

Желовникова Оксана Викторовна

Педагог дополнительного образования

СП ДОД ЦДТ ГБОУ СОШ п.Кинельский

Пос.Комсомольский

Использование здоровьесберегающих технологий в дополнительном образовании

Дополнительное образование вносит существенный вклад в образовательный процесс, в воспитание и оздоровление обучающихся школы и реализуется во второй половине дня.

Своеобразие этого направления заключается в том, что кроме задачи гармоничного развития личности оно несет в себе обязательный оздоровительный компонент и является частью оздоровительной программы. Работа объединений строится в соответствии с разработанными образовательными программами. Форму занятий выбирает сам педагог в соответствии с поставленными задачами и исходя из психофизиологической целесообразности. Широко применяются как традиционные педагогические технологии, так и педагогическая технология на основе личностной ориентации педагогического процесса (педагогика сотрудничества, личностно-ориентированный подход, технология уровневой дифференциации, игровые технологии)

Здоровьесберегающие технологии реализуются на основе личностно-ориентированного подхода. Осуществляются на основе личностно-развивающих ситуаций и относятся к тем жизненно важным факторам, благодаря которым обучающиеся учатся жить вместе и эффективно взаимодействовать. Предполагают активное участие самого обучающегося в освоении культуры человеческих отношений, в формировании опыта здоровьесбережения.

Педагогические технологии, в том числе и здоровьесберегающие должны обеспечить развитие природных способностей ребенка: его ума, нравственных и эстетических чувств, потребности в деятельности, в общении с людьми, искусством и природой.

Здоровьесберегающая образовательная технология - это система, создающая максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья всех субъектов образования (учащихся, педагогов и др.). В эту систему входит:

1. Использование данных мониторинга о состоянии здоровья детей, проводимого медицинскими работниками, и собственных наблюдений в процессе реализации образовательной технологии, ее коррекция в соответствии с имеющимися данными.
2. Учет особенностей возрастного развития и разработка образовательной стратегии, соответствующей особенностям памяти, мышления, работоспособности, активности детей данной возрастной группы.
3. Создание благоприятного эмоционально-психологического климата в процессе реализации технологии.

Методы, направленные на самопознание и развитие (интеллекта, эмоций, общения, воображения, самооценки и взаимооценки):

1. Место и длительность применения ТСО (в соответствии с гигиеническими нормами). Умение педагога использовать ТСО как возможности инициирования дискуссии, обсуждения.
2. Позы учащихся во время занятия, чередование поз.
3. Физкультминутки и другие оздоровительные моменты на занятии - их место, содержание и продолжительность. Норма от 15 до 20 минут занятия по 1 минутке из 3-х легких упражнений с 3 - повторениями каждого упражнения.

4. Наличие у воспитанников мотивации к учебной деятельности на занятии (интерес к занятиям, стремление больше узнать, радость от активности, интерес к изучаемому материалу и т.п.) и используемые учителем методы повышения этой мотивации.
5. Наличие в содержательной части занятия вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни. Демонстрация, прослеживание этих связей, формирование отношения к человеку и его здоровью как к ценности. Выработка понимания сущности здорового образа жизни, формирование потребности в здоровом образе жизни, выработка индивидуального способа безопасного поведения. Сообщение учащимся знаний о возможных последствиях выбора поведения и т.д.
6. Психологический климат на занятии.
7. Наличие на занятии эмоциональных разрядок: шуток, улыбок, афоризмов с комментариями и т.п.;

В конце занятия следует обратить внимание на следующее:

1. Количество времени, затраченного воспитанниками на учебную работу. Норма - не менее 60 % и не более 75-80 %.
2. Момент наступления утомления учащихся и снижения их учебной активности. Определяется в ходе наблюдения по возрастанию двигательных и пассивных отвлечений у детей в процессе учебной работы.
3. Темп и особенности окончания занятия:

По каким критериям можно оценить результативность применения здоровьесберегающих образовательных технологий?

- активная мыслительная деятельность воспитанников;
- обеспечение эмоциональной сопричастности ученика к собственной деятельности и деятельности других;
- мотивация познавательной деятельности;

- обеспечение рефлексии и самоконтроля;

Известно, что успех педагогической деятельности определяется не только профессиональными, но и личностными качествами педагога. Учитывая это и основываясь на жизненных аксиомах, высказанных еще мудрецами древности, можно сформулировать некоторые положения - «секреты» педагога.

- Секрет доброты. Этот секрет состоит в том, что без доброты результаты действий не принесут пользы ни тому, кто что-то делает, ни тому, для кого что-то делается.
- Секрет успешности. Состоит в стремлении и готовности дарить радость себе и другим.
- Секрет эффективности усилий по созданию здоровьесберегающего пространства. Заключается в профессионализме всех педагогов образовательной организации.
- Секрет результативности здоровьесберегающих технологий - в воспитании культуры здоровья учащихся, их потребности, способности и умения заботиться о собственном здоровье, духовном и телесном благополучии.
- Секрет соответствия создаваемого задуманному состоит в объективном отслеживании получаемых результатов.
- Секрет истинности. Состоит в интуитивном ощущении педагога непротиворечивости того, что делает, соответствии результатов законам природы.

И конечно, ребенок должен постоянно ощущать себя счастливым, если каждое занятие оставляет в душе ребенка положительные эмоции, если ребенок испытывает не только интерес, но и ощущение комфорта и защищенности.

Литература

1. Айзман Р.И. Здоровьесберегающие технологии в образовании: Учебное пособие. - М: Юрайт, 2018.
2. Акимова Л.А. Здоровьесберегающие технологии. - Оренбург: ОГПУ, 2017.
3. Белова Л.В. Здоровьесберегающие технологии в системе профессионального образования: учебное пособие. - Ставрополь: СКФУ, 2015.
4. Бусловская Л.К. Здоровьесберегающие технологии в начальном образовании. - Белгород: ИПК НИУ БелГУ, 2011.
5. Здоровая школа: рабочая книга для педагогов и руководителей образовательных учреждений /под ред. С.В.Алексеева. - СПб.: СПбАППО, 2010.
6. Митяева А.М. Здоровьесберегающие педагогические технологии. - М.: Академия, 2008.