

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРИМЕНЕНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ НА УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ I СТУПЕНИ ОБЩЕГО СРЕДНЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Е. В. Каско, Е. А. Корженевич
(Средняя школа № 16, Пинск, Беларусь)

В статье авторами рассматриваются теоретические аспекты применения здоровьесберегающих технологий на учебных занятиях по физической культуре на I ступени общего среднего образования.

Здоровье – бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества. Сегодня одним из приоритетных направлений государственной политики в области образования является сохранение и укрепление здоровья младших школьников. Повлиять на улучшение здоровья учащихся, изменить их собственное отношение к своему здоровью можно в том случае, если в школе будет создана здоровьесберегающая инфраструктура образовательного учреждения, использованы здоровьесберегающие технологии и будут выполняться требования к условиям реализации образовательных программ и просветительской работы с родителями [1].

Очевидным становится существенное ухудшение здоровья обучающихся, которое связано, прежде всего, с возрастанием объема и усложнением учебной нагрузки, недостатком двигательной активности, неправильным питанием детей, наличием частых стрессов, а также их несоблюдением гигиенических требований в организации учебного процесса. Состояние здоровья молодого поколения является важнейшим показателем благополучия общества и государства.

В последние годы появилось понятие «здоровьесберегающие образовательные технологии». Цель здоровьесберегающих технологий –

обеспечить обучающимся возможность сохранения здоровья за период обучения в образовательном учреждении, сформировать у него необходимые для этого знания, научить использовать полученные знания в современной жизни. Данные технологии направлены на укрепление, сохранение, а также формирование здоровья обучающихся. В самом общем виде под здоровьесберегающими технологиями понимают все те психолого-педагогические технологии, методы и программы, направленные на воспитание у обучающихся культуры здоровья, формирование представлений о здоровье как ценности и их мотивацию на ведение здорового образа жизни.

Здоровьесберегающие технологии способствуют рациональной организации учебного процесса таким образом, чтобы он соответствовал возрастным, половым, индивидуальным особенностям обучающихся, а также гигиеническим требованиям [2].

Благодаря общему усилию учителей, учащихся и родителей нашей школы по здоровьесбережению, благодаря систематической, последовательной и творческой работе по организации физкультминуток, динамических пауз и другим технологиям обеспечивается достаточный уровень функциональной деятельности всех органов и систем организма детей на учебных занятиях по физической культуре, их общее бодрое состояние.

На учебных занятиях по физической культуре учителями применяются следующие общеобразовательные технологии:

- технологии, которые обеспечивают гигиенически оптимальные условия для обучения;
- технологии обучения здоровому образу жизни.

Так же учителями нашей школы на I ступени общего среднего образования на учебных занятиях по физической культуре используются следующие здоровьесберегающие формы работы: утренняя гимнастика, физкультминутки, подвижные игры, упражнения, дыхательная гимнастика, пальчиковая гимнастика, звуковая гимнастика, гимнастика для глаз, игры и игровая терапия, упражнения для снятия напряжения, улучшения осанки, так же проходят встречи с медицинскими работниками различных специальностей.

Подводя итоги, можно отметить, что здоровьесберегающие технологии учат детей жить без конфликтов. Обучают укреплять, сохранять свое и ценить чужое здоровье. Эти технологии прививают им принципы здорового образа жизни, усиливают мотивацию к обучению. Учителя в тесной взаимосвязи с учащимися и их родителями, медицинскими ра-

ботниками, практическими психологами, социальными педагогами и социальными работниками, всеми теми, кто заинтересован в сохранении и укреплении здоровья детей, способны создать здоровьесберегающую образовательную среду.

Список использованной литературы

1. Алямовская, В.Г. Оздоровительные технологии в образовательном учреждении / В.Г. Алямовская, – М. : Педагогическое общество России, 2010. – 92 с.
2. Ковалько, В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе / В.И. Ковалько. – М. : ВАКО, 2005. – 296 с.