Здоровьесберегающие технологии – важный фактор успешной работы

Конева Людмила Сергеевна
учитель информатики
МАНОУ «Шуховский лицей»
E-mail: lutik933@yandex.ru

В последние годы популярным в системе образования, и не только в ней, стало понятие здоровьесберегающие образовательные технологии. Обусловлено это вниманием к состоянию здоровья учащихся, которое крайне неблагополучно.

В нашем понимании здоровьесберегающие образовательные технологии — это комплексная, построенная на единой методологической основе система организационных и психолого-педагогических приемов, методов, технологий, направленных на охрану и укрепление здоровья учащихся, формирование у них культуры здоровья, а также на заботу о здоровье педагогов.

Подчеркну, что для достижения заметного здоровье сберегающего результата необходима именно комплексность и системный характер проводимой работы, а не отдельные спонтанные действия, не включенные в общую программу работы.

Основной целью своей работы как учителя информатики, стремящегося работать в русле педагогики здоровья, ставлю формирование здоровьесберегающего образовательного пространства, отвечающего медицинскому и педагогическому принципу: **Не навреди!** (No nocere!). А это включает в себя и *создание гигиенических условий, обеспечивающих высокую работоспособность учеников, мою и моих коллег, и устранение интенсификации образовательного процесса, перегрузку учащихся информацией, требующей механического запоминания, и педагогическую профилактику развития таких типично школьных заболеваний, как нарушение осанки и близорукость, и предупреждение формирования у учащихся школьных стрессов, гиподинамии, других дезадаптационных состояний, постепенно разрушающих здоровье учащихся.*

Понятие «здоровье» рассматриваться должно конкретно, как интегрально-целостное: эмоционального, психического, физического, духовно-нравственного, интеллектуального, творческого и общественного здоровья.

Сейчас много говорят и пишут о здоровье подрастающего поколения. Что, впрочем, похоже, не прибавляет здоровья никому. Здоровьесберегающая педагогика — это лейтмотив действия, т.е. главная цель образования.

В развивающемся организме ребенка все системы органов взаимосвязаны. Следовательно, вопросы эмоционального, физического, и психического здоровья должны решаться комплексно в равных пропорциях.

Систематически работая над созданием творческой, эмоционально-окрашенной, непринуждённой и в то же время трудоспособной обстановке на уроке и в после урочное время, я поняла, что кроме стремления защитить школьников от воздействия негативных факторов образовательного процесса, необходимо последовательно и планомерно обучать их ведению здорового образа жизни, воспитывать у них культуру здоровья. Причем делать это не в традиционных формах проведения большинства уроков, а в режиме активных методов обучения, с использованием игр, тренингов, показом и обсуждением видеоматериалов, анализом

реальных жизненных ситуаций. Заметно повысить эффективность этой работы можно путем приобщения к ней родителей школьников, не в традиционных формах взаимодействия семьи и школы, а именно по тематике заботы о здоровье учащихся. Для этого мною используются разнообразные формы и методы работы.

Ситуации обсуждения результатов коллективной, групповой и индивидуальной деятельности (праздников, игр, экскурсий, обычных занятий), на которых воспитанники отвечают на вопросы: «Что удалось и почему?», «Кому хочется сказать спасибо?», «Кто помог нам?», «Что не получилось и почему?», «Что было трудно?», «Чему мы научились?» и пр.
Задача учителя — создавать такие условия, в которых человек мог бы выбирать, решать, действовать, раскрывать реального себя. Освобождаться от контроля внешнего и обретать наиважнейший этический императив человека — самоконтроль. *Творчество* —

это когда рождается новая идея. Пробуждение личности, формирование творческой личности, желание думать, получить эмоциональный отклик, живую интонацию, оригинальную мысль, искры ребячьего энтузиазма.

Подводя черту, еще раз хочется подчеркнуть, что стратегически значимым, самым приоритетным направлением в работе считаю *формирование положительного отношения к здоровому образу жизни* и на основе этого достижение эмоционального, психического, духовно-нравственного, физического, интеллектуального, творческого здоровья.