ГБОУ СПО «Армавирский медицинский колледж» министерства здравоохранения Краснодарского края

**Тема: «ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ПЕДАГОГИГА»**

 **Подготовила**

**Болоцких Т.Н.**

**ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ПЕДАГОГИГА**

 Здоровьесберегающая педагогика не может выражаться какой- то конкретной образовательной технологией. В то же время, понятие «здоровьесберегающие технологии» объединяет в себе все направления деятельности учреждения по формированию, сохранению и укреплению здоровья учащихся.

 Цель современного обучения - подготовка студентов к жизни. Каждый студент должен получить во время учёбы знания, которые будут востребованы им в дальнейшем в жизни.

 Достижение названной цели в сегодняшнем вузе может быть достигнуто с помощью технологий здоровьесберегающей педагогике, которые рассматривают как совокупность приёмов и методов организации учебно-воспитательного процесса без ущерба для здоровья студентов и педагогов. Педагог, владея современными педагогическими знаниями, в тесном взаимодействии с учащимися, с их родителями, с медицинскими работниками, с коллегами- планирует свою работу с учётом приоритетов сохранения и укрепления, здоровья участников педагогического процесса.

 Нет какой- то одной уникальной технологии здоровья. Здоровьесбережение может выступать как одна из задач некоего образовательного процесса. Это может быть образовательный процесс медико-гигиенической направленности (осуществляемые при тесном контакте педагог- медицинский работник- студент); Физкультурно- оздоровительной (отдаётся приоритет знаниям физкультурной направленности); экологической ( создание гармоничных взаимоотношений с природой) и др. Только благодаря комплексному подходу к обучению студентов могут быть решены задачи формирования и укрепления здоровья учащихся.

 Здоровьесберегающие образовательные технологии- это многие из знакомых большинству педагогов психолого-педагогических приёмов и методов работы, технологий, подходов к реализации возможных проблем плюс постоянное стремление самого педагога к самосовершенствованию. Мы только тогда можем сказать, что учебно- образовательный процесс осуществляется по сдоровьесберегающим образовательным технологиям, если при реализации используемой педагогической системы решается задача сохранения здоровья учащихся педагогов.

 Основополагающие приоритеты для педагогики оздоровления следующие

1. Оздоровление- не совокупность лечебно- профилактических мер, а форма развития психофизиологических возможностей детей.

2. Индивидуально- дифференцированный подход- основное средство оздоровительно- развивающей работы с учащимися.

Цель здоровьесберегающих образовательных технологий обучения- обеспечить студенту возможность сохранения здоровья за период обучения в колледже, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни. Основной показатель, отличающей 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.

**ПРИНЦИПЫ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ПЕДАГОГИКИ**

 Цели здоровьесберегающих образовательных технологий обучения определяют принципы обучения, которые отражают насущные общественные потребности.

 Принципы выступают в органическом единстве, образуя систему, в которую входят общеметодические принципы и специфические принципы, выражающие специфические закономерности педагогики оздоровления.

 Это основные положения определяющие содержание, организационные формы и методы учебного процесса в соответствии с общими целями здоровьесберегающих образовательных технологий.

 Систематическое взаимодействие на организм и психику учащихся может быть успешным только в том случае, если методика применения средств здоровьесберегающего взаимодействия будет согласованна с закономерностями этого применения.

 Принципы сознательности и активности - нацеливает на формирование у учащихся глубокого понимания, устойчивого интереса, осмысленного отношения к познавательной деятельности. Повышению сознательности и активности способствует применение педагогом специальных методических приемов, решающих проблемы педагогики оздоровления. Осознавая оздоровительное воздействие активной деятельности на организм, студент учится самостоятельно и творчески решать задачи познавательного характера. Принцип активности- предполагает в учащихся высокую степень самостоятельности, инициативы и творчества.

 Принцип наглядности - обязывает строить процесс обучения с максимальным использованием форм привлечения органов чувств человека к процессу познания. Принцип наглядности предназначен для связи чувственного восприятия с мышлением. Он способствует направленному воздействию на функции сенсорных систем, участвующих в познавательном процессе.

 Принцип систематичности и последовательности проявляется во взаимосвязи знаний, умений, навыков. Система подготовительных и подводящих действий позволяет перейти к освоению нового и, опираясь на него, приступить к познанию последующего, более сложного материала. Регулярность, планомерность, непрерывность в учебно- воспитательном процессе на протяжении всего периода обучения в общеобразовательной школе обеспечивают принцип систематичности.

 Среди специфических принципов, выражающих специфические закономерности педагогики оздоровления, важнейшим можно назвать принцип «Не навреди!»- одинаково актуальный как для медиков, так и для педагогов.

Усвоение пользы здоровьесберегающих мероприятий требуют их повторяемости.

Принцип повторения умений и навыков является одним из важнейших. В результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы. Характер элементов деятельности может проявляться в изменении упражнений и условий их выполнения, в разнообразии методов и приёмов, в различных формах заданий.

 Включение вариантных изменений в стереотипы предполагает соблюдение принципа постепенности. Он предполагает преемственность от одной ступени обучения к другой.

 Принцип непрерывности выражает закономерности построения педагогики оздоровления как целостного процесса. Он тесно связан с принципом системного чередования нагрузок и отдыха. Сочетания высокой активности и отдыха в разных формах деятельности учащихся повышает их эффективность, что выражается в динамичности закономерных изменений содержания и формы параметров функциональных нагрузок от занятия к занятию, от этапа к этапу.

 Упорядочению процесса педагогики оздоровления способствует принцип цикличности. Он заключается в повторяющейся последовательности занятий, что улучшает подготовленность ребёнка к каждому последующему этапу обучения.

 Формирование двигательных умений и навыков, двигательные способности студента, функциональные возможности организма развиваются в процессе использования средств здоровьесберегающих технологий на основе принципа учёта возрастных и индивидуальных особенностей учащихся. Важнейшие значение имеет принцип всестороннего и грамотного развития личности. Он содействует развитию психофизических способностей, двигательных умений и навыков, осуществляемых в единстве и направленных на всестороннее- физическое, интеллектуальное, духовное, нравственное и эстетическое- развитие личности студента.

 Принцип оздоровительной направленности решает задачи у крепления здоровья студента в процессе обучения.

**СРЕДСТВА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ**

 Для достижения целей здоровьесберегающих образовательных технологий обучения применяются следующие группы средств:

1. Средства двигательной направленности;

2. Оздоровительные силы природы;

3. Гигиенические факторы;

 Комплексное использование этих средств позволяет решать задачи педагогики оздоровления.

 К средствам двигательной направленности относят такие двигательные действия, которые направлены на реализацию задач здоровьесберегающих образовательных технологий обучения. Это- движение; физические упражнения; физкультминутки и подвижные перемены; эмоциональные разрядки и «минутки покоя»; гимнастика (оздоровительная гимнастика, пальчиковая, корригирующая, дыхательная, для профилактики простудных заболеваний для бодрости); лечебная физкультура; подвижные игры; специально организованная двигательная активность ребёнка (занятия оздоровительной физкультурой, своевременное развитие основ двигательных навыков); массаж; самомассаж; психогимнастика; тренинги и др.

 Использование оздоровительных сил природы оказывает существенное влияние на достижение целей здоровьесберегающих образовательных технологий обучения. Проведения занятий на свежем воздухе способствует активизации биологических процессов, вызываемых процессом обучения, повышают общую работоспособность организма, замедляют процесс утомления и т. д.

 Учёт влияния метеорологических условий ( солнечное излучение, воздействие температуры воздуха и воды, изменения атмосферного давления, движение и ионизация воздуха и др.) на определённые биохимические изменения в организме человека, которые приводят к изменению состояния здоровья и работоспособности учащихся может способствовать снятию негативного воздействия обучения на школьников.

 Как относительно самостоятельные средства оздоровления можно выделить солнечные и воздушные ванны, водные процедуры, фитотерапию, араматерапию, ингаляцию, витаминотерапию (витаминизацию пищевого рациона , йодирование питьевой воды, использование аминокислоты глицина дважды в год- в декабре и весной с целью укрепления памяти школьников); возможно привнесение в жизнь школы новых элементов- фитобары, кабинет физиотерапии, оздоровительные тренинги для педагогов и учащихся.

 К гигиеническим средствам достижения целей здоровьесберегающих образовательных технологий обучения, содействующим укреплению здоровья, и стимулирующие развитие адаптивных свойств организма, относятся: выполнение санитарно- гигиенических требований, регламентированных СанПиНами; личная и общественная гигиена (частота тела, частота мест занятий, воздуха и т.д.); проветривание и влажная уборка помещений; соблюдение общего режима дня, режима двигательной активности, режима питания и сна; привитие детям элементарных навыков при мытье рук, использовании носового платка при чихании и кашле и т.д.; обучение детей элементарным приёмам здорового образа жизни (ЗОЖ), простейшим навыкам оказания первой медицинской помощи при порезах, ссадинах, ожогах, укусах ; организация порядка проведения прививок учащихся с целью предупреждения инфекций; ограничение предельного уровня учебной нагрузке во избежание переутомления.

 Несоблюдение гигиенических требований к проведению занятий снижает положительный эффект здоровье сберегающих образовательных технологий обучения.

 Одним из главных требований к использованию перечисленных выше средств является их системное и комплексное применение в виде занятий с использованием профилактических методик; с применением функциональной музыки; аудиосопровождение уроков, с чередованием занятий с высокой и низкой двигательной активностью; в виде реабилитационных мероприятий; через массовые оздоровительные мероприятия, спортивно- оздоровительные праздники, тематические праздники здоровья; выход на природу, экскурсии, через здоровьеразвивающие технологии процесса обучения и развития в работе с семьёй с целью пропаганды здорового образа жизни, в системе организационно- теоретических и практических занятий в родительских лекториях, в работе с педагогическим коллективом как обучение педагогического коллектива в условиях инновационного образовательного учреждения.