
ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

УДК 338

Н.В. Колесникова

магистр

Курский государственный университет

г. Курск, Россия

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ В СОВРЕМЕННОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ

Проблемы здоровья ребенка являются актуальными в практике общественного и семейного воспитания. В Конвенции о правах ребенка подчеркивается, что современное образование должно стать здоровьесберегающим. Сохранение и укрепление здоровья детей ставится как приоритетная задача для родителей и педагогов.

Здоровье - это один из важнейших компонентов человеческого благополучия и счастья, одно из неотъемлемых прав человека, одно из условий успешного социального и экономического развития нашей страны. За основу определения здоровья возьмем вариант, предложенный Всемирной Организацией Здравоохранения (ВОЗ), т.е. рассмотрение здоровья как "состояние полного физического п ж о чесения

образовательной деятельности, стремится к познанию и самопознанию, овладевая как учебными знаниями, так и достижениями культуры [1, с. 96].

Целью качественного образования не может быть только приобретение знаний, так как сведения и данные, которые мы передаем детям, устаревают. Обучающимся необходимы такие способы действий, которые помогут им в дальнейшем самостоятельно приобретать новые знания, но наряду с этой мыслью отмечают важность и значимость сохранения, профилактики психического и физического здоровья. Поэтому главной задачей считается не передача обучающемуся суммы знаний, а возможность научить его учиться, мыслить, потому что только развитый ум и владение способами организации собственной деятельности станут залогом его успеха в любой его направленности в жизни.

Здоровьесберегающее образование рассматривается в качестве важнейшего приоритета общества, так как от этого зависит будущее государства, генофонд, научный и социально-экономический потенциал общества.

В программе Российской Федерации "Развитие образования" на 2013-2020 гг. сформулирована цель:

- обеспечение высокого качества российского образования в соответствии с меняющимися запросами населения и перспективными задачами развития российского общества и экономики;

- повышение эффективности реализации молодежной политики в интересах инновационного социально ориентированного развития страны [1, с. 108].

Это возможно в современной системе образования при условии:

- организации здоровьесберегающей среды в образовательных учреждениях, мотивирующей учащихся к соблюдению здорового образа жизни;
- создания гибких социально-педагогических технологий здоровьесберегающего обучения и воспитания;
- обеспечения сквозного психолого-педагогического сопровождения образования человека в течении его жизни.

С началом учебной деятельности ребенок проводит большую часть своего времени в образовательном учреждении, поэтому школа должна взять на себя заботу о сохранении его здоровья наряду с родителями. Именно поэтому уже с раннего возраста детям необходимо прививать желание работать над своим физическим развитием, воспитывать в них бережное отношение к себе и своему здоровью, заботиться и сохранять свое психическое и физическое здоровье.

В последние годы происходит резкое ухудшение здоровья детей. Основными причинами этого являются: перегрузка учебного процесса большим количеством изучаемых дисциплин; несбалансированное питание; малоподвижный образ жизни; отсутствие культуры здорового образа жизни во многих семьях и окружающей среде; неблагоприятная экологическая обстановка.

В связи с этим встаёт проблема разработки и проведения действенных мероприятий по здоровьесбережению и профилактике заболеваний на уроках и во внеурочное время. Возникла необходимость ведения просветительской работы с педагогами, обучающимися и родителями, так как многие вопросы по профилактике, сохранению, улучшению здоровья детей становятся всё более актуальными. Для сохранения здоровья молодежи в жизнь образовательной организации необходимо внести изменения, которые будут направлены на улучшение социального, физиологического и психологического состояний каждого учащегося; создать условия для развития ценностного отношения к своему здоровью и формирование жизненных приоритетов, направленных на осознанный выбор здорового образа жизни [3, с. 24].

Навязывание здорового образа жизни обучающимся малоэффективно и не оказывает никакого положительного эффекта. Обучающихся следует грамотно подвести к тому, чтобы они самостоятельно могли осознавать, здоровье и соблюдение здорового образа жизни является главной составляющей успешной жизни. Задачей педагогов и родителей является возможность помочь им в осознании этой мысли.

Важно последовательное формирование в образовательной организации здоровьесберегающего образовательного пространства с обязательным использованием педагогами здоровьесберегающих технологий. Их сущность состоит в том, что необходимо организовывать образовательный процесс так, чтобы не портить здоровье ребенка, по возможности уменьшив отрицательное воздействие школьных факторов риска.

Школьные факторы риска - это ряд характеристик образовательного процесса, агрессивно воздействующих на психику и организм детей [4, с. 67].

Выделим следующие:

- несоответствие образовательной программы возрастным и индивидуальным особенностям обучающихся;

- неправильная организация учебного процесса;
- физические, эмоциональные и интеллектуальные перегрузки;
- стрессовая тактика и стратегия педагогических воздействий.

Каждый учитель, любящий свое дело и переживающий за здоровье своих обучающихся, при подготовке и проведении уроков может использовать в своей работе рекомендации, приемы, технологии, связанные со здоровьесберегающей педагогикой:

1. Обстановка и гигиенические условия в классе должны соответствовать норме.
 2. Использование различных видов учебной деятельности на уровне 4-7 за урок. Однообразные уроки утомляют обучающихся. Частая же смена одной деятельности другой требует от них дополнительных адаптационных условий.
 3. Средняя продолжительность и частота чередования различных видов учебной деятельности - 7-10 минут.
 4. Количество видов преподавания (словесный, наглядный, самостоятельная работа) должно быть не менее трех. Чередование видов преподавания не позже, чем через 10-15 минут.
 5. Наличие и выбор места на уроке методов, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения учащихся.
 6. Присутствие оздоровительных моментов: физкультминутки, минутки релаксации, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз.
 7. Наличие в содержательной части урока вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни, формирование отношения человека к своему здоровью как к ценности.
 8. Создание у учащихся мотивации к учебной деятельности.
 9. Особенно следует помнить, что на состояние здоровья детей оказывают большое влияние эмоциональные разрядки: шутка, улыбка, музыкальная минутка и, самое главное, благоприятный психологический климат на уроке.
 10. Во избежание усталости обучающихся необходимо чередовать виды работ: самостоятельная работа, работа с учебником, творческие задания - необходимый элемент на каждом уроке.
 11. Различные тестовые задания с выбором ответа, с открытым ответом; задания на перегруппировку; на распознавание ошибок, на поиск ошибок позволяет избежать монотонности на уроке.
 12. Чтобы не было перегрузки у обучающихся, необходимо строго соблюдать объём всех видов диктантов, тестов для изложений, а контрольные и зачётные работы проводить строго по календарно-тематическому планированию.
 13. Учитель должен стремиться вызывать положительное отношение к предмету. Доброжелательный и эмоциональный тон педагога - важный момент здоровьесберегающих технологий. Использование таких несложных приемов на каждом уроке, несомненно, принесет свои плоды. Проблема сохранения здоровья школьников стоит слишком серьезно, чтобы откладывать ее решение на завтра [3, с. 43].
- Для успешного внедрения в педагогическую практику идей здорового образа жизни учителю необходимо найти решение трех проблем:
1. изменение собственного мировоззрения, отношения к себе, своему жизненному опыту в сторону осознания собственных чувств, переживаний с позиции проблем здоровьесбережения;
 2. изменение отношения учителя к учащимся. Педагог должен полностью принимать ученика таким, каков он есть, и на этой основе стараться понять, каковы его способности;

Вопросы современной науки: актуальные проблемы