

Доклад по теме

«Здоровьесберегающие образовательные технологии»

Здоровьесберегающие образовательные технологии (ЗОТ) – качественная характеристика любой образовательной технологии, её «сертификат безопасности для здоровья», это совокупность тех принципов, приемов и методов педагогической работы, которые дополняют традиционные технологии обучения, воспитания, развития задачами здоровьесбережения.

Стратегия реализации здоровьесберегающих образовательных технологий – такая организация образовательного процесса на всех его уровнях, при которой качественное обучение, развитие и воспитание учащихся происходит без нанесения ущерба их здоровью.

Задачи учителя по реализации здоровьесберегающих технологий

От учителя — основной фигуры педагогического процесса — в наибольшей степени зависит, какое влияние на здоровье учащихся оказывает их пребывание в школе, процесс обучения, насколько здоровьесберегающими являются образовательные технологии и вся внутришкольная среда.

Главный объект внимания учителя — его ученики. Если реализация традиционной технологии проведения урока фиксирует внимание учителя в основном на соблюдении дисциплины и успешности выполнения учащимися заданий, то для учителя, придерживающегося принципов здоровьесберегающей педагогики, не менее важно психофизиологическое состояние школьников и все, что так или иначе связано с влиянием на их здоровье.

Перед учителем, который начинает работу в русле здоровьесберегающей педагогики, **стоят следующие задачи:**

Включение в цели урока элементов оздоровительной направленности, как в организации, так и в содержании.

Отслеживание соответствия санитарно-гигиенических условий обучения требованиям СанПиНов: чистота в классе, оптимальность светового и воздушно-теплового режимов, проветривание класса и др.

Обеспечение сильной, оперативной и надежной прямой и обратной связей в управлении учебным процессом: психологическое воздействие на ученика, передача информации от учителя к ученику, умение стимулировать мотивацию учащихся, поддерживать и развивать систему обратных связей, чтобы ученик мог знать о своих достижениях, верить в свои силы, развивать адекватную самооценку.

Обеспечение интереса к предмету и уроку, их привлекательности (сочетание новизны и привычного, интриги урока и традиционных его элементов, изложение правил игры и др.).

Обеспечение настроения учеников на урок, их психологического погружения в пространство школы на позитивной волне.

Учет естественных биоритмов, индивидуальных особенностей учащихся при их вработывании в учебный процесс.

Обеспечение фактора фиксации внимания в фазе устойчивой работоспособности.

Обеспечение оптимального соотношения между физическим и информационным объемом урока без информационной перегрузки учащихся.

Обеспечение на уроке оптимального темпо-ритма, правильного соотношения между темпом и информационной плотностью, с обязательным учетом физического

состояния и настроения учащихся.

Планирование обоснованных с точки зрения сохранения здоровья переходов от одного этапа урока к другому, чередования труда и отдыха, смены одних форм труда другими, с учетом своевременно замеченного наступления фаз неполной компенсации, устойчивого снижения работоспособности учащихся.

Проведение на каждом уроке физкультминуток и пауз общего и специального воздействия.

Постоянное внимание к охране зрения: рассадка учеников с учетом состояния их зрения, своевременная коррекция освещения в классе, проведение упражнений по гигиене зрения (моторно-координаторных тренажей) и др.

Соблюдение гигиенических требований к посадке учащихся и систематический контроль за их осанкой на уроке.

Соблюдение норм объема домашних заданий, предусмотренных СанПиНами.

Обоснованность с точки зрения сохранения здоровья учащихся применяемых психолого-педагогических приемов и методов. Приоритет методов самопознания и развития, свободного выбора перед методами принуждения.

Реализация на практике индивидуально-личностного подхода к оценке знаний: выбор адекватной для детей сложности заданий, умение показать успешность ученика, оставаясь объективным, и т.д., что является одним из главных показателей профессионализма учителя.

Максимально возможное использование активных методов обучения с минимализацией рутинных видов деятельности (слушание, объяснение, диктовка, ответы на вопросы). Стимуляция учащихся на продуктивные тематические коммуникации и творчество.

Использование всего многообразия приемов мотивации деятельности ученика — как внешней (оценка, похвала учителя, стремление опередить одноклассников), так и внутренней (стремление больше узнать, радость от достижения, стремление поделиться знаниями).

Формирование и выдерживание оптимального стиля взаимоотношений с учениками на основе искреннего уважения, доверия, стиля сотрудничества с обеспечением ученику эмоционального комфорта и психологической безопасности.

Обеспечение дифференцированного подхода к учащимся, с особым вниманием к детям группы риска и больным.

Контроль за состоянием учеников (особенно групп риска) после урока как индикатор влияния урока на их здоровье.

Необходимыми условиями решения этих задач являются:

- проведение ревизии приемов и методов своей работы на предмет их соответствия принципам здоровьесберегающей педагогики;
- привлечение внимания учителя к собственному здоровью, проведение необходимой коррекции своего образа жизни, чтобы слова и призывы, обращенные к школьникам, соответствовали действительности.

Здоровьесберегающая направленность педагогических приемов и методов

Неэффективное использование учителем педагогических приемов и способов воздействия негативно влияет на психологическое здоровье ученика разными путями: через повышенную утомляемость, возникновение состояний стресса, снижение восприятия, ухудшение запоминания, формирование негативного отношения к обучению, нарушение дисциплины. *Главным условием успешного обучения является способность учителя держать дисциплину на уроке.* В противном случае не срабатывают никакие методические приемы и ухищрения.

Дисциплина на уроке в значительной степени зависит от:
разумности и обязательности педагогических требований учителя;
степени насыщенности урока;
правильного сочетания напряженно-серьезного и юмористического;
умения учителя переключать фазы урока;
его способности задавать мотивацию и стимулирование ученических успехов;
умения держать педагогическую дистанцию;
степени напряженности урока;
степени готовности учителя к уроку;
умения использовать в педагогической практике активные методы обучения;
умения переключать с одного вида деятельности на другой;
глубокого знания интересов и особенностей учащихся;
индивидуального подхода к ним.

К недостаткам проведения урока учителем, негативно влияющим на психологическое здоровье учащихся, относятся:

монотонность речи учителя;
металлический, резкий, крикливый голос;
однообразие ораторских приемов, отсутствие художественных оборотов в речи;
окрики и упреки типа «Сядь!», «Молчи!», «Не вертись!» и др.;
отсутствие средств наглядности или формальное их использование;
безразличие к пассивной позиции учащихся (не использование приемов фасилитации);
неиспользование ТСО;
несвязанность нового материала с ранее изученным;
констатирующий характер объяснения;
отсутствие заинтересовывающей эмоциональной окраски при изложении материала (особенно нового) и др.

Из огромного арсенала педагогических приемов и методов грамотный, творческий учитель всегда сможет выбрать те, которые именно в его руках (что важно) проявят себя как эффективные и корректные, в том числе и по влиянию на здоровье.

Отметим **несколько общепедагогических приемов и техник**, позволяющих повысить эффективность учебного процесса, сберегая силы ребенка и ресурсы его здоровья.

Чем настойчивее учитель будет добывать интересную ему информацию, касающуюся темы урока, проявляя приветливое любопытство, тем яснее, понятнее и полезнее ученикам будет общение с ним.

Чем правильнее учителем выбрана громкость голоса на каждом этапе урока, тем лучше усвоятся учениками произнесенные им слова.

Эффективный педагог на уроке больше занят совместным с учениками добыванием информации, чем выдачей советов и готовых решений.

Для «осаждения» или «охлаждения» учащихся достаточно бывает небольшой сухости, сдержанности, настороженности в обмене информацией.

Вовремя произнесенная шутка, улыбка могут сотворить педагогическое чудо.

Чем больше учителя заняты скоростью прохождения программы, тем скучнее становится ученикам на уроках, тем чаще многие из них начинают изнывать от безделья. Поэтому будет ошибкой при попытке спасти урок от затянутости наращивать всего лишь скорость, темп.

В школе ничто не является абсолютным источником зла, так же как и абсолютным источником пользы. Все зависит от ситуации и профессионализма учителя.

Анализируя причины недостаточной эффективности используемых приемов и методов и связанные с этим угрозы для здоровья учащихся, учитель должен учитывать как очевидные, так и скрытые причины.

Для решения этих задач учитель должен выйти из привычных для себя в отечественной школе ролей лектора и инспектора усвоения знаний и реализовать свои возможности в первую очередь в качестве организатора работы класса и каждого ученика, мотиватора, консультанта, тренера, психотерапевта.

Поэтому, урок должен стать главным полем для реализации здоровьесберегающих образовательных технологий и проверки педагогической компетенции учителя. Если учитель не может заслужить любовь ребенка и подарить ему любовь, он рискует получить ненависть, что может негативно сказаться на здоровье педагога.