**Исламгалиева Гульсара Жакотовна**

**учитель начальных классов**

**МБОУ « Средняя общеобразовательная школа п. Октябрьский Перелюбского муниципального района Саратовской области»**

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ - КЛЮЧЕВЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ УЧИТЕЛЯ

В УСЛОВИЯХ ВНЕДРЕНИЯ ФГОС.

**Актуальность педагогического проекта**

 Самый драгоценный дар, который человек получает от природы – здоровье. Состояние здоровья подрастающего поколения **–** важнейший показатель благополучия общества и государства, отражающий не только настоящую ситуацию, но и дающий точный прогноз на будущее.

 Наблюдающееся в последние годы значительное ухудшение здоровья населения России, особенно детей, стало общегосударственной проблемой.

 В Законе РФ «Об образовании» в ст.№51 говорится: «Образовательные учреждения должны создавать условия, гарантирующие охрану и укрепление здоровья учащихся».

 В Проекте федерального закона **"Об образовании в Российской Федерации"**(редакция на 1 декабря 2011 года) в ст. №50 говорится: «Развивать у обучающихся познавательную активность, самостоятельность, инициативу, творческие способности; формировать гражданскую позицию, способность к труду и жизни в условиях современного мира; пропагандировать здоровый образ жизни».

 В.В. Путин в своем послании Федеральному Собранию РФ (от 5 июня 2013г.) отметил: « Дети проводят в школе значительную часть дня, и заниматься их здоровьем должны, в том числе, и педагоги».

 Да, действительно, многие годы человек проводит в стенах образовательных учреждений, и поэтому ценностное отношение к здоровью не может формироваться без участия педагога . Встал вопрос, что нужно искать самые оптимальные пути обучения и воспитания учащихся, использовать передовые педагогические технологии для того, чтобы учебно – воспитательный процесс был радостным, доступным для всех, **здоровьесберегающим.**

 По данным Минздрава РФ на сегодня каждый пятый школьник имеет хроническую патологию, у половины школьников отмечаются функциональные отклонения. А ведь успешность обучения в школе определяется уровнем состояния здоровья, с которым ребёнок пришёл в первый класс. Результаты медицинского осмотра в 2012 году учащихся МБОУ «СОШ п.Октябрьский» показали, что из осмотренных 14 детей, моего класса, здоровых оказалось только 6 человек – 42 %.

 Выше, указанные факты свидетельствуют о том, что необходима специальная работа школы по сохранению и укреплению здоровья учащихся. Педагогическая общественность все больше осознает, что именно учитель может сделать для сохранения здоровья школьника гораздо больше, чем врач. Поэтому считаю, что ключевая компетенция учителя – это сбережение здоровья у учащихся.

**Цель проекта:** создать условия для обеспечения школьнику возможности сохранения здоровья за период обучения в школе; сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни; научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

**Задачи проекта:**

* проанализировать состояние здоровья младших школьников;
* разработать комплекс мероприятий, направленных на сохранение здоровья ребёнка в условиях массового обучения;
* формировать готовность и умения вести здоровый образ жизни;
* развивать потребность в активной жизненной позиции, в отношении к себе, к одноклассникам.

|  |  |
| --- | --- |
| **Объект проекта:** учебно – воспитательный процесс.**Предмет проекта:** организация образовательного процесса.**Гипотеза:** если использовать здоровьесберегающие технологии, соблюдать санитарно-гигиеническую культуру, то улучшится психическое и физическое здоровье и возрастет потребность здорового и активного образа жизни.**Этапы педагогического проекта.** Проект реализуется в три этапа на базе муниципального общеобразовательного учручреджения МБОУ « Средняя общеобразовательная школа п. Октябрьский Перелюбского муниципального района Саратовской области». Временные рамки всего проекта -2012 – 2015учебный год.**1. Диагностический** (сентябрь - декабрь 2012 год). Анализ психолого-педагогической, специальной и методической литературы. **2. Практический** (январь 2012-март 2013 года) . Разработка и апробация физкультурно-оздоровительной программы, направленной на повышение двигательной активности и улучшения состояния здоровья школьников в начальной школе. Проведение специальных профилактических мероприятий, направленных на предупреждение патологии опорно-двигательного аппарата, острых заболеваний и эмоционального напряжения. **3.Обобщающий** (апрель-май 2013 года) . Заключительная диагностика обучающихся . Выводы, обобщение результатов. Распространение опыта. **Прогнозируемые результаты**.Снижение уровня заболеваемости учащихся.Рост физической и санитарно-гигиенической культуры учащихся.  Формирование устойчивого интереса и потребностей к занятиям физкультурой и спортом, здоровому и активному образу жизни.  Укрепление морально-психологического здоровья учащихся, развитие их коммуникативных способностей, нравственное и эстетической совершенствование личности каждого ребенка. Повышение качества успеваемости.Повышение профессиональной компетенции педагогов и работников школы в сохранении и укреплении физического, нравственного, морального и социального здоровья школьников. **Описание системы работы по проекту** Начала свою работу с диагностики по исследованию состояния здоровья . Определена группа здоровья у детей, незначительные отклонения в здоровье ученика , уровень физической подготовки (Приложения 1 – 6). Проанализировав данные диагностики по исследованию состояния здоровья школьников, нужно было построить так систему работы по сохранению и укреплению здоровью, чтобы этот процесс был не эпизодическим, а систематическим.  Использован вариант экспресс – оценки («Паспорт здоровья школьника»), позволяющий проводить мониторинг уровня физического здоровья учащихся для направленного проведения коррекционно - оздоровительной работы . В системе образования накоплен определённый опыт реализации здоровье сберегающих технологий и физкультурно-оздоровительных мероприятий.  Наиболее разработанной системой здоровья сбереженья в образовательном процессе начальной школы является технология, разработанная доктором медицинских наук В.Ф. Базарным, включающая в себя: телесно-моторную активность, режим смены динамических поз, реализацию специальных упражнений и таблиц, снимающих зрительное утомление.  Поэтому для формирования, сохранения и укрепления этих составляющих  целостного здоровья человека  я взяла технологию В.Ф. Базарного, которая помогает решить важнейшие задачи - сохранить здоровье ребенка, приучить его к активной здоровой жизни.  Немаловажное место в рамках реализации здоровьесберегающей технологии занимает внеклассная работа с детьми и привлечение родителей учащихся. Ведь дети следят за своим здоровьем так, как их научили родители. Поэтому, проводя внеклассные мероприятия, мы приглашаем детей с родителями, чтобы они видели, как правильно следить за своим здоровьем.  **Основные формы работы с родителями:**Родительские собрания, индивидуальное консультирование ,совместные мероприятия , конкурсы , анкетирование, семейные праздники , практические и учебные игры**,** заочные путешествия , экскурсии, презентации, проекты, утренники, занимательные беседы**Формы работы с учащимися :**физкультурные минутки во время уроков, гимнастика до учебных занятий, подвижные игры на переменах; спортивные праздники; соревнования, «Веселые старты»; туристические походы, экскурсии; «Дни здоровья»;спортивные викторины; устные журналы спортивной направленности; теоретические занятия, беседы, семинары; тестирование уровня физического развития и двигательных качеств учащихся; наглядная агитация (Галерея успехов, стенды, плакаты). **Практическая значимость педагогического проекта**Применение здоровьесберегающих технологий направлено на– обеспечение психического и физического здоровья учащихся. Достигается через **–** учет особенностей класса (изучение и понимание человека) в создании благоприятного психологического фона на уроке; использование приемов, способствующих появлению и сохранению интереса к учебному материалу; создание условий для самовыражения учащихся. Приводит к – предотвращению усталости и утомляемости; повышению мотивации к учебной деятельности; прирост учебных достижений. И чтобы результативно реализовать здоровьесберегающую технологию в педагогической деятельности, я применяю некоторые образовательные технологии по их здоровьесберегающей направленности.**Оценка здоровьесберегающих направлений:****Личностно-ориентированные,** где в центр образовательной системы ставлю личность ребёнка, стараюсь обеспечить комфортные условия её развития и реализации природных возможностей. Личность ребёнка превращается в приоритетный субъект, становится целью образовательной системы. В рамках этой группы в качестве самостоятельных направлений выделяю гуманно-личностные технологии, технологии сотрудничества, технологии свободного воспитания. **Педагогика сотрудничества** – её можно рассматривать как создающую все условия для реализации задач сохранения и укрепления здоровья учащихся и педагогов. Я на своих занятиях ставлю цель - 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.**Технология уровневой дифференциации обучения.** Свои уроки я строю с учетом индивидуальных возможностей и способностей учащегося, использую трехуровневые задания, в том числе и контрольные работы. И у меня появляется возможность дифференцированно помогать слабому ученику и уделять внимание сильному, более эффективно работать с трудными детьми.К числу здоровьесберегающих технологий следует отнести и **“технологию раскрепощённого развития детей”.** Она состоит в следующем:1) для разминок и упражнений на мышечно-телесную и зрительную координацию, а также на развитие внимания и быстроты реакции на уроке использую схемы зрительных траекторий, расположенные на потолке, и специальные, “бегущие огоньки” (я использую лазерную указку). Упражнения сочетают в себе движения глазами, головой и туловищем, выполняются в позе свободного стояния и базируются на зрительно-поисковых стимулах, которые несут в себе мотивационно активизирующий заряд для всего организма. Результатами таких упражнений являются: развитие чувства общей и зрительной координации и их синхронизация; развитие зрительно-моторной реакции, в частности скорости ориентации в пространстве, в т.ч. реакции на экстремальные ситуации (типа дорожно-транспортных и т.п.).2) важная особенность уроков состоит в том, что они проводятся в режиме движения наглядного учебного материала, постоянного поиска и выполнения заданий, активизирующих детей. Для этого я использую подвижные “сенсорные кресты”, карточки с заданиями и возможными вариантами ответов, которые могут по воле учителя оказаться в любой точке класса и которые дети должны найти и использовать в своей работе, а также специальные “держалки”, позволяющие переключать зрение детей с ближних целей на дальние.3) в процессе овладения детьми письмом применяю специальные художественно-образные каллиграфические прописи перьевой ручкой, формирующие утончённое художественное чувство и развивающие психомоторную систему “глаз – рука”.4) обязательным предметом в технологии является детское хоровое пение, основанное на народных песнях и классической музыке. С этой целью дети посещают хоровой кружок при школе.Большое внимание уделено урокам ОЗОЖ, на которых учащихся учат , как сохранить свое здоровье , и не навредить здоровью других.  Не маловажную роль играет и экологическое воспитание школьников: воспитание у детей любовь к природе, стремление заботиться о ней, приобщение учащихся к исследовательской деятельности в сфере экологии , приусадебный участок школы , формирующим личность, укрепляющим духовно-нравственное здоровье учащихся.**Мероприятия, проводимые в классе по****здоровьесберегающим технологиям:** -Факультативный курс «Разговор о правильном питании»  -Конкурс сочинений и стихотворений на тему: «Как быть здоровым?»  -Неделя здоровья -День здоровья  - Классные часы по обучению здоровью: «Чистый поселок»,«Личная гигиена и здоровье»,  -Конкурс рисунков на асфальте «Наш здоровый класс»  - Экологический десант на территории школы.- Уроки практической гигиены: «Режим дня школьника», «Как уберечься от простуды», «Правильная осанка», «Личная гигиена», «Правильное питание» - Театрализованное представление «Я здоровье берегу – сам себе я помогу» - Книжная выставка «В здоровом теле – здоровый дух» - Выставка рисунков «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья» - Научно-практическая конференция «Охрана жизни и здоровья» ***Заключение*** Вот так день за днем, шаг за шагом в своей работе применяю здоровьесберегающие образовательные технологии. Учу детей сохранять свое здоровье, заботиться о нем. Провожу интересные праздники, утренники, походы. Все эти мероприятия учат детей заботиться о своем здоровье, помогают практически применять полученные знания на занятиях. На уроках, применяя инновационные педагогические технологии, воспитываю культуру здоровья своих учеников, создаю «ситуацию успеха», применяю активные методы обучения и формы организации познавательной деятельности учащихся. Конечная цель данного проекта: создание эффективной модели сбережения здоровья учащихся в условиях школы. Изложенное выше показывает, чтовнедрение в обучение здоровьесберегающих технологий ведет к снижению показателей заболеваемости детей, улучшение психологического климата в детском и педагогическом коллективах, активно приобщает родителей школьников к работе по укреплению их здоровья. Проводимые мною мероприятия направлены на решение вопросов сохранения и коррекции здоровья учащихся, на то, чтобы помочь учащимся в решении их детских проблем – это и есть ключевая компетенция учителя. Стараюсь и родителям, и детям все выявленные результаты показывать в таблицах, различных диаграммах, так как наглядность заставляет задуматься принять нужное правильное решение.**Предполагаемое использование результатов:** Распространение опыта работы по реализации проекта на методических совещаниях на уровне школы, района. Включение проекта в программу развития МБОУ «СОШ п. Октябрьский Перелюбского муниципального района Саратовской области».**Литература**1. Н.Г. Ежкова «Влияние обучения и воспитания на здоровье младших школьников».2. А.В. Корягин «Реализация модели школы здоровья в условиях инновационного учебного заведения».3. С.В. Кулева «проблемы создания школы здоровья в условиях инновационного учебного заведения».4. М.М. Безруких «Здоровье детей и школа».5. И. И. Брехман «Проблемы обучения человека здоровью».6. Л.А. Обухова, Н.А. Лемяскина «Школа докторов природы или 135уроков здоровья». |  |