

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ – ОДНО ИЗ ВАЖНЕЙШИХ УСЛОВИЙ ПОВЫШЕНИЯ КАЧЕСТВА ЗНАНИЙ УЧАЩИХСЯ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ.

С. И. Куренная, О. Ю. Гаренских, И. А. Аникина
МОУ лицей № 110 имени Л. К. Гришиной, г. Екатеринбург

В работе представлен опыт использования здоровьесберегающих технологий при решении задачи повышения качества обучения у учащихся начальных классов в условиях инновационной школы повышенного статуса.

Забота по сохранению здоровья учащихся – важнейшая обязанность школы, отдельного учителя, педагогического коллектива, родителей и самого ребенка. Приняв во внимание анатомо-физиологические и психолого-педагогические особенности детей, а также гигиенические требования к учебному процессу, мы приняли решение облегчить ребенку переход к новой для него учебной деятельности, помочь ему успешно учиться без всякого ущерба для здоровья. Изучили технологии В.Ф. Базарного, В.И. Ковалько, практические методики И.В. Чупака, методические рекомендации М.М. Безруких, пособие Г.К. Зайцева и разработки психологических упражнений Н.В. Самоукиной.

Для повышения качества знаний учащихся мы проводим работу по сохранению и укреплению здоровья по следующим направлениям: комплексная диагностика и исследование состояния здоровья младших школьников, рациональная организация двигательной деятельности детей на уроках физкультуры, динамических переменах, в ГПД, создание необходимой здоровьесберегающей и развивающей среды на уроках. Комфортное начало и окончание урока обеспечивает положительный эмоциональный настрой учащихся [3]. Проведение на уроке разнообразных валеологических пауз, дыхательной гимнастики, самомассажа, упражнений направлено на поддержание у младшего школьника высокого уровня работоспособности и повышения стрессоустойчивости. Объяснение нового материала с опорой на субъективный опыт учащегося, как это предлагается в технологии личностно-ориентированного обучения.

Упорядочение системы домашних заданий, их дозировка, выбор, творческий характер. Объем домашних заданий и степень их сложности соизмеряется с возможностями каждого ученика. Учет индивидуальных способностей и особенностей ребенка. Опрос только тех учащихся, которые желают отвечать (оценку ставить ученику только тогда, когда он хочет отвечать и, действительно, знает материал урока) [5]. Каждый здоровьесберегающий урок должен обязательно включать работу с телом, душой и разумом детей и учителя. Очень важно постоянно, шаг за шагом, прививать детям мысль, что они сами творцы своего здоровья [2,3]. Включение в содержание уроков «анатомических диктантов», упражнений, текстовых задач, заданий, связанных с изучением своего собственного здоровья. Благодаря личному позитивному примеру учителя дети 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. Каждый день начинается и заканчивается фиксацией на специальном месте «настроения» состояния детей и изменений, произошедших в самочувствии в процессе урока и даже дня [1,4].

Третье направление связано с осуществлением лечебно-профилактической работы: контроль осанки, полноценное горячее питание, вакцинации, витаминизация, использование очистителей воздуха, правильный питьевой режим, йодбаланс, кислородный коктейль.

Четвертым направлением является использование методик нетрадиционного оздоровления детей: пальчиковая гимнастика, антистрессовый и интеллектуальный массаж, хождение по дорожкам здоровья.

Пятым направлением считается комплекс психогигиенических мероприятий.

Шестое направление - это реабилитация и коррекционная работа с детьми, имеющими проблемы со здоровьем.

Последнее направление - консультативно-информационное.

Предложенная система работы позволяет рационально чередовать учебный труд с отдыхом, учебные занятия с физическим развитием, корректировать нагрузку и поддерживать работоспособность младших школьников на протяжении всего учебного дня [6].

Использование здоровьесберегающих технологий, основанных на совместной обобщающей деятельности педагога и учащегося, позволяет обеспечить развитие творческих способностей ученика, снимает напряжение, формирует устойчивый интерес к учению, навыки учебной деятельности, оказывает эмоциональное воздействие на младших школьников, благодаря чему повышается качество их знаний.

Список литературы

1. Безруких М. М. Методические рекомендации: Здоровьесберегающие технологии в общеобразовательной школе: методология анализа, формы, методы, опыт применения. Москва, 2002, 212 с.
 2. Бутакова О. А. Здоровьеобеспечивающее обучение как средство управления непрерывным развитием педагогов и обучающихся//Образование и наука. Известия УрО РАО, 2009, № 7, с. 131
 3. Захарова Т. Н. Формирование здорового образа жизни у младших школьников. Волгоград «Учитель», 2006 , 135 с.
 4. Ковалько В. И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. 1-4 классы. Москва: «ВАКО», 2004 , 250 с.
 5. Попов С. В. Валеология в школе и доме. Санкт-Петербург. «Союз», 1997 г.
- Селевко Г. К. Современные образовательные технологии. Москва, 1998 г.