профилактической деятельности школы через методические консультации, семинары, классные часы для учащихся, педагогов, родителей;

5.Совершенствование работы с родительским контингентом школы, расширение сфер деятельности, полномочий, ответственности и представительства в жизни школы родительского комитета.

6. Охрана здоровья и пропаганда здорового образа жизни

Охрана здоровья ребенка предполагает не только создание необходимых гигиенических и психологических условий для организации учебной деятельности, но и профилактику различных заболеваний, а также пропаганду 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. На сегодняшний день очень важно вводить вопросы здоровья в рамки учебных предметов. Это позволит не только углубить получаемые знания и осуществить межпредметные связи, но и показать ученику, как соотносится изучаемый материал с повседневной жизнью, приучить его постоянно заботиться о своем здоровье.

Так, на уроках физики практически любая изучаемая тема может быть использована для освещения тех или иных фактов, способствующих формированию правильного отношения учеников к своему здоровью. Сюда же можно отнести и профилактику детского травматизма, несчастных случаев, связанных с неправильным поведением ребенка в различных бытовых ситуациях.

7. Комплексное использование личностно-ориентированных технологий

Среди здоровьесберегающих технологий можно особо выделить технологии личностно-ориентированного обучения, учитывающие особенности каждого ученика и направленные на возможно более полное раскрытие его потенциала.

Сюда можно отнести технологии проектной деятельности, дифференцированного обучения, обучения в сотрудничестве, разнообразные игровые технологии.

Личностно-ориентированное обучение предполагает использование разнообразных форм и методов организации учебной деятельности.

При этом перед учителем встают новые задачи: создание атмосферы заинтересованности каждого ученика в работе класса; стимулирование учащихся к высказываниям и использованию различных способов выполнения заданий без боязни ошибиться; создание педагогических ситуаций общения на уроке, позволяющих каждому ученику проявлять инициативу, самостоятельность, избирательность в способах работы; создание обстановки для естественного самовыражения ученика.

Исходя из вышеизложенного, становится очевидным, что эти технологии позволяют параллельно решать и задачи охраны здоровья школьников как в психологическом, так и в физиологическом аспектах. Именно благодаря использованию современных технологий оказывается возможным обеспечить наиболее комфортные условия каждому ученику, учесть индивидуальные особенности каждого ребенка, а следовательно, минимизировать негативные факторы, которые могли бы нанести вред его здоровью.

Это предполагает использование индивидуальных заданий разных типов и уровней, индивидуального темпа работы, выбор учебной деятельности, личный выбор учащимися блочно-модульных систем образовательного процесса, проведение обучающих игр, проектную деятельность, коллективную деятельность, профилизацию образования, медико-психолого-педагогическое сопровождение учащихся.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Сохранение здоровья ребёнка, его социальная адаптация является делом актуальным и сложным. Надо широко использовать здоровьесберегающие технологии для того, чтобы учителя, дети и родители жили в состоянии эмоционального комфорта и высокого интереса к познанию, для того чтобы ученик школы был здоров и социально адаптирован, сохранив любознательность и доверие для дальнейшего обучения.

Из выше сказанного и понимая особую актуальность проблемы, была выбрана эта тема, так как сохранение и укрепление здоровья учащихся, формирование здорового образа жизни и воспитание культуры здоровья является главной задачей школы.

В ходе исследования исследования пришли к следующему выводу, что понятие «здоровьесберегающие технологии» объединяет в себе все направления деятельности учреждения образования по формированию, сохранению и укреплению здоровья учащихся. Здоровьесберегающая технология – это: условия обучения ребенка в школе (отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания); рациональная организация учебного процесса (в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями); соответствие учебной и физической нагрузки возрастным возможностям ребенка; необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим.

В современной литературе и практике системы образования здоровьесберегающие технологии понимаются как совокупность методов, которые направлены на решение таких задач, как: охрана и укрепление здоровья учащихся; создание оптимальных моделей планирования образовательного процесса, основанных на пропорциональном сочетании учебной нагрузки и различных видов отдыха, в том числе, активных его форм; формирование в сознании учащихся и педагогов ценностей здорового образа жизни.

Здоровый ребёнок – главная проблема ближайшего и отдалённого будущего. Поэтому весь потенциал, все перспективы социального и экономического развития должны быть направлены на сохранение здоровья детей как физического, так и интеллектуального.

В.А.Сухомлинский писал: “Опыт убедил нас в том, что примерно у 85% неуспевающих учеников главная причина отставания в учёбе – плохое состояние здоровья, поддающееся излечению только совместными усилиями матери, отца, учителя и врача.

Важнейшая задача органов управления образованием по проблеме здоровья - контроль за результатами работы каждой школы или другого образовательного учреждения по грамотному внедрению в образовательный процесс здоровьесберегающих технологий, за эффективностью всего комплекса мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья учащихся.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

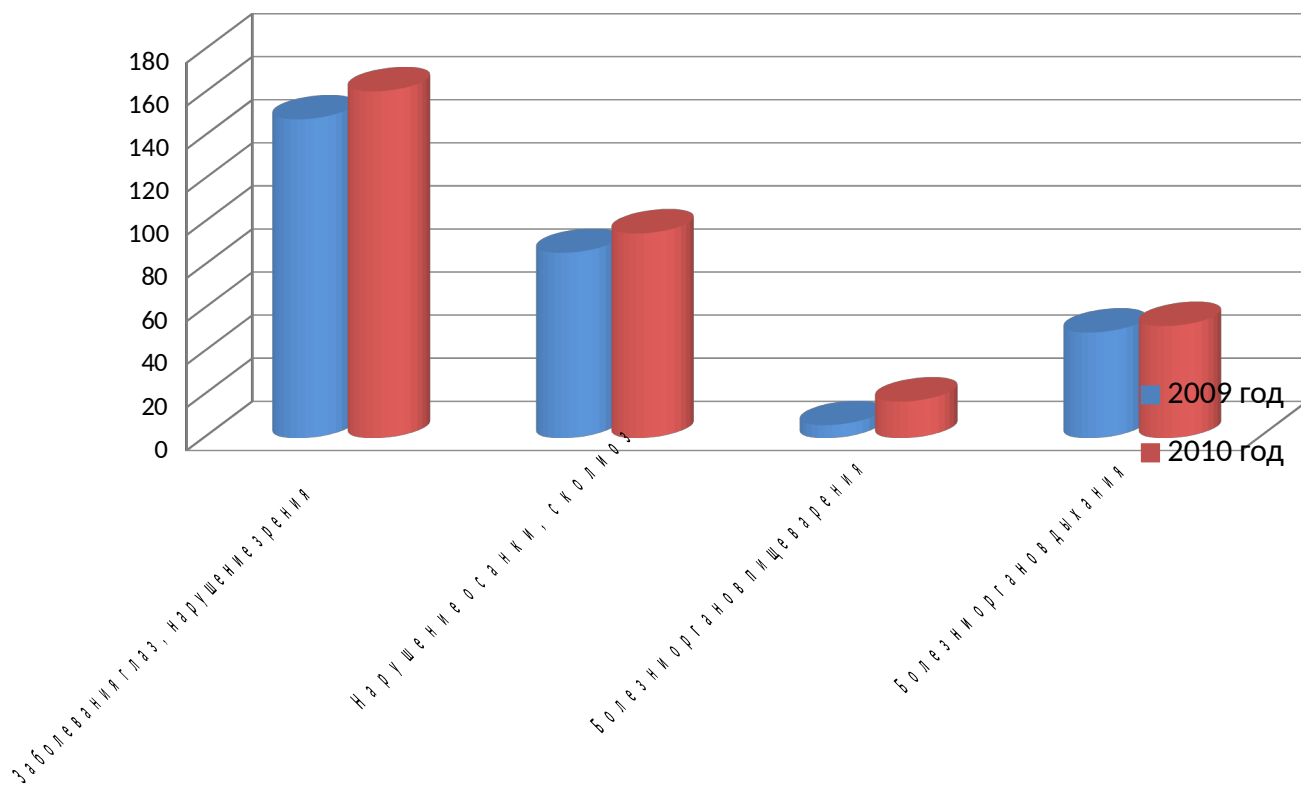
1. Базарный В.Ф. Здоровье и развитие ребенка: Экспресс-контроль в школе и дома. – М.: АРКТИ, 2005. – 176с.
2. Белова И.В., Миненко П.П., Нестеренко О.Б. Школа здоровья и толерантности. – Хабаровск: ХК ИППК ПК, 2005. – 45 с.
3. Миненко П.П., Запека Л.З., Ходжер Е.С. Школа – территория здоровья. – Хабаровск: ХК ИППК ПК, 2006.
4. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие технологии и психология здоровья в школе. – М.: АРКТИ, 2005. - 320 с. (*Метод. биб-ка*).
5. Швецова В.Н., Миненко П.П. Жизнь без вредных привычек. - Хабаровск: ХК ИППК ПК, 2005. – 60 с.
6. Воротилкина ИМ. Оздоровительные мероприятия в учебном процессе // № 4. С. 72.
7. Митина Е.П. Здоровьесберегающие технологии сегодня и завтра // «Начальная школа», 2006, № 6. С. 56.
8. Наш выбор – здоровье: досуговая программа, разработки мероприятий, рекомендации/ авт.-сост. Н. Н. Шапцева. – Волгоград: Учитель, 2009. – 184 с.
9. Орехова В. А. Педагогика в вопросах и ответах: учебн. Пособие. – М.: КНОРУС, 2006. С. 147
10. Смирнов Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. – М.: АПК и ПРО, 2002. – с. 62.
11. Советова Е. В.. Эффективные образовательные технологии. – Ростов н/Дону: Феникс, 2007. – 285 с.
12. Щукина Г.И. «Активизация познавательной деятельности учащихся в учебном процессе». М., Просвещение. – 220 с.
13. Школа и жизнь// Пирогов Н.И. Избранные педагогические сочинения. – М.: Педагогика, 1985.- с.202.)
14. Урок физики в современной школе. Составитель Браверманн Э.М.
под редакцией Разумовской В.Т.
15. Научно-методический журнал «Физика в школе»
Электронные ресурсы

1. <http://www.openclass.ru/node/47746> Дата обращения на сайт: 22.11.2011

2. <http://www.shkolnymir.info/>. О. А. Соколова. Здоровьесберегающие образовательные технологии. Дата обращения на сайт: 20.11.2011
3. Ссылка на страницу: Т е м а 6 . Р е а л и з а ц и я здоровьесберегающих технологий Дата обращения на сайт: 24.11.2011
4. http://www.akvobr.ru/zdorovjesberegajushie_tehnologii_v_obrazovanii.html
Дата обращения на сайт: 24.11.2011
5. <http://www.shkolnymir.info/content/view/258/57/>
Дата обращения на сайт: 24.11.2011

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение №1



Тест- анкета для учителей

Тест-анкета ориентировочной оценки риска нарушения здоровья учащегося.

Учитель дает оценку сам. 0- признак не выражен; 1- слабо выражен; 2- признак проявляется периодически или умеренно выражен; 3- явно выражен.

1. С детства проявлялось слабое здоровье.
2. Ранее переносил тяжелые заболевания, травмы, операции.
3. Растет в неблагополучной семье.
4. У семьи материальные трудности.
5. Характерно асоциальное окружение (друзья, соседи, родственники).
6. Ведет нездоровый образ жизни.
7. Ведет малоподвижный образ жизни.
8. Низкий интеллектуальный уровень.
9. Низкий культурный уровень.
10. Характерна несформированность гигиенических навыков.
11. Беззаботен, безответственен.
12. Слабоволен.
13. Безынициативен.
14. Не проявляет интереса к своему здоровью.
15. Имеет повышенную возбудимость нервной системы.
16. Плохой контакт с учителями.
17. Повышенная утомляемость.
18. Употребляет (употреблял) одурманивающие вещества.
19. Курит.
20. Часто жалуется на здоровье.

(20-25баллов - благополучно, более 40баллов - группа риска.)