Государственное профессиональное образовательное учреждение Тульской области

«Алексинский химико-технологический техникум»



**Доклад для выступления на методическом совете**

# «Здоровьесберегающие технологии в профессионально-педагогическом образовании»

Выполнил:

Преподаватель: Гимбатова А.А.

Алексин 2022

Здоровье – бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества. В последнее время все очевиднее становится катастрофическое ухудшение здоровья учащихся. Наряду с неблагоприятными социальными и экологическими факторами в качестве причины признается и отрицательное влияние учебных заведений на здоровье подростков. Обучающимся, испытывающим проблемы со здоровьем, трудно учиться. И мы, педагоги дополнительного образования, должны наряду с учителями и воспитателями помочь обучающимся справляться с этими трудностями. Поэтому, здоровье обучающихся, как важнейший элемент качества жизни, необходимо рассматривать в контексте образования.

**Здоровьесберегающие технологии в профессиональном обучении**

Установлено, что здоровье людей на 8-10% зависит от уровня развития медицинской помощи, на 20-40% - от наследственных и экологических факторов, и на 50-70% - от образа жизни человека. Следовательно, даже при наилучшем уровне развития медицинской помощи, благоприятном генетическом и экологическом фоне, здоровье наполовину зависит от образа жизни.

*Таблица 1.*

*Факторы, определяющие здоровье человека*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Сфера влияния факторов | Факторы, влияющие на здоровье | |
| Факторы, укрепляющие здоровье | Фактора риска здоровью |
| Образ жизни | Отсутствие вредных привычек, рациональное питание, физическая активность, благоприятный психологический климат на работе и в семье | Несбалансированное в количественном и качественное отношение питание, стрессовые ситуации, гиподинамия, злоупотребление лекарственными средствами, табакокурение, употребление алкоголя, наркотических средств. |
| Внешняя среда | Микросреда | |
| Отсутствие вредных факторов производства, хорошие материально-бытовые условия, оседлый образ жизни | Вредные условия труда и обучения, плохие материально-бытовые условия, миграция |
| Макросреда | |
| Благоприятные климатические и природные условия, экология среды обитания | Загрязнение окружающей среды, суровые климатические условия |
| Биологические факторы | Здоровая наследственность, отсутствие возрастно-половых и конституциональных особенностей, способствующих возникновению заболеваний | Наследственная предрасположенность к заболеваниям, анатомо-физиологические особенности, влияющие на возникновение заболеваний |
| Организация медицинской помощи | Высокий уровень медицинской помощи | Некачественное медицинское обслуживание |

Значимость здоровья в системе ценностей современного человека определяется декларативно. Большинством людей ценность здоровья осознается тогда, когда оно находится под серьезной угрозой.  Данная ситуация обусловлена рядом следующих причин:

* в силу низкой культуры общества здоровье в иерархии человеческих потребностей занимает не лидирующую позицию;
* у молодежи не сформированы мотивационно-ценностные установки на здоровый образ жизни;
* низкий уровень компетентностей у субъектов образовательного процесса по организации мероприятий по собственному здоровьесбережению.

Целью современного образования является развитие не только мыслящей, деятельной, творческой, но главное – здоровой личности. В связи с этим в основу процесса обучения и воспитания положен принцип здоровьесберегающего подхода, целью которого является создание единого пространства для формирования личности, гармонично развитой физически и психически.

В настоящее время можно с уверенностью утверждать, что именно учитель, педагог в состоянии сделать для здоровья современного ученика больше, чем врач. Это не значит, что педагог должен выполнять обязанности медицинского работника. Просто учитель должен работать так, чтобы обучение детей не наносило ущерба здоровью учащихся.

Актуальным является и вопрос о состоянии здоровья педагогов, которые работают с контингентом детей и об их отношении к своему здоровью. Может ли педагог быть примером для своих воспитанников в вопросах здоровьесбережения? Учитель (педагог) занимает одно из центральных мест в жизни учащихся. Он олицетворяет для них всё то новое и важное, что входит в их жизнь в связи с посещением школы, а также во внеурочное время, актуальность которого неоспоримо возрастает в последние годы.

Для эффективного внедрения в педагогическую практику идей здорового образа жизни необходимо решение трех проблем:

* 1. Изменение мировоззрения учителя, его отношения к себе, своему жизненному опыту в сторону, осознания собственных чувств, переживаний с позиции проблем здоровьесбережения.
* 2. Изменение отношения учителя к учащимся. Педагог должен полностью принимать ученика таким, каков он есть.
* 3. Изменение отношения учителя к задачам учебного процесса педагогики оздоровления, которое предполагает не только достижение дидактических целей, но и развитие учащихся с максимально сохраненным здоровьем.

Типы технологий:

**Здоровьесберегающие** (профилактические прививки, обеспечение двигательной активности, витаминизация, организация здорового питания)

**Оздоровительные** (физическая подготовка, физиотерапия, ароматерапия, закаливание, гимнастика, массаж, фитотерапия, арттерапия)

**Технологии обучения здоровью** (включение соответствующих тем в предметы общеобразовательного цикла)

**Воспитание культуры здоровья** (факультативные занятия по развитию личности учащихся, внеклассные и внешкольные мероприятия, фестивали, конкурсы и т.д.)

Под здоровьесберегающими образовательными технологиями (ЗОТ) в расширенном смысле можно понимать все те технологии, использование которых в образовательном процессе идет на пользу здоровья учащихся. Если же ЗОТ связывать с решением более узкой здоровьесберегающей задачи, то к здоровьесберегающим будут относиться педагогические приемы, методы, технологии, которые не наносят прямого или косвенного вреда здоровью учащихся и педагогов, обеспечивают им безопасные условия пребывания, обучения и работы в образовательном условии. Все эти технологии взаимосвязаны в единую систему работы школы по сохранению и укреплению здоровья Таким образом, все используемые на уроке учителем технологии, педагогические приемы могут быть оценены по критерию влияния их на здоровье учащихся.

Здоровьесберегающие образовательные технологии - это многие из знакомых большинству педагогов психолого-педагогических приемов и методов работы, технологий, подходов к реализации возможных проблем плюс постоянное стремление самого педагога к самосовершенствованию. Только тогда можно сказать, что учебно-образовательный процесс осуществляется по здоровьеразвивающим образовательным технологиям, если при реализации используемой педагогической системы решается задача сохранения здоровья учащихся и педагогов. Неоспоримо, что основная задача школы - подготовить ребенка, подростка к самостоятельной жизни, дав ему для этого необходимое образование. Но может ли каждый профессионально подготовленный педагог, просто взрослый, ответственный человек бесстрастно относиться к неблагополучному состоянию здоровья своих воспитанников, его прогрессирующему ухудшению? Одним из ответов на этот, во многом риторический вопрос и стала востребованность учителями и руководителями образовательных учреждений здоровьесберегающих образовательных технологий.

**Здоровьеформирующие образовательные технологии** - это все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни (Н.К. Смирнов).

Условия обучения ребенка в школе (отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания) рациональная организация учебного процесса (в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями) соответствие учебной и физической нагрузки возрастным возможностям ребенка, необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим (В.Д. Сонькин).

Несмотря на то, что формально ценность здоровья признается многими педагогами, упоминаний о задаче здоровьесбережения в описании педагогических технологий, методов и систем практически не встречается – как в числе задач, перечисленных самими авторами педагогических технологий, так и при их обзорном описании.

По мнению Н.К. Смирнова, причины этого состоят в следующем:

– во-первых, забота о здоровье учащихся в теоретических концепциях большинства известных ученых-педагогов и практиков не первостепенна в сравнении с такими задачами, как обучение, воспитание и личностное развитие;

– во-вторых, постановка этой задачи определяет необходимость выработать критерии оценки ее решения, то есть диагностику влияния образовательного процесса на здоровье школьников, что составляет дополнительную трудноразрешимую проблему для авторов педагогических технологий;

– в-третьих, важнейший принцип здоровьесберегающей педагогики –«Не навреди!» – присутствует во всех педагогических концепциях как само собой разумеющееся условие. Такая обманчивая теоретическая очевидность приводит к тому, что в реальной практической работе большинства образовательных учреждений или не уделяется должного внимания вопросам здоровья, или проводятся бессистемные мероприятия, не имеющие необходимого научного обоснования.

Здоровьесберегающая педагогика не является альтернативой всем другим педагогическим системам и подходам (например, таким как педагогика сотрудничества, личностно ориентированная педагогика). Ее главная отличительная особенность – приоритет здоровья субъектов образовательного процесса, то есть грамотная забота об их здоровье как обязательное условие образовательного процесса.

Здоровьесберегающая педагогика рассматривается как готовность и способность школы обеспечить высокий уровень образовательной деятельности без ущерба для здоровья субъектов образовательного процесса (учащихся и педагогов).

Грамотная забота о здоровье субъектов образовательного процесса определяет последовательное формирование в образовательном учреждении здоровьесберегающего образовательного пространства, в котором все педагоги, специалисты, учащиеся и студенты согласованно решают общие задачи, связанные с заботой о здоровье, и принимают на себя солидарную ответственность за результаты.

Цели, преследуемые в ходе реализации здоровьесберегающих и зоровьеформирующих технологий:

* -разработка и реализация представлений о сущности здоровья;
* -разработка и построение диагностической и мониторинговой моделей оценки и прогнозирования уровня здоровья;
* -формирование «психологии» здоровья, мотивации к коррекции образа жизни индивида с целью укрепления здоровья;
* -реализация индивидуальных оздоровительных программ;
* -овладение методиками и методами современных здоровьесберегающих и здоровьеформирующих технологий, умений использования их при самостоятельных занятиях;
* -познание индивидуальных особенностей организма;
* -приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной сфере;
* -создание информационного поля по проблеме: «Здоровьесберегающее сопровождение учебно-воспитательного процесса»
* -создание условий для повышения профессионального уровня в овладении знаниями как теоретическими, так и практическими в области охраны детства, здоровьесберегающего сопровождения, внедрения здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательную систему образовательного учреждения.

**Содержание и сущность понятия «здоровьесберегающее пространство образовательного учреждения».**

Здоровьесберегающее пространство образовательного учреждения – это совокупность условий, организуемых администрацией образовательного учреждения, всем педагогическим коллективом при обязательном участии самих студентов с целью обеспечения охраны и укрепления здоровья, создания оптимальных условий работы педагогов.

Здоровьесберегающее пространство образовательного учреждения – территория соблюдения принципов здоровьесберегающей педагогики. Образовательное учреждение, в котором удается создать такие условия, превращается в территорию грамотной, комплексной неустанной заботы о здоровье субъектов образовательного процесса. Благодаря этому обеспечивается не только защита здоровья субъектов образовательного процесса от угрожающих или патогенных воздействий, но и формирование и укрепление их здоровья, воспитание у них культуры здоровья.

Таким образом, в данном вопросе лекции были рассмотрены ключевые понятия дисциплины, такие как «здоровье», «здоровьесберегающее технологии», «здоровьесберегающее пространство образовательного учреждения», «Здоровьесберегающая педагогика».