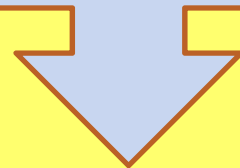


Педсовет на тему:
**«Сберегающие
здоровье технологии и
эффекты
их применения»**

25 марта 2014 года

Казачкова Татьяна Борисовна, к.п.н.,
методист, зам. директора по ОЭР

Сберегающие здоровье технологии



Здоровьесберегающие технологии

Исходя из работ И. В.Дубровиной, Е. Н. Дзятковской и др., под здоровьесберегающей образовательной технологией мы будем понимать такую **методическую систему** (цель образования, его содержание, методы, контроль результатов), которая **целенаправленно решает задачи информационно-психологической безопасности и развития учащихся** (чувственно-эмоционального, физического, интеллектуального, личностного, духовно-нравственного), как педагогических предпосылок здоровья ребенка.



Принципы здоровьесберегающей педагогики

1. Принцип ненанесения вреда
2. Принцип приоритета действенной заботы о здоровье учащихся
4. Принцип непрерывности и преемственности
5. Принцип субъект-субъектного взаимоотношения с учащимися
6. Принцип соответствия содержания и организации обучения возрастным особенностям учащихся
7. Комплексный, междисциплинарный подход
8. Принцип медико-психологической компетентности учителя
9. Принцип гармоничного сочетания обучающих, воспитывающих и развивающих педагогических воздействий
10. Приоритет позитивных воздействий над негативными (запретами, порицаниями)
11. Приоритет активных методов обучения
12. Принцип сочетания охранительной и тренирующей стратегий
13. Принцип формирования ответственности учащихся за свое здоровье
14. Принцип отсроченного результата
15. Принцип контроля за результатами

Например, в понедельник в каком то классе последний урок - математика. Как же учителю добивается внимания и сосредоточенности учащихся на уроке, эффективности учебного процесса?

Только благодаря использованию элементов технологии Шаталова, которая служит здоровьесбережению.

1. Работа в парах или мелких группах, «вертушка», то есть активное передвижение учащихся из одной группы или пары в другую.

2. Использование двух досок, когда учащиеся поневоле совершают повороты от одной доски к другой, достаточно двигаются, тем самым сохраняя интерес к уроку и активность участия в нем.

Движение, активность, изобретательность, социализация заложены в самой системе: *покажи, на что похожа эта буква, нарисуй свое восприятие предмета, изобрази свое настроение, отношение к уроку, к теме и т.д.*

Дети на этих уроках вовлечены в активную познавательную деятельность, не чувствуют усталости, сохраняют энергию на последующее время обучения



Учителя активно внедряют в практику своей работы игровые технологии, помогающие решать не только проблемы мотивации, развития учащихся, но и здоровьесбережения, социализации.

В игре и через игровое общение у растущего человека проявляется и формируется мировоззрение, потребность воздействовать на мир, адекватно воспринимать происходящее.

В игре независимо от сознания ребенка работают различные группы мышц, что благотворно влияет на здоровье.

Элементы игры используются в качестве обратной связи и оценки ответов одноклассников: хлопанье в ладоши, топание ногами, поднятие руки или сигнальных карточек различного цвета, обозначающего «да», «нет», «прошу слова».

Во время фронтального опроса используют игру с мячом или воздушным шариком: ученик ловит мяч на правильный ответ, не ловит - на неправильный или ловит шарик и дает свой вариант ответа. Эта технология имеет свои варианты.

Кроме того, обязательные две зарядки на одном уроке: для глаз и различных групп мышц. Зарядка часто сочетается с предметом и даже темой урока.

Можно использовать элементы театрализации с появлением литературных или театральных героев, словарную работу в игровой форме, когда дети поочередно выбегают к доске и на скорость записывают слова.

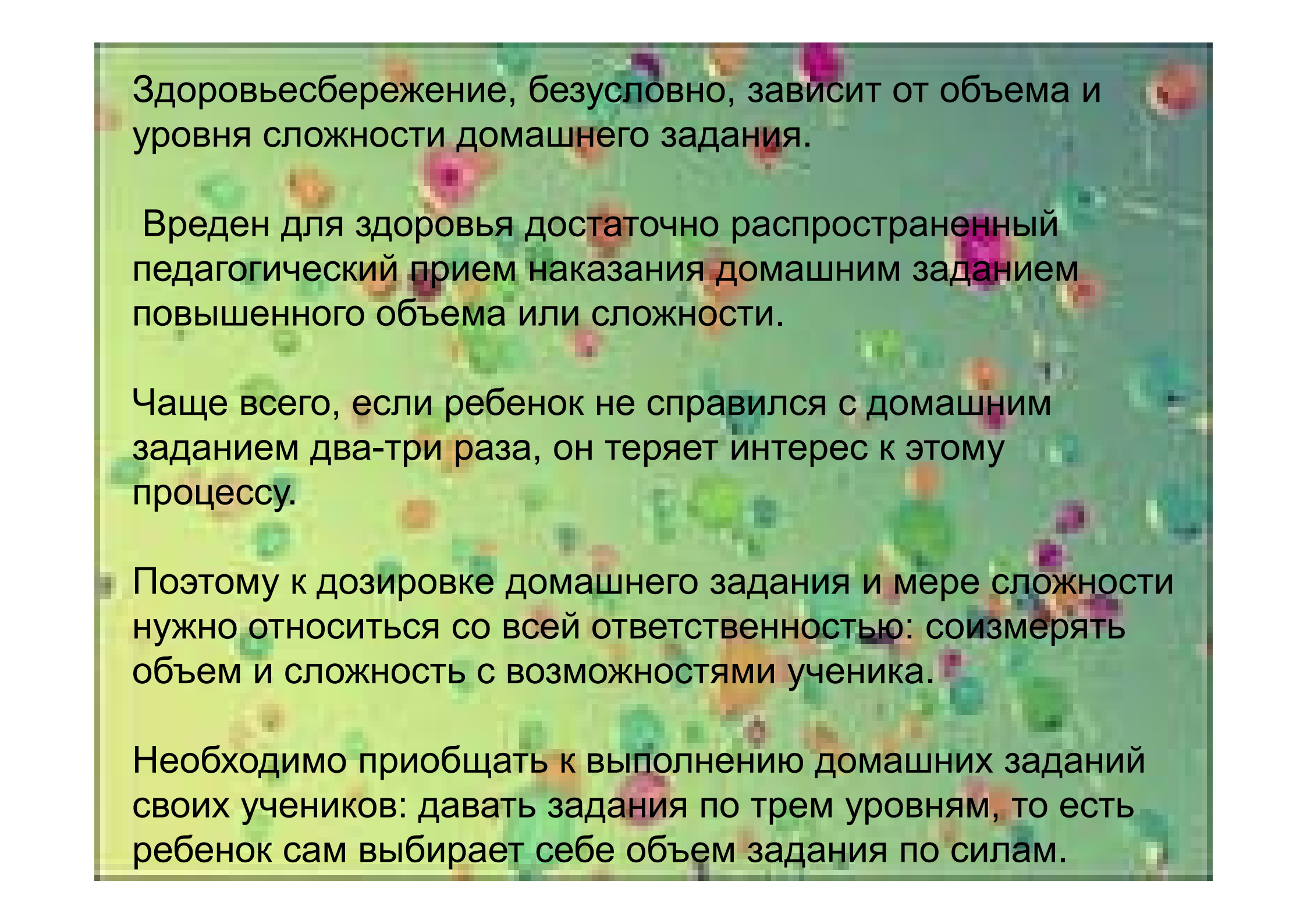
Приемы с соревнованиями благотворно влияют на здоровье детей

Один из приемов здоровьесбережения на этапе проверки домашней работы: к доске выходят по три-шесть учащихся, которых сменяют следующие ученики. Таким образом, учащиеся совершают движения во время напряженного трудного урока.

Сохранению физического, нравственного, социального здоровья учащихся способствует также индивидуальная работа учителя с учениками на разных этапах урока, с одаренными детьми, работа по индивидуальной программе.

«Уроки-праздники», способствуют сохранению здоровья учащихся. На этих уроках каждый ребенок вовлечен в активную сменяемую деятельность: то он артист, то художник, то зритель, то технический исполнитель. Ощущение значимости каждого в подготовке и участии в уроке решает целый комплекс учебно-воспитательных задач, в том числе и здоровьесбережения.

Сознательно и целенаправленно способствует укреплению здоровья учащихся; **выполнение практических заданий**, включаются различные группы мышц, происходит развитие мелкой моторики рук, пальцев.



Здоровьесбережение, безусловно, зависит от объема и уровня сложности домашнего задания.

Вреден для здоровья достаточно распространенный педагогический прием наказания домашним заданием повышенного объема или сложности.

Чаще всего, если ребенок не справился с домашним заданием два-три раза, он теряет интерес к этому процессу.

Поэтому к дозировке домашнего задания и мере сложности нужно относиться со всей ответственностью: соизмерять объем и сложность с возможностями ученика.

Необходимо приобщать к выполнению домашних заданий своих учеников: давать задания по трем уровням, то есть ребенок сам выбирает себе объем задания по силам.

Фактор движения в здоровьесберегающей деятельности

Одна из важнейших технологий здоровьесбережения - школьная оценка

1. Ребенок должен постоянно ощущать себя счастливым, помогите ему в этом.
2. Каждый урок должен оставлять в душе ребенка только положительные эмоции.
3. Дети должны испытывать ощущение комфорта, защищенности и, безусловно, интерес к вашему уроку. Этому не научит ни один учебник, ...

Здоровьесберегающие технологии

Целевые установки:

- стимулировать у детей желание жить, быть здоровыми,
- учить их ощущать радость от каждого прожитого дня;
- показывать им, что жизнь - это прекрасно,
- вызывать у них позитивную самооценку.

Отличительные особенности здоровьесберегающих образовательных технологий

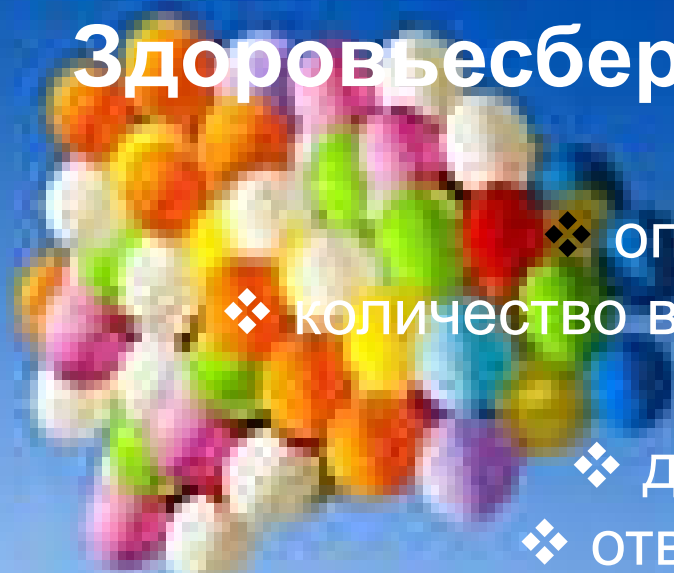
- отсутствие назидательности и авторитарности
- воспитание, а не изучение культуры здоровья
- элементы индивидуализации обучения
- наличие мотивации на здоровый образ жизни учителя и учеников
- интерес к учебе, желание идти в школу
- наличие физкультминуток
- наличие гигиенического контроля

Основой здоровьесберегающей технологии является соблюдение следующих принципов:

- учет возрастно-половых особенностей;
- учет состояния здоровья ученика и его индивидуальных психофизических особенностей при выборе форм, методов и средств обучения;
- структурирование урока на три части в зависимости от уровня умственной работоспособности учащихся (вводная часть, основная и заключительная);
- использование здоровьесберегающих действий для сохранения работоспособности и расширения функциональных возможностей организма учащихся.

Здоровьесберегающие действия:

- ❖ оптимальная плотность урока
- ❖ количество видов учебной деятельности
- ❖ их смена
- ❖ длительность и чередование
- ❖ отвлечения от учебной работы
- ❖ чередование видов учебной деятельности
- ❖ чтение,
- ❖ письмо,
- ❖ слушание,
- ❖ рассказ,
- ❖ рассматривание пособий,
- ❖ ответ на вопрос,
- ❖ решение примеров.



Рекомендации:

1. Считается гигиенически рациональным использование 4-7 видов учебной деятельности; 1-2 – нерациональным.
2. Смена различных видов должна проводиться через каждые 7-10 минут (нерациональная смена через 15-20 минут, когда у ребенка уже появляются признаки утомления).

Оздоровительные моменты на уроке:

- физкультминутки, динамические паузы;
- минутки релаксации;
- дыхательная гимнастика;
- гимнастика для глаз;
- массаж активных точек.

Цель оздоровительных моментов

- отдых центральной нервной системы
- профилактика утомления, нарушения осанки, зрения

Критерии эффективности здоровьесберегающего урока

- ❖ Активная мыслительная деятельность
- ❖ Обеспечение эмоциональной сопричастности ученика к собственной деятельности и деятельности других
- ❖ Мотивация познавательной деятельности
- ❖ Обеспечение рефлексии и самоконтроля
- ❖ Наличие самостоятельной работы

Десять великих секретов здоровьесберегающей технологии

*Они вырублены маленькими-
маленькими буквами на большом-
большом камне в горах Тибета.
Надпись сливается с пейзажем,
подтверждая тем самым свою
гармонию с природой и свое
доисторическое происхождение.
Секреты чудом сохранились - вот они*

1. **Секрет доброты** состоит в том, что без этой фундаментальной основы всего создаваемого на Земле результаты действий не принесут пользы ни тому, кто что-то делает, ни тому для кого что-то делается. Можно назвать это «добрым началом», можно говорить об «идее добра», которая должна пронизывать все свершения. И «доброжелательность», и «добродушие», и «добросердечность» - все, чего так не хватает в нашей современной жизни и недостает в большинстве школ, происходит от корня «добро». Попробуем отказаться от декларативности («Мы все работаем на благо людей!») и дарить свою доброту не абстрактным «учащимся», а вполне конкретным Петям, Олям, Колям и Сашам, чтобы они почувствовали, что о них думают, об их интересах заботятся, и сами стали дарить добро окружающим их людям.

2. **Секрет успешности** (в делах и в жизни вообще) состоит в стремлении и готовности дарить радость себе и другим. Этот навык - находить поводы и причины для радости - сродни способности восхищаться чем-то в других людях (и в себе самих!), но не манипулируя, а искренне и умело находя то, что действительно заслуживает одобрения или восхищения. Это необходимое качество для педагога, разделяющего идеи «позитивной» и здоровьесберегающей педагогики. Находить поводы для радости можно всегда, как бы ни была трудна жизнь. Более того, чем она труднее, тем важнее расцветить ее яркими красками - это один из принципов психологии здоровья и педагогической психотерапии. «Школа радости» - это не только одна из моделей организации образовательного пространства с очевидным здоровьесберегающим результатом, но и замечательная психолого-педагогическая программа воспитания

3. **Секрет эффективности** усилий по созданию здоровьесберегающего пространства - в профессионализме всех работающих в школе педагогов. Пускай не всех (будем реалистичны!), но больше части, которая способна создать «критическую массу» компетентности. Поэтому вложение средств в подготовку кадров, повышение профессионализма учителей (в развитие персонала, как говорят на Западе) - самая мудрая стратегия серьезного руководителя. Тогда неизбежно будет формироваться то пространство грамотной заботы о здоровье, работая в котором невозможно оставаться грубым, авторитарным, безразличным, незаинтересованным.

4. **Секрет результативности** здоровьесберегающих технологий - в целенаправленном воспитании культуры здоровья учащихся, их потребности, способности и умения заботиться о собственном здоровье, духовном и телесном благополучии (а материальное приложится!).

5. **Секрет соответствия** создаваемого задуманному состоит в объективном отслеживании получаемых результатов. Лучше, если этот мониторинг будет независимым, проведенным специалистом «со стороны». Оценка «дела рук своих» не может быть объективной даже при самых благих намерениях - механизмы психологической защиты вносят свои коррективы.

6. **Секрет технологичности** - в том, что создание работающей технологии из суммы разрозненных программ, приемов, методик возможно лишь при наличии единства целей, задач, принципов и методологии. Иначе под ЗОТ в одной школе будет пониматься сочетание фитобара и стоматологического кабинета, в другой - «конторок» в классах и «шведских» стенок в рекреациях, в третьей - введение уроков валеологии и ставки психолога-консультанта. Все это хорошо даже в отдельности, но не может обозначаться как технология, а поэтому и заметных результатов ожидать от таких разрозненных действий не приходится.

7. **Секрет надежности** получаемых результатов - в широком привлечении к решению задач, связанных со здоровьем, не только учащихся и педагогов школы, но и специалистов из научных центров, институтов, опытных практиков (но имеющих необходимую подготовку!), а также обсуждение получаемых результатов на конференциях, совещаниях, публикация материалов в печати. Таким образом, происходит интеграция школы в социокультурное пространство, подпитывающее ее информационном и энергетически.

8. **Секрет перспективности** преобразований, проводимых в школе в сфере здоровья, состоит в наличии грамотной программы действий, по которой школа начинает работу. Эта программа должна быть рассчитана на 3-4 года (с перспективой на 5-7 лет), научно обоснована, а в ее разработке, кроме ученых, курирующих школу, должны принимать участие большинство педагогов и специалистов школы («чужая» программа нежизнеспособна!).

9. **Секрет заинтересованности** участников в проводимой работе, без которой невозможно реализовывать долгосрочные проекты, состоит, как это ни банально, в материальном стимулировании. На энтузиазме можно начинать работу, проводить ее какое-то время, но дальше достойных участников необходимо переводить из «любителей» в профессионалы.

10. **Секрет истинности** состоит в интуитивном ощущении непротиворечивости того, что делается, соответствии результатов глобальным законам природы и мироздания, одухотворенном воплощении их на благо людей. Но главное, что задает движению к цели нужное направление, освещает и освящает настоящее дело, являясь критерием его истинности, - это любовь, тот самый «пятый элемент», который наделяет жизнь смыслом и радостной энергией созидания с предвкушением обязательного успеха.

Итак,

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.

Здоровьесберегающие технологии -

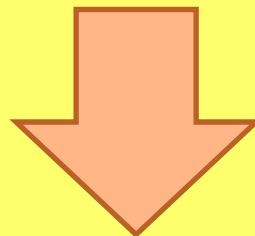
предполагают совокупность *педагогических, психологических и медицинских* воздействий, направленных на защиту и обеспечение здоровья, формирование ценного отношения к своему здоровью.

Цель - здоровьесберегающих образовательных технологий обеспечить школьнику возможность 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.

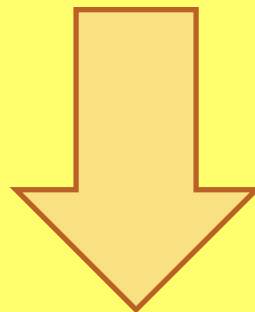
Осуществление этой цели напрямую зависит от следующих **приоритетов учебно-образовательного процесса:**

- ❖ организация рационального учебного процесса в соответствии с САНиП;
- ❖ рациональная организация двигательной активности учащихся;
- ❖ система работы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни.

Технологии диалогового взаимодействия



Полисубъектность образовательного процесса



Эффекты полисубъектности





С-С

- Полисубъектное
- Субъект-субъектное взаимодействие

С-О

- Субъект-объектное взаимодействие

П-С

- Предсубъектное взаимодействие

Признаки полисубъектности

- Наличие в достаточной степени логически непротиворечивого семантического пространства, общего для всех субъектов общности;
- Высокая способность субъектов, входящих в полисубъект, к осознанию системы отношений между субъектами;
- Творческая активность каждого из субъектов в отношении себя и мира.

Полисубъектное взаимодействие

– это такая форма непосредственного взаимодействия субъектов друг с другом,
которая способна порождать их взаимную обусловленность и характеризуется особым типом общности – полисубъектом, понимаемым как целостное динамическое психологическое образование, отражающее феномен единства развития реальных субъектов, находящихся в субъект-субъектных отношениях, и проявляющееся в способности
к творческой активности,
к осознанию системы отношений между субъектами,
к образованию общего семантического пространства,
а также в способности,
к преобразованию окружающего мира и себя,
способности выступать как целостный субъект,
развивая субъект-субъектные отношения с другими общностями.

1. Эффект идентификации личности

**Идентификация – отождествление
как необходимое условие
развития и существования личности**

Посредством механизма идентификации с раннего детства у ребенка начинают формироваться многие черты личности и поведенческие стереотипы, ценностные ориентации

**Идентификация групповая
как устойчивое отождествление себя с какой-
либо социальной группой или общностью,
принятие ее целей и системы ценностей,
осознание себя членом этой группы или
общности**

2. Эффект формирования и развития толерантности

Изучение полисубъектности предполагает изучение взаимодействия элементов полисубъекта и многостороннего процесса отраженной субъектности



Феномен отраженной субъектности определяется в общем плане как форма идеальной представленности и продолженности одного человека в другом, что является одним из свойств полисубъекта



3. Эффект коактивного коучинга

Коактивный коучинг на сегодняшний день является самым эффективным инструментом развития и личностного роста



КоАктивный коучинг описать словами достаточно трудно.

КоАктивный коучинг - это не наставничество, не психотерапия, не консультирование, не тренинг, а **уникальный процесс**, направленный на результат, которого хочет достичь клиент.

Чтобы полностью понять КоАктивный коучинг, необходимо, хотя бы пару раз, проверить его на личном опыте.

Эта информация предназначена для тех, кто решил воспользоваться услугами профессионального коуча с целью перехода вверх на качественно другой уровень жизни, а также тех, кто хочет стать профессиональным коучем.

Фундамент КоАктивного коучинга

КоАктивный коучинг - это система персональной поддержки, ориентированная на клиента.

Клиентом может быть как один человек, так и группа людей - команда или семья.

Желания, намерения и мотивы клиента являются предметом работы коуча.

Коуч никогда не даст клиенту даже "самого лучшего в мире" совета.

Фундаментом коучинга является все то, что именно хочет человек, которого что-то не устраивает в жизни.

Обычно человек хочет позитивных изменений или достижения какой-то важной цели.

Кто-то ставит перед собой определенные цели - написать книгу или стихи, начать свое дело, создать семью, поправить здоровье, а кто-то хочет быть более успешным и эффективным в своем бизнесе или на работе.

Люди обращаются к коучингу потому, что хотят жить лучше - самореализоваться, достичь баланса и гармонии между бизнесом и семьей, привести в порядок свои личные дела и бизнес, начать радоваться простым вещам.

Также, люди обращаются к коучингу с желанием разобраться в себе, избавиться от проблем в жизни или бизнесе, избавиться от беспорядка и финансовых трудностей, пережить "кризис средних лет", наладить отношения в семье.

Какими бы не были запросы клиента и их причины - всегда они исходят только от клиента.

Отношения между коучем и клиентом направлены исключительно на решение задач клиента

Полисубъект выступает в качестве развивающейся общности, в которой развитие каждого субъекта опосредуется совместной творческой деятельностью и общением, и включено в единый процесс развития целостного полисубъекта



Феноменологически полисубъектное взаимодействия заключается в актуальном соприсутствии и совместной деятельности партнеров (условия его возникновения)

УСЛОВИЯ ВОЗНИКНОВЕНИЯ



В индивидуальной работе



В парной работе



В групповой работе



В коллективной работе

Средства массовой



коммуникации

и

информации

Индивидуальная работа

Парная работа

Групповая работа

Коллективная работа



Решения педсовета:

1. В своей профессиональной деятельности использовать технологии здоровьесберегающие для сохранения и развития здоровья школьников;
2. Обратить внимание на организацию рационального учебного процесса в соответствии с САНиП;
3. Особое внимание обратить на организацию двигательной активности учащихся в процессе учения;
4. Разработать систему работы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни;
5. В реализации образовательной программы придерживаться принципов здоровьесберегающей педагогики.

Литература

1. Вачков И.В. Полисубъектное взаимодействие учителей и учащихся // развитие личности. - № 3, 2002. – С. 147-162.
2. Вачков И.В. Полисубъектный подход к педагогическому взаимодействию // Вопросы психологии. - № 3, 2007. – С. 16-29.
3. Дьяченко В.К. Дидактика. – М.: «Народное образование» , 2006. – 1Т.,400 с., 2Т., 385 с.
4. Казачкова Т.Б. «...И НАМ ЛЮБОЕ ДЕЛО ПО ПЛЕЧУ» / учебно-методическое пособие. – СПб.: изд-во «Школа «Эпиграф»», 2010. – 140 с.
5. Кулюткин Ю.Н. Диалог как предмет педагогической рефлексии. – СПб., 2001. - 75 с.
6. Перминова Л.М. Самоидентификация учителя: опыт дидактической рефлексии. _ СПб.,2006. - 387 с.
7. Современные педагогические технологии основной школы в условиях ФГОС/О.Б. Даутова, Е.В. Иваньшина.О.А. Ивашедкина, Т.Б. Казачкова. О.Н. Крылова, И.В. Муштавинская. – СПб.: КАРО, 2013. – 176 с.
8. Хуторской А.В. Современная дидактика. – М.: Высшая школа, 2007. – 639 с.
9. Яковлева Н.И. Социокультурные основы модернизации системы переподготовки педагогических кадров. – М.: МИОО, 2005. – 110 с.







