Филиал муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения

Мурзицкой средней общеобразовательной школы –

Кочетовская основная общеобразовательная школа

Информационная карта обобщения педагогического опыта

**«Здоровьесберегающие технологии**

**в образовательном процессе сельской школы»**

Подготовила:

Учитель биологии

 I квалификационной категории

Мокеева Светлана Николаевна

2011 г.

**Содержание:**

1. Информационная карта передового педагогического опыта……………………3
2. Характеристика условий образовательно-воспитательного процесса малокомплектной школы ………………………………………………………....4
3. Особенности организации здоровьесберегающего образовательного процесса сельской школы...………………………………………………………………….6
4. Анализ эффективности здоровьеформирующей деятельности школы………..10
5. Библиографический список………………………………………………………11

**1. Информационная карта передового педагогического опыта.**

**Сведения об авторе:** Мокеева Светлана Николаевна, МБОУ Кочетовская средняя школа, с.Кочетовка, педагогический стаж 8 лет, учитель биологии.

**Тема:** «Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе»

**Актуальность:** В настоящее время методическая литература, посвященная применению здоровьесберегающих элементов урока и внеклассной среды, обогатилась рядом работ, охватывающие все стороны образовательного процесса. Глубокий анализ здоровьесберегающей деятельности в школе, показал необходимость учета и применения здоровьесберегающих технологий в образовательной среде, с позиции «развитие мотивации учащихся к развитию познавательного потенциала». Несмотря на столь многочисленную литературу, посвященную применению здоровьесберегающей деятельности в школе, остается открытым и очень актуальным вопрос использование данных технологий во всем ее образовательном пространстве.

**Цель:** Создание условий для сохранения и укрепления здоровья учащихся, включающие его благополучие в эмоциональной и познавательной сфере и развитие творческой активности учащихся. В соответствии с поставленной целью в выдвигаются следующие задачи:

1. Обобщить имеющиеся в педагогической науке знания о здоровьесберегающей деятельности в школе;
2. Рекомендовать приемы использования здоровьесберегающих действий в школе.

Вся работа в рамках здоровьесберегающих технологий направлена на повышение уровня компетентности детей и взрослых в вопросах сохранения и укрепления здоровья, профилактику вредных привычек, повышение мотивации школьников и их родителей к здоровому образу жизни, формированию потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом, установлении партнёрских отношений с организациями, занимающимися вопросами здоровья, спортом.

**2.Характеристика условий**

**образовательно-воспитательного процесса малокомплектной школы**

В нашей системе образования можно выделить особую группу образовательных учреждений - это малокомплектные сельские школы. Несмотря на известные недостатки, наличие таких школ в системе образования считается обязательным, поскольку они являются важным социальным фактором. Система обучения в малокомплектной школе рассматривает обучение не как самоцель, а как средство развития личности ребёнка. Несмотря на все вышеперечисленное технологи по сохранению и укреплению здоровья должны проникать и в сельские глубинки. Внедрение модели здоровьесберегающей деятельности в сельской школе предполагает соответствующие изменения во всех основных функциональных элементах образовательного учреждения. На первых этапах внедрения здоровьесберегающих технологий в школы следует подготовить педагогические кадры. Поэтому в школе уделяется особое внимание развитию профессинальной компетенции педагогов по здоровьесбережению, максимальному участию их в методических мероприятиях разного уровня.

 Также следует обновить и информационные ресурсы сельской школы — руководства по технологиям, программам, УМК и т. д.,которые необходимы для поддержки образовательного учреждения в здоровьесберегающей деятельности.

Материально-технические ресурсы,обеспечивающие изменения инфраструктуры образовательного учреждения для создания условий соблюдения санитарно-гигиенических норм и правил, осуществляющие также спортивно-оздоровительную деятельность следует также обновить.

 В нашей школе для внедрения здоровьесберегающих технологий оборудован спортивный зал, столовая с организованным питанием на базе школы в соответствии со всеми санитарно - эпидемиологическими нормами, просторные классные комнаты, где соблюдается цветотерапия - влияние цвета на активность учащихся, летняя спортивная площадка для занятий физической подготовки и залитый каток около школы. При осуществлении контроля за здоровьем учащихся администрация школы сотрудничает с участковой больницей с.Кочетовка, районными органами социальной защиты населения, администрацией с.Кочетовка, районным отделением полиции, школьным родительским комитетом, семьями учащихся и классными руководителями.

1. **Особенности организации здоровьесберегающего образовательного процесса сельской школы**

Ни для кого не секрет, что целостный процесс физического воспитания школьников складывается из системы урочных и внеурочных форм занятий физическими упражнениями. Бесспорно, что урочные формы занятий являются главенствующими, сюда следует относить не только уроки физкультуры в школе за неделю, но и физкультминутки на других уроках в течение всего учебного дня, а также перемещения учащихся по классу в ходе урока - ответ у доски, пересаживание учащихся.

Известно, что потребность двигаться у учащихся частично удовлетворяется самостоятельными, спонтанными движениями. Однако и спонтанные движения в сумме с движениями на уроках не могут полностью удовлетворить потребность учащихся в движении. В дни, когда по расписанию проводится урок физической культуры, дефицит двигательной активности минимален, а в дни, когда уроков физкультуры в расписании дня - нет, он становится максимальным.

Учеными доказано, что суточный объем активных движений школьника в течение учебного дня должен быть не менее двух часов, а недельный – не менее 14 часов. В связи с этим необходимо отметить, что физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного и продленного дня, а также внеклассные и внешкольные занятия физическими упражнениями могут значительно восполнить общий дефицит двигательной активности учащихся.

К физкультурно-оздоровительным мероприятиям в режиме учебного и продленного дня относятся: физкультурные минутки и паузы на уроках, подвижные игры на переменах, прогулки и подвижные игры между занятиями и подготовкой уроков, периодические занятия в спортивных секциях и ежедневные физкультурные занятия в группах продленного дня.

Здоровье человека в значительной мере определяется уровнем его функциональных возможностей. Человек создан для активной деятельности, поэтому для нормального функционирования его организму необходима физическая активность. В нашей школе применяются следующие приемы повышения двигательной активности учащихся:

- учебная двигательная активность ( уроки физкультуры);

 - игровая двигательная активность (подвижные игры на переменах) ;

 - оздоровительная двигательная активность (ежедневная утренняя зарядка) ;

 - спортивная двигательная активность (спортивные тренировки и секции) ;

 - расслабляющая двигательная активность (активные физкультминутки на уроках );

 - восстанавливающая двигательная активность (гимнастика для глаз при длительной работе за компьютером) ;

- досуговая двигательная активность (посещение экологического кружка).

Внеклассная работа - форма социального воспитания учащихся. Одной из форм внеклассной работы является массовая физкультурная и спортивная работа, которая содействует укреплению здоровья, закаливанию организма, разностороннему физическому развитию учащихся. В системе стало проведение Дней здоровья. Организованно проводятся соревнования по многим видам спорта с учетом возрастных особенностей, это такие как первенство школы по волейболу, футболу, баскетболу, «Зимние катания на санях», спортивная эстафета «Мама, папа, я - спортивная семья» ведется необходимая документация. спортивные секции по интересам детей. Ежедневная утренняя гимнастика с учащимися способствует установлению положительного настроя на новый учебный день. Спортивные секции, создающиеся для учащихся, желающих регулярно заниматься тем или иным видом спорта. При создании спортивной секции прежде всего учитываются условия, позволяющие обеспечить их успешную работу – наличие спортивной базы, специализации тех лиц которые могут проводить занятия. В школе имеется наглядная агитация: стенды, на которых отражается спортивная жизнь школы, поддержание здорового образа жизни школьников, профилактика сезонных заболеваний. Учителями на уроке выработана «ситуация успеха», когда деятельность учащихся сопровождается похвалой учителя.

В последние годы одной из эффективных форм спортивно-гуманистического воспитания учащихся являются массовые комплексные культурно-спортивные мероприятия детей и родителей, способствующие созданию новых объединений детей, являющиеся стимулом для привлечения к занятиям учащихся физкультурно-спортивного движения, созданию новых условий для активизации борьбы с детской преступностью, наркоманией и алкоголизмом; позволяющие привлечь экономические средства для развития материально-технической базы детско-юношеского спорта; являющиеся стимулом для создания новых организационных структур детско-юношеского спорта. Родители являются стимулом для подражания своих детей. В нашей школе ежегодно проводятся спортивно-массовые мероприятия с родителями: это туристические походы, беседы, лекции с приглашением медицинских работников на общешкольные собрания, спортивные эстафеты.

Немаловажную роль в формировании здоровьесберегающей культуры учащихся накладывается на привлечение их к общественно-полезному труду. В каникулярный период у детей организуется трудовая практика для работы на пришкольном участке, создание трудовых бригад. Данное мероприятие способствует формированию и развитию у учащихся трудовых навыков. Дополнительным стимулом работы на пришкольном участке является удешевление школьного питания учащихся за счет выращенной сельскохозяйственной продукции.

В охране психического компонента здоровья учащихся ведущая роль принадлежит психогигиене учебных занятий. Объем, содержание и организация учебного процесса должны обеспечивать оптимальное функциональное состояние организма ребенка. В связи с этим возникла необходимость создания комплекса условий, при которых обучение не несло бы в себе разрушающего эффекта в здоровье школьников, и при этом сохранялся бы хороший результат обучения.

Одним из условий сохранения работоспособности ученика на высоком уровне в течение учебного дня является рационально составленное расписание. Гигиеническая рекомендация о чередовании трудных и легких предметов при составлении расписания преследует цель сохранить функциональное состояние и работоспособность учащихся на оптимальном уровне, поэтому важно учитывать не только трудность предмета, но и силу утомляющего воздействия урока по тому или иному предмету на состояние здоровья учащихся. Рациональная организация учебного процесса – это не просто составление расписания уроков и дополнительных занятий, процесс внедрения инновационных технологий, использования методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и способностям учащихся. В условиях модернизации образования, уделяется внимание внедрению современных педагогических технологий, которые позволят оптимизировать учебный процесс и повысить качество знаний учащихся. Обучением и воспитанием здорового поколения занимаются гармонически развитые педагоги нашей школы. Состояние здоровья ребенка - важное условие успешного усвоения школьных программ по общеобразовательной подготовке. 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.

Проводится совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма, обучение учащихся оказанию первой медицинской помощи, пропаганда физической культуры и здорового образа.

**4.Анализ эффективности**

**здоровьеформирующей деятельности школы**

 Тема охраны здоровья школьников уже не один год является предметом обсуждения врачей, педагогов, психологов. Сегодня школа сталкивается с серьезной проблемой: с одной стороны, трудности обучения, связанные с повышением уровня требований, сложностью образовательных программ, с другой стороны – постоянно ухудшающееся состояние здоровья учащихся, мешающее овладению научными знаниями. Практика показывает, что традиционные медицинские профилактические подходы к сохранению и укреплению здоровья детей и подростков в условиях общеобразовательной школы не дают желаемого результата. Наряду с ухудшением соматического здоровья отмечается и увеличение числа психических нарушений у школьников. Таким образом, крайне низкий уровень физического и психического здоровья детей и подростков создает объективные препятствия на пути эффективной модернизации российского образования.

Основываясь на данных мониторинга состояния физического здоровья учащихся, проводимого фельдшером участковой больницы у учащихся был выявлен, средний уровень развития двигательных качеств. В дальнейшем были проведены мероприятия совместно с учителем физической культуры и биологии по увеличению двигательной активности учащихся и формированию норм ведения здорового образа жизни. В последствии, фельдшер, проводя мониторинг физического состояния здоровья обучающихся, отметил улучшения физического состояния здоровья обучающихся. Полученные данные позволяют утверждать, что внедрение вышеперечисленных здоровьесберегающих мероприятий в ежедневную школьную среду повышает оздоровленность воспитанников школы.

**5.Библиографический список**

1. Бабенкова Е.А. «Здоров ли ваш ребенок?» М., 2003г.

2.Баль С.В., Барканова С.В. «Формирование здорового образа жизни российских подростков» - М., 2002г

3.Журнал «Здоровье школьника» № 3,9, 10 2008г.

4.Кирпичев В.И. «Физиология и гигиена младшего школьника»- М., 2002г

5.Смирнов Н.К. «Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы» - М.,2003г.

6.Татарникова Л.Г. «Российская школа здоровья и индивидуального развития детей»- Санкт – Петербург, 2004г.