ОЦЕНКА НЕКОТОРЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ ПО ИХ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ.

Одной из главных задач школы в 21 веке становится задача здоровьесбережения школьников. Не секрет, что к окончанию школы среди выпускников здоровыми, по разным подсчётам, являются лишь 10 -15 процентов от общего числа завершающих учёбу. И нельзя утверждать, что ответственность за ухудшение здоровья детей ложится только на плечи родителей и медицинских работников. Не только наследственность и экологический фактор - причины этих неприятных изменений. Большой «вклад» в ухудшение здоровья детей и подростков вносит, к сожалению, и школа.

В современной системе образования много недостатков, связанных с изменяющимися реалиями жизни. Так, в школу всё активнее входят компьютерные системы и информационные технологии, создающие дополнительную нагрузку на зрение и психику учащихся.

Ухудшение нервно-психического здоровья в выпускном классе, как правило, связано с высокими учебными нагрузками, и даже перегрузками, дополнительной подготовкой к сдаче ЕГЭ и неподготовленностью к этому организма школьника.

Кроме того на здоровье школьников влияют и многие другие факторы. Например, перенаполненность некоторых, как правило, престижных учебных заведений. По медицинской статистике, в школах с большей вместимостью наблюдается более высокая острая заболеваемость и высокий индекс пропусков уроков, в 2-5 раз выше простудная заболеваемость.

В современных условиях на первый план выходит роль «внутришкольных факторов»: интенсификация обучения, переход на новые формы обучения с длительной учебной неделей, учебный стресс, который испытывают до 80% учащихся, снижение двигательной активности, ещё более выраженная гипокинезия школьников. Всё это происходит потому, что процесс обучения, как правило, организуется без учёта воздействия на здоровье обучающихся.

Особое внимание надо обратить на неблагоприятную ситуацию со здоровьем учащихся в школах нового типа: гимназиях, колледжах, лицеях и т. п. Высокие учебные нагрузки, большие временные затраты на транспорт при условии жизни в мегаполисе, недостаток свободного времени – всё это вызывает ухудшение здоровья детей. Поэтому у каждого ребенка надо стараться сформировать ответственность за свое здоровье, только тогда он реализует свои знания, умения и навыки по сохранности здоровья. Значит, перед любым учителем неизбежно встает задача не только качественного обучения предмету, что совершенно невозможно без достаточного уровня мотивации школьников, но и задача формирования у учащихся основ здорового образа жизни, ответственности за своё здоровье.

В числе важнейших причин неблагополучия здоровья учащихся необходимо назвать следующие:

стрессогенные (дидактогенные) технологии проведения урока и оценивания знаний учащихся;

недостаток физической активности учащихся, приводящий к гиподинамии и другим нарушения здоровья школьников;

перегруженность учебных программ фактологической информацией и чрезмерная интенсификация образовательного процесса, вызывающие у учащихся переутомление и дистресс;

неправильная организация питания учащихся в школе (в частности, необеспеченность детей горячим питанием);

невозможность (неспособность) многих учителей в условиях современной организации образовательного процесса реализовать индивидуальный подход к школьникам в процессе учебно-воспитательной работы, с учётом психологических, физиологических особенностей и состояния здоровья.

Все вышеперечисленные причины присутствуют практически ежедневно в жизни любого ребенка, посещающего учебное заведение, и поэтому каждому учителю, директору школы необходимо учитывать, что приходящий на урок в обычную школу ребёнок, как правило, нездоров. Для недопущения ухудшения здоровья школьников современный урок необходимо строить на принципах здоровьесберегающих технологий.

Сердцевину здоровьесберегающих образовательных технологий составляют организационно-педагогические условия проведения образовательного процесса и технология работы учителя на уроке. Рассмотрим основные группы этих технологий.

Личностно-ориентированные (антропоцентрические), которые в центр образовательной системы ставят личность ребёнка, обеспечение безопасных, комфортных условий её развития и реализации природных возможностей. Личность ребёнка превращается в приоритетный субъект, становится целью образовательной системы. В рамках этой группы в качестве самостоятельных направлений выделяются гуманно-личностные технологии, технологии сотрудничества, технологии свободного воспитания; с позиции учёта воздействия на здоровье эта группа технологий имеет все признаки здоровьесберегающих образовательных технологий..

Педагогика сотрудничества - её можно рассматривать как создающую все условия для реализации задач сохранения и укрепления здоровья учащихся и педагогов.

Цель школы, реализующей педагогику сотрудничества,— разбудить, вызвать к жизни внутренние силы и возможности ребёнка, использовать их для более полного развития личности. Это в полной мере совпадает с механизмами формирования и укрепления здоровья путём наращивания адаптационных ресурсов человека, потенциала его психологической адаптации. Важнейшая черта этой педагогики - приоритет воспитания над обучением - позволяет в рамках формирования общей культуры личности последовательно воспитывать культуру здоровья школьника.

Технология учебного диалога - это одна из главных технологий личностно­ориентированного образования. В последние годы образование направлено на расширение использования коммуникаций и гуманизацию, поэтому технологии учебного диалога являются в настоящее время чрезвычайно востребованными и актуальными. Диалог на уроке - это особая коммуникативная атмосфера, которая помогает ученику развивать интеллектуальные и эмоциональные свойства личности. Усвоение нового материала при этом происходит, не только вследствие запоминания, но и потому что в ходе общения затрагиваются личностные смыслы.

Диалог - это форма взаимодействия, позволяющая искать истину вместе. Учебный диалог - это способ отношений. В диалоге проявляются важнейшие формы человеческих отношений: взаимоуважение, взаимообогащение, сопереживание, сотворчество. Технология организации занятий таким образом начинается с организации учебного пространства кабинета. Диалоговые формы взаимодействия осуществляются при общении лицом к лицу, поэтому обычная расстановка парт должна быть изменена. Она зависит от количества учащихся в группах. При входе в класс, где по-новому организовано учебное пространство, у учащихся возникает готовность к нестандартной учебной ситуации. Цель организации подобных уроков состоит ещё и в том, чтобы обучать детей полноценному участию в диалоге. Ведь практику участия в обсуждении различных тем учащиеся будут приобретать здесь же, овладевая умениями диалогической речи.

в приведённой ниже таблице, отражены следующие гигиенические критерии рациональной организации урока:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Факторы урока | Уроки гигиенической рациональности урока |
| рациональный | Недостаточнорацональный | Нерациональный |
| 1 | Плотность урока |  Не менее 60% и не более 75-80% | 85-90% | Более 90% |
| 2 | Число видов учебной деятельности | 4-7 | 2-3 | 1-2 |
| 3 | Средняя продолжительность видов учебной деятельности |  Не боле 10 мин | 11-15 минут |  Более 15 минут |
| 4 | Частота чередования различных видов учебной деятельности | Смена не позже, чем через 7-10 мин | Смена через 11-15 минут | Смена через 15-20 минут |
| 5 | Число видов преподавания | Не менее 3 | 2 | 1 |
| 6 | Чередование видов преподавания |  Не позже, чем через10-15 минут | Через 15 – 20 минут | Не чередуются |
| 7 | Наличие эмоциональных разрядок ( число) | Не менее 2 - 3  | 1 | нет |
| 8 | Место и длительность применения ТСО | В соответствии с гигиеническими нормами | С частичным соблюдением гигиенических норм |  В произвольной форме |
| 9 | Чередование позы | Поза чередуется в соответствии с видом работы. Учитель наблюдает за посадкой учащихся. | Имеются случаи несоответствия позы виду работы. Учитель иногда контролирует посадку учащихся. | Частые несоответствия позы виду работ. Поза не контролируется учителем. |
| 10 | Физкульт-минутки | Две разминки за урок, состоящие из трех легких упражнений, по 3-5 повторений каждого | Одна физкультминутка с недостаточной продолжительностью |  отсутствуют |
| 11 | Психологический климат | Преобладают положительные эмоции | Имеются случаи отрицательных эмоций. Урок эмоционально индифферентный | Преобладают отрицательные эмоции |
| 12 | Момент наступления утомления учащихся (по снижению учебной активности) | Не ранее, чем через 40 минут | Не ранее, чем через 35-37 минут | Менее чем через 30 минут |

 Таком образом, на основании всего вышесказанного мы приходим к выводу, что для сохранения, укрепления и формирования здоровья школьников является важным не только соблюдение гигиенических критериев рациональной организации урока, но и использование в работе с учащимися нетрадиционных форм.

Всё это делает очевидным необходимость осуществления дифференциации содержания, методов, форм, средств гигиенического воспитания с учетом состояния здоровья, характерологических особенностей, темперамента, возраста.