

## **«Здоровье-сберегающие технологии в образовательном процессе»**

**Учитель биологии Прохорова Т.В.**

Каким же должно быть учебное учреждение со здоровье-сберегающей средой? Это, прежде всего, такое образовательное учреждение, в котором обеспечивается равновесие между адаптивными возможностями организма и постоянно меняющейся средой. Это педагогическая система, в которой должны быть методики обеспечения психолого-медико-социального сопровождения учащихся на каждом возрастном этапе, постоянная диагностика состояния здоровья и мероприятия по формированию здорового образа жизни ученика, реабилитационная работа по медицинским показателям каждого индивидуума, методики включения учащихся в здоровье-сберегающую деятельность.

Год от года усвершенствуются и модернизируются различные методики, приемы и стратегии образовательной системы. Вместе с этим увеличивается и умственная нагрузка, так как объем учебного материала и литературы возрастает. Это является следствием огромного количество разных вариаций учебных планов, вводимых в действие без проверки на их соответствие возрастным особенностям и возможностям учащихся. Неудержимо растет число учебных предметов, предлагаемых для изучения, в итоге возрастает число одночасовых предметов. В связи с этим увеличивается время на приготовление домашних заданий, снижается время двигательной активности, сна - что является результатом ухудшения здоровья. Ни для кого не секрет, что различные экспериментальные программы интенсификация педагогических процессов, чрезмерный напор на профориентационную деятельность негативно отражается не только на физическом, но и на умственном состоянии и развитии детей. В связи с этим возрастает значимость здоровье-сберегающих технологий в современной школе.

Технология - это инструмент профессиональной деятельности педагога

Виды здоровье-сберегающих технологий в образовательном процессе:

- медико-профилактические;

- физкультурно-оздоровительные;
- технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка;
- здоровье-сбережения и здоровье-обогащения педагогов образования;
- просвещение родителей;
- здоровье-сберегающие образовательные технологии в школе.

Какие же направления деятельности включает каждая из этих технологий?

1. Медико-профилактическая технология:

- организацию мониторинга здоровья школьников
- разработку рекомендаций по оптимизации детского здоровья;
- организацию и контроль питания детей
- физического развития школьников,
- закаливания;
- организацию профилактических мероприятий;
- организацию контроля и помощь в обеспечении требований СанПиНов;
- организацию здоровье-сберегающей среды в ОУ.

Данные направления деятельности осуществляет медицинский персонал лицея, школьная столовая, учителя физической культуры, администрация ОУ.

2. Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка

Это виды деятельности, обеспечивающие психическое и социальное здоровье ребёнка-школьника. Основная задача этих технологий обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребёнка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в школе и семье, обеспечение социально-эмоционального благополучия школьника.

Данные технологии реализуются психологами, социальным педагогом ОУ, администрацией, педагогическим коллективом и обслуживающим персоналом ОУ.

### 3. Физкультурно-оздоровительные технологии.

- развитие физических качеств, двигательной активности
- становление физической культуры школьников,
- дыхательная гимнастика,
- массаж и самомассаж,
- профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки,
- воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье.

Данные технологии реализуются преподавателями физической культуры, медицинским работником, классными руководителями.

### 4. Технологии здоровье-сбережения и здоровье-обогащения педагогов.

Это технологии, направленные на развитие культуры здоровья педагогов, в том числе культуры профессионального здоровья, развитие потребности к здоровому образу жизни.

Данные технологии реализуются администрацией ОУ.

### 5. Технологии просвещения родителей.

- Родительские собрания,
- Тематические беседы,
- Личный пример педагога,
- Совместные мероприятия родителей с преподавателями и детьми,

Данные технологии реализуются классными руководителями, администрацией ОУ.

### 6. Здоровье-сберегающие образовательные технологии.

- организационно-педагогические технологии, определяющие структуру воспитательно-образовательного процесса, способствующую предотвращению состояний переутомления, гиподинамии и других дезадаптационных состояний;

- психолого-педагогические технологии, связанные с непосредственной работой педагога с детьми (сюда же относится и психолого-педагогическое сопровождение всех элементов образовательного процесса);
- учебно-воспитательные технологии, которые включают программы по обучению заботе о своем здоровье и формированию культуры здоровья учащихся.

Данные технологии реализуются администрацией ОУ, педагогами ОУ в урочной деятельности, психологами ОУ.