Муниципальное образовательное автономное учреждение «Соловъевская СОШ» Тындинский район Амурская область

«Здоровье сберегающие технологии в образовательном процессе в условиях ФГОС»

 Автор:

 учитель технологии

 Михайлова Т.Н

 высшей квалификационной категории

 2018 г

«Здоровье сберегающие технологии в образовательном процессе в условиях ФГОС»

 Будьте добрыми,

 если захотите;

 Будьте мудрыми,
 если сможете;

 Но здоровыми

 вы должны быть всегда.

 КОНФУЦИЙ

На современном этапе развития образования в условиях ФГОС происходит широкое внедрение информационных технологий в образовательный процесс, следовательно, **проблема охраны здоровья учащихся и учителей становится более актуальной**. На первый план выступает не только задача физического развития детей, сохранения и укрепления здоровья, но и воспитания у них потребности в здоровье как жизненно важной ценности, сознательного стремления к ведению здорового образа жизни.

Педагоги нашей школы понимают свою ответственность за социальное, психологическое экологическое благополучие новых поколений.

Цель нашей школы: создание комфортной среды для развития творческих способностей каждого ребенка, обучение детей основам здорового образа жизни.

 Основной задачей является не только формирование у учащихся системы знаний дисциплин, но и содействие социализации выпускников средней школы в сложных и динамично меняющихся условиях современной действительности. Личностно – ориентированная педагогика направлена на развитие у каждого ученика качеств, необходимых для его успешной реализации**. Проблемная экология, социальная напряженность усложняют традиционные задачи школы.** Анализ динамики нервно – психического здоровья детей в школьный период показывает, что абсолютно здоровыми являются не все дети.

Еще более сложный вопрос – здоровье учителей. Большая учебная нагрузка, нехватка времени для профилактики здоровья, отсутствие материальных возможностей для санитарного лечения – это далеко не полный перечень условий, подрывающих здоровье педагогов. Администрация школы старается делать все возможное для того, чтобы наши педагоги были здоровы, активны, внедряли инновационные технологии, участвовали в семинарах, конкурсах, вели исследовательскую работу. Это рациональное составление расписания уроков и дополнительных занятий, процесс внедрения инновационных технологий, оснащение кабинетов современным оборудованием, создание комфортных условий труда, организация внеурочной деятельности. Основу профессионального здоровья составляет психическое здоровье как мера способности учителя выступать активным и автономным субъектом собственной жизнедеятельности в изменяющемся мире.

 Психологическая работа с учителем состоит в том, чтобы запустить новые продуктивные механизмы, обеспечивающие формирование способности к собственному развитию, к созданию мотивов и интересов быть здоровым. Педагогический коллектив школы уделяет большое внимание укреплению и сохранению здоровья учащихся. Учителя хорошо информированы о состоянии здоровья конкретных учеников и используют эту информацию при организации индивидуальной и дифференцированной работы с учащимися. Для детей, имеющих слабое здоровье, и детей с ограниченными возможностями учебный процесс осуществляется в индивидуальной и домашней форме обучения. Учителя методического **объединения «Технология, изобразительное искусство, музыка»** на своих уроках максимально используют игровые моменты, интерактивные технологии для демонстрации интересных материалов. Среди форм проведения уроков часто встречаются такие, как урок-викторина, урок – соревнование, урок-путешествие…

Использование компьютерных технологий позволяет повысить заинтересованных ребят, а также улучшить качество восприятие материала. Поэтому в структуру своих уроков **активно внедряю «физкультминутки».** Слежу за правильностью осанки учеников. Использую на уроках систему разминок для глаз, рук и ног. Тренировка дыхания, не занимая много времени, позволяет не только развивать дыхательную систему, но и способствует повышению культуры общения. Стараюсь обеспечить комфортные бесконфликтные и безопасные условия в процессе преподавания технологии.

 Моя работа направлена на разностороннее, свободное и творческое развитие учащихся. Кроме того, считаю, что в процессе преподавания для формирования культуры здоровья учеников необходимо применять индивидуально деятельностный подход. Деятельностный подход в образовательном процессе занимает главное место, в котором главное место отводится активной и разносторонной, в максимальной степени самостоятельной познавательной деятельности.

 Такой подход направлен в первую очередь на укрепление положительных качеств и устранение недостатков. Включение ученика в творческий процесс, поиск решений служит развитию ученика, снижает наступление утомления. Использую на уроках и во внеклассной работе такое эффективное средство, как занимательность, которая вызывает у учащихся чувство удивления, обостряет внимание и, воздействуя на эмоции учеников, способствует созданию у них положительного настроя к учению и готовности к максимальной деятельности. Для поддержания работоспособности учащихся использую методы игровых ситуаций на уроках (КВН, викторина, игра), занимательных упражнений, фантазирования, творческого характера домашних заданий (составить задачу, изготовить героя к произведению, придумать загадку, составить кроссворд, ребус на тему). **На уроках технологии (кулинария**) дети знакомятся с составом пищевых продуктов, их энергетической ценностью, с потребностью человека энергии, получаемой с пищей. Обращаю внимание учеников на необходимость своевременного и сбалансированного питания. Школьники учатся составлять меню с учетом требований к здоровому питанию, получают необходимые сведения о процессах, происходящих с пищей во время ее приготовления. Провожу работу по повышению культуры приема пищи, а также соблюдению основных гигиенических требований. Для этого использую литературные источники, поговорки, загадки, шутливые стихотворения.

 Развитие и формирование творческих способностей учащихся осуществляется в различных видах деятельности: художественная графика, моделирование, изготовление костюмов, ручная вышивка, вязание, работа с различными материалами (бумага, натуральная и искусственная кожа).

**Рукоделие сегодня снова в моде.** Мнение о том, что вязание крючком или на спицах – исключительно для «старушек», давно устарело. **Российские психологи доказали, что плести бисером и вязать – очень полезно для здоровья** и даже придумали термин для обозначения такого способа лечения: « **спицетерапия»**. Еще во втором веке до н.э. в древних китайских трактатах, посвященных врачеванию, о вязании говорили как об одной из оздоровительных практик. Мудрецы из Поднебесной утверждали, что упражнения с участием рук и пальцев гармонируют тело и разум, повышают способность к запоминанию, умению концентрироваться. Современные исследования подтвердили, что на кистях рук расположено множество рефлекторных точек, от которых идут импульсы в центральную нервную систему. Рукоделие в этом случае выполняет функцию всестороннего массажа. Кроме того любые однообразные действия хорошо успокаивает нервы, увлеченность творчеством создает в головном мозге положительный очаг возбуждения. Возбуждение, исходящее из этого участка, заставляет все системы организма работать в ровном, комфортном для здоровья ритме. И, как бы странно это ни прозвучало, **вязание помогает бороться с лишним весом**.

Одной из форм развития творческой деятельности и здоровьесбережения учащихся является кружковая деятельность. Занимаются на дополнительных занятиях в первую очередь увлеченные общим занятием дети. Деятельность дополнительных занятий дает широкие возможности для творчества и учащихся, и учителя. Учащиеся школы постоянно участвуют в мероприятиях и конкурсах разного уровня – от районных до областных и всероссийских с присуждением почетных грамот и призовых мест.