

3. Красовський К.С., Андреева Т.І. «Економіка контролю над тютюном в Україні з погляду суспільного здоров'я». Київ, 2002р.
4. Красовський К.С., Андреева Т.І. «Тютюн та здоров'я». Київ, 2004 р.
5. Єременко Є.С. Шкода куріння. - М.: РЦЗД РАМН, 2004
6. Богатирьова Р.В., Сердюк А.М. «Зміна суспільних орієнтирів, як спосіб збереження здоров'я населення. Довкілля та здоров'я». 2011р.

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОЙ ЛИЧНОСТИ

И.Н. ХОЛОДНЫХ

*Донецкая общеобразовательная школа №112,
Донецк, Украина*

***Чтобы сделать ребенка умным и рассудительным,
сделайте его крепким и здоровым. Ж. Руссо***

Состояние здоровья детей и молодежи является показателем уровня развития общества, характеризующим его благополучие и тенденции гармонического развития. Данный постулат нашел свое отражение в Европейской стратегии «Здоровье детей и подростков». В документе указывается, что дети – инвестиции в общество будущего. От их здоровья и того, каким образом мы обеспечиваем их рост и развитие, включая период отрочества, до достижения ими зрелого возраста, будет зависеть уровень благосостояния и стабильности в странах Европейского региона в последующие десятилетия.

В этой связи приоритетной задачей, стоящей перед современным мировым сообществом является обеспечение комплексного подхода в решении проблем здоровья подрастающего поколения посредством интеграции усилий комплекса взаимосвязанных социальных институтов (государство, социум, образовательные учреждения, семья) на основе научных знаний в области медицины, социологии, психологии, педагогики.

Педагогическая наука определила пути решения данной задачи – разработка и внедрение здоровьесберегающих технологий. Здоровьесберегающие образовательные технологии – это системный подход к обучению и воспитанию, построенный на стремлении педагога не нанести ущерб здоровью учащихся. Проблема состоит в том, что многие педагоги считают, что сохранением и укреплением здоровья учащихся в школе должны заниматься специально подготовленные профессионалы: медицинские работники, преподаватели ОБЖ и физической культуры. При этом урок остается основной организационной формой образовательного процесса, которая непосредственно зависит от каждого учителя.

Мои поиски методов обучения направленных на сохранение и укрепление здоровья детей, привели к системе комплексного использования мультимедийных технологий, накопительной системы оценки за урок и групповых форм работы.

Во-первых, широкое использование мультимедийных технологий резко повышает эффективность методов обучения всех форм организации учебного процесса. При этом, компьютер не заменяет учителя, а является лишь инструментом педагогической деятельности, его помощником. Использование мультимедийных технологий позволяет:

- создать учащимся комфортные условия работы на уроке;
- повысить наглядность обучения и информативность урока;
- реализовать доступность восприятия информации за счет одновременного представления информации в визуальной и слуховой формах;
- концентрировать внимание учащихся в фазе его биологического снижения за счет художественно-эстетического исполнения слайдов-заставок или за счет целесообразного примененного анимации и звуковых эффектов;
- стимулировать мотивацию обучения;
- создать атмосферу праздника и сказки за счет анимационных эффектов.

Во-вторых, одна из важнейших технологий здоровьесбережения - школьная оценка. Большое внимание необходимо уделять системе оценивания результатов обучения, учитывая наличие такого явления как субъективизм при оценке ученических работ, что может крайне отрицательно повлиять на успешность обучения. Данная система оценки за урок дает возможность:

- учителю проводить урок на высоком эмоциональном уровне;
- сделать процесс оценивания прозрачным;
- осуществлять дифференцированный подход;
- развивать умения учащихся оценивать свои знания;
- учащимся сравнить свои результаты с результатами одноклассников;
- заинтересовать учащихся работать в течение всего урока;
- создать атмосферу заинтересованности, повысить интерес к предмету.

В-третьих, сохранению нравственного, социального здоровья учащихся способствует широкое применение различных видов групповой работы. Идея состоит в том, что в течение урока ученик становится членом нескольких групп, то есть в вариативности его группового представительства. Таким образом, создается «групповое поле интересов» как открытая, не замкнутая система, трансформирующаяся в зависимости от целей и задач урока.

Говоря о здоровьесбережении нельзя не сказать о домашнем задании, физкультминутке и решении задач валеологического содержания. Безусловно, здоровьесбережение зависит от объема и уровня сложности домашнего задания. Вреден для здоровья достаточно распространенный педагогический прием наказания домашним заданием повышенного объема или сложности. Чаще всего, если ребенок не справился с домашним заданием два-три раза, он теряет интерес к этому процессу. Поэтому к дозировке и сложности домашнего задания нужно относиться со всей ответственностью: соизмерять объем и сложность с возможностями ученика.

С целью сохранения здоровья учащихся необходимо проводить физкультминутки. И подходить к ним надо творчески, стараясь всячески разнообразить этот процесс. Можно подобрать упражнения соответствующие изучаемой теме. Например, урок геометрии в 7 классе: показать руками

- острый угол - тупой угол - развернутый угол - прямой угол - вертикальные углы – перпендикулярные прямые – параллельные прямые.

На уроках математики не только можно, но и нужно формировать навыки здорового образа жизни. Для реализации этой задачи решаем задачи непосредственно связанные с понятиями «режим дня», «правильное питание», «физические нагрузки», «отдых», «о вреде курения».

Здоровьесбережению служат уроки с использованием игровых технологий, помогающие решать не только проблемы мотивации, развития учащихся, но и социализации. В игре и через игровое общение у растущего человека проявляется и формируется мировоззрение, потребность воздействовать на мир, адекватно воспринимать происходящее. В игре независимо от сознания ребенка работают различные группы мышц, что благотворно влияет на здоровье.

Таким образом, от правильной организации урока, уровня его рациональности во многом зависят функциональное состояние школьников в процессе учебной деятельности, возможность длительно поддерживать умственную работоспособность на высоком уровне и предупреждать преждевременное наступление утомления, а значит способствовать сохранению и укреплению здоровья подрастающего поколения.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии. – М., 2003.
2. Шклярова О.А. Технология педагогики здоровья /Методист. – 2002. - №6.
3. Европейская стратегия «Здоровье детей и подростков», - 2005 г. – С. 23.

ОЦІНКА РОЛІ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ І СПОРТОМ У ПОВСЯКДЕННОМУ ЖИТТІ СТАРШОКЛАСНИКІВ

М.В. ЧЕПІЛЬ

*Коломийський інститут ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника»
Коломия, Україна*

Напрямами реалізації змісту освітньої програми «Здоров'я і фізична культура» є формування засад для всебічного розвитку учнів; підвищення рівня фізичної підготовленості, формування і поліпшення основних життєвоважливих рухових навичок, умінь та пов'язаних із ними знань; підготовка до повноцінного життя в природних, техногенних та соціальних умовах; до безпечної трудової діяльності та надання першої допомоги; до захисту Вітчизни та вибору професії [1].

Фізична підготовленість школярів здійснюється в процесі нерегламентованої рухової активності і загальноприйнятих форм занять фізичною культурою в школі. Практично ці форми не забезпечують необхідного тренувального ефекту, особливо у розвитку сили й витривалості. Доведено, що систематичні заняття фізичною культурою підвищують нервово-психічну стійкість до емоційних