

Применение здоровьесберегающих технологий в начальной школе по ФГОС

Здоровье – бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества. В последнее время очевиднее становится катастрофическое ухудшение здоровья учащихся. Наряду с неблагоприятными социальными и экологическими факторами в качестве причины признается и отрицательное влияние школы на здоровье детей.

Школу, которая осуществляет свою деятельность по развивающему обучению, должна интересоваться не только успеваемость, какой процент качества учащихся дает классу, всему учебному заведению, но и что чувствует ученик, о чем думает, как относится к себе и другим. Школа должна использовать такие средства для развития, которые не окажут негативного воздействия на здоровье детей. По словам профессора Н. К. Смирнова, «обучать без вреда для здоровья – это не задача школы, а обязательное условие её работы».

Значительное ухудшение здоровья детей стало общегосударственной проблемой. Как никогда остро встает проблема разработки и проведения действенных мероприятий по здоровьесбережению и профилактике заболеваний на уроках и во внеурочное время, а также просветительской работы с обучающимися и их родителями.

Термин здоровьесберегающие образовательные технологии можно рассматривать как совокупность тех принципов и методов педагогической работы, которые, дополняя традиционные технологии обучения и воспитания, наделяют их признаками здоровьесбережения.

Основой здоровьесберегающей технологии в начальной школе является соблюдение следующих принципов:

- учет возрастных особенностей младших школьников;
- учет состояния здоровья при выборе форм, методов и средств обучения;
- структурирование урока на три части в зависимости от уровня умственной работоспособности учащихся (вводная часть, основная и заключительная часть урока);
- осуществление здоровьесберегающих действий для сохранения работоспособности и расширения функциональных возможностей организма учащихся.

В структуре урока, учителями начальной школы применяются следующие элементы здоровьесберегающих технологий:

- положительный эмоциональный настрой на уроке;
- подача материала доступным рациональным способом;
- наглядность;
- смена видов деятельности (читаю, слушаю, говорю, думаю, рассуждаю, пишу и т. д.) ;

- физкультминутки, динамические паузы;
- дифференцированный подход в обучении;
- групповая работа, работа в парах;
- игра, игровые моменты;
- гимнастика;
- самомассаж, точечный массаж;
- воспитательные моменты на уроке (беседы);
- санитарно- гигиенические условия.

Наличие внешней мотивации: похвала, поддержка, соревновательный момент и т.п. создает благоприятный психологический климат на уроке, который также служит одним из показателей успешности его проведения: заряд положительных эмоций, полученных школьниками и самим учителем, определяет позитивное воздействие школы на здоровье. Кроме того, внешняя мотивация стимулирует внутреннюю мотивацию: стремление больше узнать, радость от активности, интерес к изучаемому материалу.

Новые образовательные стандарты помимо учебных занятий включают в себя и внеурочную деятельность. Она предполагает занятость учащихся по интересам во второй половине дня.

Для того чтобы дети отдохнули, после уроков перед занятиями в режим дня первоклассника введена обязательная прогулка на свежем воздухе.

Работа внеурочной деятельности организована по нескольким направлениям, одно из которых – спортивно-оздоровительное.

Внедрение в обучение здоровьесберегающей технологии ведет к снижению показателей заболеваемости детей, улучшению психологического климата в классе и школе в целом, активно приобщает родителей школьников к работе по укреплению их здоровья. Учителям, освоившим эту технологию, становится легче и интереснее работать, поскольку исчезает проблема учебной дисциплины и происходит раскрепощение учителя, открывается простор для его педагогического творчества.

Все здоровьесберегающие технологии, применяемые в начальной школе, позволяют сделать учебный процесс для ребенка более комфортным, повышает эффективность обучения, а главное сохраняет здоровье наших детей.