Санкт-Петербургская академия постдипломного педагогического образования

Факультет организаторов образования

Кафедра педагогики окружающей среды, безопасности и здоровья человека

Аналитический проект «Здоровьесберегающие технологии в работе воспитателя группы продленного дня»

слушателя КПК по программе "Здоровьесберегающие образовательные технологии"

Решеткиной Антонины Петровны воспитателя группы продленного дня ГОУ СОШ №96

Каллининского района Научный руководитель дл.н., профессор Л.Г.Татарникова Куратор T.A. Шиленок

2014

Содержание

1. Введение 3
2. Основная часть 4

2.1 Типы технологий 4

1. Заключение 8

3.1 Анализ результатов по проделанной работе 8

1. Библиография 9

4. Приложения 10

1. Диаграмма учащихся 5 «а» класса по состоянию здоровья 11
2. Функциональная асимметрия полушарий головного мозга 12
3. Анкета эмоционального самочувствия учащихся 12

Введение

Охрану здоровья детей можно назвать приоритетным направлением деятельности всего общества, поскольку лишь здоровые дети в состоянии должным образом усваивать полученные знания и в будущем способны заниматься производительно-полезным трудом. Существует более 300 определений понятия «здоровье». Согласно определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.

Физическое здоровье:

это совершенство саморегуляции в организме, гармония физиологических процессов, максимальная адаптация к окружающей среде (педагогическое определение);

это состояние роста и развития органов и систем организма, основу которого составляют морфологические и функциональные резервы, обеспечивающие адаптационные реакции (медицинское определение).

Психическое здоровье:

* это высокое сознание, развитое мышление, большая внутренняя и моральная сила, побуждающая к созидательной деятельности (педагогическое определение);
* это состояние психической сферы, основу которой составляет статус общего душевного комфорта, адекватная поведенческая реакция (медицинское определение).

Социальное здоровье - это здоровье общества, а также окружающей среды для каждого человека.

Нравственное здоровье - это комплекс характеристик мотивационной и потребностно - информативной сферы в жизнедеятельности, основу которого определяет система ценностей, установок и мотивов поведения индивида в обществе.

Духовное здоровье - система ценностей и убеждений.

Забота о здоровье - это важнейший труд воспитателя. От жизнедеятельности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы... В. А. Сухомлинский

Здоровье - это состояние полного физического, духовного и социального благополучия".

Всемирная Организация Здравоохранения (ВОЗ)

"Здоровье - это такое состояние духа, эмоционально-психологической и физиологической сфер жизнедеятельности человека, которое создает наиболее благоприятные условия для расцвета его личности, его талантов и способностей, для создания им своей неразрывной связи с окружающим миром, своей ответственности за него".

Шаталов Г.С. "Философия здоровья"

Основная часть

Здоровьесберегающие технологии в работе воспитателя группы продленного дня.

Типы технологий

* Здоровьесберегающие (профилактические прививки, обеспечение двигательной активности, витаминизация, организация здорового питания)
* Оздоровительные (физическая подготовка, физиотерапия, аромотерапия, закаливание, гимнастика, массаж, фитотерапия, арттерапия)
* Технологии обучения здоровью (включение соответствующих тем в предметы общеобразовательного цикла)
* Воспитание культуры здоровья (факультативные занятия по развитию личности учащихся, внеклассные и внешкольные мероприятия, фестивали, конкурсы и т.д.)

Представление о здоровьесберегающих образовательных технологиях - это, прежде всего, системный метод создания, применения и определения всего процесса преподавания и усвоения знаний с учетом технических и человеческих ресурсов и их взаимодействия, ставящий своей задачей оптимизацию форм образования.

Технология описывает систему работы ученика как деятельность к достижению поставленной образовательной цели, и рассматривает систему работы педагога как деятельность, обеспечивающую условия для работы ученика.

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

Под здоровьесберегающими технологиями будем понимать систему мер по охране и укреплению здоровья учащихся, учитывающую важнейшие характеристики образовательной среды и условия жизни ребенка, воздействие на здоровье.

Цель современной школы - подготовка детей к жизни. Каждый школьник должен получить за время учебы знания, которые будут востребованы им в дальнейшей жизни.

Достижение названной цели в сегодняшней школе может быть достигнуто с помощью технологий здоровьесберегающей педагогики, которые рассматриваются как совокупность приемов и методов организации учебно-воспитательного процесса без ущерба для здоровья школьников и педагогов. Педагог, владея современными педагогическими знаниями, в тесном взаимодействии с учащимися, с их родителями, с медицинскими работниками, с коллегами - планирует свою работу с учетом приоритетов сохранения и укрепления здоровья участников педагогического процесса. Здоровьесберегающие технологии - предполагают совокупность педагогических, психологических и медицинских воздействий, направленных на защиту и обеспечение здоровья, формирование ценного отношения к своему здоровью.

Нет какой-то одной единственной уникальной технологии здоровья. Неоспоримо, что основная задача школы - подготовить ребенка, подростка к самостоятельной жизни, дав ему для этого необходимое образование. Но может ли каждый профессионально подготовленный педагог, просто взрослый, ответственный человек бесстрастно относиться к неблагополучному состоянию здоровья своих воспитанников, его прогрессирующему ухудшению? Одним из ответов на этот, во многом риторический вопрос и стала востребованность учителями и руководителями образовательных учреждений здоровьесберегающих образовательных технологий.

Учеными выделяются 10 основных причин резкого ухудшения здоровья ребенка. Все они кажутся безобидными по отдельности, но слитые воедино, они дают гремучую смесь, лишающую вновь пришедшего в мир человечка самого дорогого, что есть на этом свете: курение

беспрерывное употребление пива потенциальными родителями гиподинамия

не соблюдение гигиены

закаливание полностью отдали на откуп моржам низкий процент малышей, находящихся на грудном вскармливании скудный рацион питания

запредельная интеллектуальная нагрузка на детей школьного возраста общественный стереотип, что для успешной карьеры нужны энциклопедические знания

сбой высших регуляторных систем из-за недостатка положительных эмоций

Данные обследования учащихся в ходе диспансеризации лишь подтверждают общие тенденции потери здоровья учащимися школ, которые определены Научным центром здоровья детей РАМН:

Результаты медицинских осмотров говорят о том, что здоровыми можно считать 20-25 % первоклассников, а в 5-ом классе имеются различные нарушения состояния здоровья. О чем и подтверждают мои исследования.

На сегодня каждый пятый школьник имеет хроническую патологию, у половины школьников отмечаются функциональные отклонения. В России сейчас лишь менее 10% выпускников школ могут считаться здоровыми.

Выделяют следующие их формы:

* заболевания костно-мышечной системы;
* органов зрения;
* болезни органов дыхания;
* органов пищеварения;
* нервные и сердечнососудистые заболевания.

Как обстоит дело в 5 классе ГОУ СОШ №96? Я обратилась к школьной медицинской сестре. Была проведена диагностика здоровья учащихся. (Приложение 1)

Для более правильной работы в группе продленного дня с валеологической точки зрения сопровождения педагогического процесса был проведен тест И.П.Павлова «Функциональная асимметрия полушарий головного мозга». (Приложение 2)

При приеме детей в группу продленного дня, я заметила, что дети иногда приходят возбужденными или наоборот расстроенными. Поэтому я решила провести анкету эмоционального самочувствия учащихся на некоторых уроках - русский язык, литература, математика, английский язык, естествознание. (Приложение 3).

На здоровье человека оказывает влияние множество факторов, причем эти

факторы можно разделить на две большие группы:

внешние факторы (за пределами образовательного учреждения):

* экология;
* семья и микроклимат в ней;
* круг общения, вредные привычки;
* питание;
* здоровый образ жизни.

внутренние факторы (в самом образовательном учреждении):

* организация учебного процесса, методика организации урока;
* организация и реализация воспитательного процесса;
* двигательный режим учащихся в урочное и неурочное время;
* создание условий психологического комфорта;
* организация медицинского обслуживания в образовательном учреждении;
* организация питания в образовательном учреждении;
* соблюдение санитарно-гигиенических норм в образовательном учреждении.

Являясь организатором питания в школе, я поняла, как важно для здоровья ребенка правильное, сбалансированное питание. Особенно сейчас, когда больных детей больше, чем здоровых.

Существует множество точек зрения на питание человека. Так, еще в 1798 г. Была разработана теория питания «Диететика». Существует теория сбалансированного питания. Что это такое?

Нормальное функционирование пищеварительной системы обеспечивает устойчивый состав внутренней среды (гомеостаз), поддерживает обмен веществ на должном уровне, что является важным условием благополучия организма, здоровья человека.

Заботиться о правильности питания надо с детства. Существует много схем питания, много разных мнений о том, что полезно, а что вредно, как надо есть и когда и т. п.

Но валеологический статус человека зависит от самого человека, его выбора и умения организовать свое питание.

Интерес к вопросам питания растет в среде образованных людей. Высокие требования, предъявляемые современной жизнью к работоспособности, выносливости и здоровью, настойчиво указывают на необходимость выбора доброкачественной и сытной пищи.

Что понимается под словом «здоровье»? Врач скажет, что здоровье - это такое состояние, при котором, при самом тщательном обследовании, не наблюдается никаких признаков заболевания - ни физического, ни душевного.

Но есть и другое определение, пожалуй, более точное. Здоровье следует понимать как состояние полного благополучия и хорошего самочувствия.

Здоровье в таком понимании означает, что человек всегда в хорошем настроении, всегда весел и расположен к труду и развлечениям в равной мере.

Основные компоненты здоровьесберегающей деятельности в области охраны и укрепления здоровья детей:

* создание условий для благоприятного роста и развития детей в соответствии с Санитарными правилами и нормами (СанПиН), введенными в действие с сентября 2003 года;
* использование здоровьесберегающих образовательных технологий;
* совершенствование физического воспитания, учитывающего возрастно-половые особенности, состояния здоровья школьников и гигиеническое воспитание родителей;
* рациональный подход к организации дополнительного образования;
* формирование здорового образа жизни подрастающего поколения, привитие устойчивых навыков безопасного поведения, снижении поведенческого риска, представляющего опасность для здоровья.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ.

Моя школа, где я работаю, находится на северо-востоке Санкт-Петербурга, это спальный район, но, тем не менее, все те проблемы, которые перечислены, характерны для наших школьников.

Анализ результатов по проделанной работе.

1. По представленной диаграмме учащихся 5 «а» класса по состоянию здоровья видно, что основным заболеванием является заболевания органов зрения.  
   2. По тесту И.П.Павлова из 22 человек:  
   19 - правополушарного типа;  
   2 - левополушарного типа;  
   1 - смешанного типа.
2. Анкета эмоционального самочувствия учащихся на некоторых уроках показала следующее, что у детей в основном выражен интерес к урокам, где им комфортно и чувствуют себя уверенно. Но есть предметы, на которых дети испытывают беспокойство, страх. Благодаря книге Л.Г.Татарниковой «Лингвоэкологические риски педагогического процесса и пути их устранения в современной школе» я выяснила, что на предмете естествознание, который я веду дети не испытывают отрицательных эмоций, чему я очень рада.

Проблемой современного образования занимается огромная гильдия ученых: педагоги, психологи, социологи, нейропсихологии, медики. Сегодня все озабочены состоянием образования подрастающего покаления, так как это наше будущее.

Занимаясь на курсах «Здоровьсберегающие образовательные технологии», и изучая книгу Л.Г.Татарниковой «Лингвоэкологические риски педагогического процесса и пути их устранения в современной школе», я узнала много нового и необходимого для работы в школе. Эта книга стала для меня настольной.

Я благодарна Ларисе Гавриловне Татарниковой за ее лекции, такие необходимые в нашей работе.

Библиография.

1. Л.Г. Татарникова, И.Н. Булычева. Лингвоэкологические риски педагогического процесса и пути их устранения в современной школе. С-Пб, Крисмас+, 2007.
2. Л.Г. Татарникова, М.В. Поздеева. Валеология подростка. С-Пб, "Петроградский и Ко", 1996
3. И.В. Соколов, Л.М. Попова. Есть, чтобы жить. С-Пб, «Лейла», 1994.
4. М. Горен, Дж. Осава, Атеров. Путь к здоровью. С-Пб, «Лейла», 1993.

Приложение 1

Приложение 2

Анкета эмоционального самочувствия учащихся

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ЧУВСТВА | Учебный предмет | | | | |
| Русский язык | Литература | Математика | Английский язык | Естествознание |
| Радость | 8 | 5 | 9 | 4 | 13 |
| Интерес | 12 | 12 | 11 | 7 | 20 |
| Страх | 1 | 4 | 4 | 8 | - |
| Беспокойство | 3 | 7 | 7 | 7 | 1 |
| Скука | - | 4 | 3 | 5 | - |
| Уверенность | 8 | 2 | 6 | 2 | 7 |
| Спокойствие | 8 | 6 | 6 | 4 | 6 |
| Злость | - | 3 | - | 7 | - |

Приложение 3

Диаграмма учащихся 5«а» класса по состоянию здоровья.

1. В количественном составе
2. В процентном составе