**Понятие «здоровьесберегающие образовательные технологии», их классификация**

  Технологическую основу здоровьесберегающей педагогики составляют здоровьесберегающие образовательные технологии. Понятие образовательные технологии» объединяет в себе все направления деятельности учреждения образования по формированию, сохранению и укреплению здоровья учащихся. Здоровьесберегающие образовательные технологии можно рассматривать и как технологическую основу здоровьесберегающей педагогики, и как совокупность приемов, форм и методов организации обучения школьников, без ущерба для их здоровья, и как качественную характеристику любой педагогической технологии по критерию ее воздействия на здоровье учащихся и педагогов.

Цель здоровьесберегающей педагогики - обеспечить выпускнику школы высокий уровень реального здоровья, вооружив его необходимым багажом знаний, умений, навыков, необходимых для ведения здорового образа жизни, и воспитав у него культуру здоровья.

По характеру действия здоровьесберегающие технологии могут быть подразделены на следующие группы:

**1. Защитно-профилактические.**

    К этой группе относятся приемы, методы, технологии, направленные на защиту человека от неблагоприятных для здоровья воздействий. Это, в частности, выполнение санитарно-гигиенических требований, регламентированных СанПиНами; поддержание чистоты и проведение прививок с целью предупреждения инфекций; ограничение предельного уровня учебной нагрузки, исключающего наступление состояния переутомления учащихся; использование страховочных средств и защитных приспособлений в спортзалах с целью профилактики травматизма и т.п.

**2. Компенсаторно-нейтрализующие.**

     При их использовании ставится задача восполнить недостаток того, что требуется организму для полноценной жизнедеятельности, или хотя бы частично нейтрализовать негативные воздействия в тех случаях, когда полностью защитить человека от них не представляется возможным. Это, например, проведение физкультминуток и физкультпауз, позволяющих в какой-то мере нейтрализовать неблагоприятное воздействий статичности уроков, недостаточность физической нагрузки, эмоциональные разрядки и "минутки покоя", позволяющие частично нейтрализовать стрессогенные воздействия, снять психоэмоциональное напряжение.

**3. Стимулирующие.**

   Эти приемы, методы, технологии позволяют активизировать собственные силы организма, использовать его ресурсы для выхода из нежелательного состояния. Типичные примеры - температурное закаливание, физические нагрузки.

**4. Информационно-обучающие.**

      Они обеспечивают учащимся необходимый уровень грамотности для эффективной заботы о своем здоровье, помогают в воспитании культуры здоровья. Сюда относятся образовательные, просветительские и воспитательные программы, адресованные учащимся, их родителям и педагогам. В соответствии с традиционным педагогическим подходом могут быть выделены обучающие, развивающие и воспитательные здоровьесберегающие технологии.

По организационным особенностям здоровьесберегающие приемы и методы, используемые в образовательных учреждениях могут быть подразделены на обеспечивающие и реконструирующие.

   Первые обеспечивают необходимые условия проведения образовательного процесса и по большей части регламентированы в СанПиНаХ. Вторые нацелены на привнесение новых элементов, условий, не предусмотренных нормативными документами. Например, организация в школе фитобара, кабинета физиотерапии, цветовой подсветки в классах, аудиосопровождения уроков, оздоровительно-психологических тренингов для учащихся и учителей и т.п.

Педагогические (психолого-педагогические) технологии включают все аспекты воздействия учителя на здоровье ученика - на информационном, психологическом и биоэнергетическом уровнях.

Отдельное место занимают еще группа технологий, в последнее время все чаще включаемых во внеурочную работу школы.

**5. Социально адаптирующие и личностно развивающие технологии.**

   Включают технологии, обеспечивающие формирование и укрепление психологического здоровья учащихся, повышение ресурсов психологической адаптации личности. Сюда относятся разнообразные социально-психологические тренинги, программы социальной и семейной педагогики.

Источник: [http://93.186.104.20/modules/ped\_zd/theme/tom4](http://93.186.104.20/modules/ped_zd/theme/tom4.html)