

А.Н. Левицкий

(УО «Горецкий педагогический колледж
МГУ имени А.А. Кулешова»)

СТРУКТУРА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В УСЛОВИЯХ СОВРЕМЕННОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

В статье уделяется внимание роли физической культуры в сохранении и укреплении здоровья младших школьников, а также раскрываются особенности содержания основных компонентов здоровьесберегающей деятельности учителя физической культуры в условиях современного образовательного процесса.

Многочисленные исследования свидетельствуют о благоприятном влиянии регулярных занятий физическими упражнениями на здоровье и физическое состояние человека любого возраста. В разные возрастные периоды эти занятия преследуют разные цели. В младшем школьном возрасте они направлены на совершенствование физической подготовленности, физического развития и физической работоспособности, профилактику заболеваний, которые могут развиваться в более старшем возрасте. Физическая культура, в единстве с нормами здорового образа жизни, эффективно обеспечивает решение задач по здоровьесбережению учащихся [1].

Здоровьесбережение – это сущностная динамическая характеристика процесса жизнедеятельности человека, характеризующаяся наличием знаний, умений и навыков, необходимых для осуществления здоровьесберегающей деятельности и устанавливающей в образовательном социуме приоритеты личности [2].

В структуре здоровьесберегающей деятельности учителя физической культуры выделяются следующие компоненты: проективный, организационный и рефлексивный.

Проектировочный компонент здоровьесберегающей деятельности учителя физической культуры включает целеполагание, планирование, конструирование и выбор действий, направленных на достижение оптимального здоровьесберегающего результата на уроке.

Результаты исследований Л.Ю. Минеевой, Л.Г. Татарниковой и др. позволяют утверждать, что на данном этапе педагог:

- собирает или уточняет информацию о состоянии здоровья детей;
- анализирует результаты собственной здоровьесберегающей деятельности на предыдущем уроке;
- определяет здоровьесберегающие цели и задачи (в логической взаимосвязи с целями и задачами здоровьесберегающей деятельности учреждения образования, индивидуальными и возрастными особенностями детей);
- учитывает здоровьесберегающие требования к организации урока;

- определяет последовательность и продолжительность основных этапов урока, методы и средства обучения, прогнозирует возможность их варьирования в зависимости от ухудшения состояния детей (снижения уровня их умственной и физической работоспособности) в течение урока;

- прогнозирует итог здоровьесберегающей деятельности на уроке.

Организационный компонент здоровьесберегающей деятельности учителя физической культуры представляет собой непосредственные действия по реализации проекта здоровьесберегающей деятельности на уроке и их корректировку на каждом отдельном этапе в зависимости от состояния здоровья детей.

Результаты исследований М.М. Безруких, В.А. Вишневого, Н.К. Смирнова и др. позволили установить, что для эффективного осуществления здоровьесберегающей деятельности педагогу необходимо:

- обеспечивать необходимые санитарно-гигиенические условия обучения;
 - проводить урок таким образом, чтобы моторная плотность варьировала в диапазоне 60-80%;
 - обеспечивать мотивацию деятельности детей;
 - создать эмоциональный комфорт и психологическую безопасность;
 - организовывать постоянно чередующиеся виды деятельности при их оптимальной продолжительности для конкретной возрастной группы детей;
 - использовать на занятии не менее 3-х методов обучения (методы дифференцированного, индивидуально-ориентированного, личностно ориентированного, проблемного, свободного выбора и др.) при их оптимальной продолжительности с учетом возраста детей;
 - применять технические средства обучения в соответствии с требованиями санитарных правил и норм;
 - отслеживать состояние (в том числе умственной работоспособности) детей;
 - оперативно корректировать план урока в зависимости от состояния детей;
 - организовывать в течение занятия эмоциональные разрядки;
 - осуществлять постоянный контроль за осанкой детей;
 - следить за тем, чтобы во время занятия не наступало физическое переутомление детей;
 - своевременно заканчивать урок.
- Рефлексивный компонент* здоровьесберегающей деятельности учителя физической культуры включает совокупность умений анализировать и адекватно оценивать свои действия по созданию здоровьесберегающих условий обучения, нивелированию негативного влияния учебного расписания на учебную активность и умственную работоспособность детей, способность к переосмыслению средств и логических оснований своей здоровьесберегающей позиции.
- Рефлексивное, как бы со стороны, постоянное видение целесообразности своих действий явля-

ется неперменным условием любой деятельности. С учетом результатов исследований С.В. Васильева, В.А. Вишневого и др. определено содержание данного компонента, в рамках которого педагог:

- анализирует реализацию здоровьесберегающих задач урока;
- выявляет адекватность выбора методов и средств здоровьесберегающим целям и задачам урока;
- оценивает собственные действия и поведение на уроке со здоровьесберегающих позиций;
- конкретизирует пути совершенствования своего педагогического мастерства в аспекте сохранения здоровья детей [1].

По окончании занятия педагог сравнивает здоровьесберегающую деятельность с проектом, после чего делает вывод об ее эффективности.

Достаточная развитость и выраженность данных компонентов является необходимым условием эффективной здоровьесберегающей деятельности педагога в условиях современного образовательного процесса.

Список использованной литературы

1. Левицкий, А.Н. Урок физической культуры в начальной школе в условиях здоровьесберегающей деятельности : методические рекомендации / А.Н. Левицкий. – Могилев : МГУ имени А.А. Кулешова, 2017. – 28 с.
2. Левицкий, А.Н. Здоровьесберегающие технологии физического воспитания : особенности использования в образовательном процессе педагогического колледжа : учебно-методические материалы / А.Н. Левицкий. – Могилев : МГУ имени А.А. Кулешова, 2016. – 52 с.