
ПОДГОТОВКА БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ К РЕАЛИЗАЦИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ

*Дернова Е.В.,
Оршанский колледж УО «Витебский государственный университет
имени П.М. Машерова», г. Орша*

Аннотация. В статье рассматриваются этапы подготовки будущих учителей к использованию здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе.

Ключевые слова: здоровье, здоровьесберегающие технологии, образовательный процесс, валеологическая грамотность.

Здоровье – это главный показатель социального благополучия, нормального экономического функционирования общества, важнейшая предпосылка национальной безопасности развития страны. Экологические и психические перегрузки, последствия технического прогресса, современный ритм жизни, резко возросшая интенсивность потока информации – все это реалии нашего времени, которые негативно влияют на здоровье, ведут к его ухудшению у подрастающего поколения.

Здоровье – это не просто отсутствие болезни, но и физическое, психическое и социальное благополучие [1].

Анализ работ современных российских ученых таких, как Л.Г. Апанасенко, Э.М. Казина, В.П. Казначеева, А.Г. Щедриной и др. дает возможность представить целостное здоровье человека в виде модели, имеющей следующие компоненты:

1) физическое здоровье, или здоровье тела, которое подразумевает наличие у организма человека резервных возможностей, обеспечивающих его оптимальную адаптированность к изменениям внешней и внутренней среды;

2) психоэмоциональное здоровье, характеризующееся состоянием внимания, памяти, мышления, особенностями эмоционально-волевых качеств, способностью к саморегуляции, управлению своим внутренним психологическим состоянием;

3) социально-нравственное здоровье, отражающее систему ценностей и мотивов поведения человека в его взаимоотношениях с внешним миром, проявляющееся в признании общечеловеческих духовных ценностей, активной жизненной позиции [2].

Следует отметить, что основными задачами системы образования в современных условиях являются:

– вооружить учащихся комплексом знаний и умений, обеспечивающих целостное понимание здоровья человека во взаимосвязи его физического, психического, нравственного, социального компонентов;

– создать условия для обеспечения учащимся возможности сохранения здоровья на весь период обучения в учреждении образования;

– заложить основы и сформировать культуру здорового образа жизни, другими словами, организовать образовательный процесс с учетом здоровьесберегающих технологий.

Многие научные исследования доказывают, а практика подтверждает, что эффективно начать обучение в учреждении образования может только здоровое поколение.

Сложность и многогранность проблемы здоровья подрастающего поколения требует изменения системы подготовки будущих учителей, формирование у них соответствующей компетенции в области здоровьесберегающих технологий.

Подготовка учащихся – будущих учителей к включению здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс начальной школы включает в себя следующие этапы:

– теоретический этап, который предполагает наличие у учащихся колледжа валеологической грамотности – т.е. знаний о принципах здоровьесберегающей педагогики, средствах и методах реализации здоровьесберегающих технологий;

– практический этап – будущая профессиональная деятельность учителя начальных классов.

Реализация здоровьесберегающих технологий осуществляется с учетом принципов здоровьесберегающей педагогики.

Профессор Н.К. Смирнов сформулировал основные принципы здоровьесберегающей педагогики:

1. Принцип ненанесения вреда – «No posere!» – одинаково первостепенен как для медиков, так и для педагогов. Его актуальность в системе образования возросла с начала 90-х гг. XX века, когда в стремлении помочь учащемуся сохранить здоровье во многих учреждениях образования стали применять оздоровительные системы и методы, не обоснованные с научной точки зрения и не проверенные на практике.

Очень часто эта работа проводилась людьми, не имеющими к валеологии никакого отношения, что дискредитировало это важное и перспективное направление в системе образования и несло несомненный вред учащимся.

2. Принцип непрерывности и преемственности – определяет необходимость проводить здоровьесберегающую работу в образовательном учреждении не от случая к случаю, как часто это бывает, а каждый день и на каждом занятии, причем обязателен учет того, что уже было сделано ранее.

3. Принцип доступности и индивидуализации – опираясь на индивидуальные особенности, педагог всесторонне развивает учащегося, планирует и прогнозирует его развитие.

4. Принцип соответствия содержания и организации обучения возрастным особенностям. Традиционная для педагогики проблема, что и как

преподавать, чтобы учебный материал не был слишком сложен для учащихся и способствовал бы их развитию. При рассмотрении этой проблемы в аспекте охраны здоровья основное внимание обращают на риск перегрузок, развитие состояния утомления от сложности изучаемого материала и слишком высокий темп учебной работы.

5. Принцип активного обучения – заключается в повсеместном использовании активных форм и методов обучения (обучение в парах, групповая работа, игровые технологии, методика «Ледокол» и др.).

6. Принцип всестороннего и гармонического развития личности – содействует развитию психофизических способностей, двигательных умений и навыков, направленного на физическое, интеллектуальное, духовное, нравственное и эстетическое развитие личности учащегося.

7. Принцип контроля за результатами, основанный на получении обратной связи, должен быть реализован в работе как всего образовательного учреждения, так и каждого педагога, в его индивидуальной педагогической технологии.

Для достижения целей здоровьесберегающих технологий обучения педагогам необходимо применять следующие группы средств:

– средства двигательной направленности: физические упражнения, физкультминутки и подвижные перемены, эмоциональные разрядки и «минутки покоя», гимнастика (оздоровительная гимнастика, пальчиковая, дыхательная, корригирующая), лечебная физкультура, подвижные игры, массаж, самомассаж и др.;

– оздоровительные силы природы: проведение занятий на свежем воздухе, солнечные и воздушные ванны, водные процедуры, фитотерапия, ароматерапия)

– гигиенические средства, содействующие укреплению здоровья и стимулирующие развитие адаптивных свойств организма: выполнение санитарно-гигиенических требований, регламентированных СанПиНами, личная и общественная гигиена, проветривание и влажная уборка помещений, соблюдение общего режима дня, режима двигательной активности).

В здоровьесберегающих технологиях применяются две группы методов:

1. Специфические – характерные только для процесса педагогики оздоровления, а именно практический метод, ситуационный метод, игровой метод, соревновательный метод, активные методы обучения.

2. Общепедагогические – применяемые во всех случаях обучения и воспитания.

Одно из главных требований к использованию перечисленных выше средств и методов в образовательном процессе – применение их в системе и комплексе [3].

Практическая деятельность учителя начальной школы по формированию культуры здоровья учащихся будет реализовываться посредством ва-

леологического просвещения, их сопровождения и включения в здоровьесформирующую деятельность.

Деятельность педагога должна строиться с учетом возрастных и индивидуальных особенностей класса, включая следующие направления:

- вовлечение учащихся в различные виды деятельности с применением традиционных и инновационных форм (беседа, консультирование, творческая лаборатория, «мозговой штурм», диспут, дебаты, праздники, конкурсные программы, акции, ярмарка здоровья, викторины, круглый стол, ток-шоу);
- взаимодействие с родителями и педагогическим коллективом;
- сотрудничество с общественными, культурно-профилактическими учреждениями и организациями здравоохранения.

На основании вышеизложенного можно сделать вывод, что на современном этапе развития общества проблема сохранения здоровья подрастающего поколения становится всё более актуальной, следовательно, грамотная забота о здоровье – обязательное условие образовательного процесса. В частности, от учителя начальной школы, его теоретической и практической подготовки будет зависеть успешность его реализации.

Список литературы

1. Забияк, Д. Н. Методическая подготовка будущих учителей начальных классов к реализации здоровьесберегающих технологий : учеб. метод. пособие / Д. Н. Забияк. – Тула : Изд-во Тул. гос. пед. ун-та им.Л.Н. Толстого, 2011. – 51 с.
2. Организация работы по формированию здорового образа жизни учащихся учреждений, обеспечивающих получение профессионально-технического и среднего специального образования : сб. метод. материалов/ И. В. Багнюк, С. Р. Бутрим, Н. А. Долбешкина [и др.] ; под общ. ред. О. С. Поповой, Т. А. Сезень. – Минск : РИПО, 2006. – 164 с.
3. Мишенина, И. Создание здоровьесберегающей среды в учреждении образования / И. Мишенина // Здоровы лад жыцця. – 2010. – № 1. – С. 7–15.