

Памятка для педагогов: «Здоровьесберегающие технологии в ДОО»

Под здоровьесберегающими образовательными технологиями в расширенном смысле Н. К. Смирнов предлагает понимать все те технологии, использование которых в образовательном процессе идет на пользу здоровья детей.

"Если же, - отмечает Н. К. Смирнов, - здоровьесберегающие образовательные технологии связывать с решением более узкой, здоровьесохранительной 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 учреждении".

В. Д. Сонькин под здоровьесберегающими технологиями предлагает понимать следующее:

- условия обучения (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.

Директор Института возрастной физиологии РАО М. М. Безруких использует понятие «здоровьесберегающие мероприятия» и относит к их числу:

- проведение мероприятий;
- диспансеризация;
- профилактические прививки;
- дни здоровья, турпоходы;
- спортивные праздники;
- участие в районных, городских и других соревнованиях;
- беседы о здоровье с детьми;
- беседы о здоровье с родителями;
- витаминизация;
- Выпуск санбюллетеней, листов здоровья и др.

Специалисты Института возрастной физиологии РАО отмечают, что для снятия перегрузки, перенапряжения и обеспечения условий успешного обучения и сохранения здоровья детей необходима, прежде всего, нормализация образовательного процесса.

Таким образом, педагогическая деятельность раскрывается через совокупность здоровьесохранительных (оздоровительных, здоровьесформирующих педагогических (образовательных) технологий,

используемых для достижения целей сохранения и укрепления здоровья учащихся, формирования здорового образа жизни.

Выделены следующие типы технологий:

Здоровьесохранительные - создающие безопасные условия пребывания, обучения и работы в образовательном учреждении, решающие задачи рациональной организации образовательного процесса (в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями, соответствия учебной и физической нагрузки возрастным возможностям ребенка).

Оздоровительные - технологии, направленные на решение задач укрепления физического здоровья детей, обогащение потенциала (ресурсов) здоровья: физическая подготовка, физиотерапия, ароматерапия, закаливание, гимнастика, закаливание, массаж, фитотерапия, музыкотерапия.

Некоторые методы (фитотерапия, гимнастика) в зависимости от характера и интенсивности воздействия, категории учащихся может применяться как в рамках здоровьесберегающих технологий, так и в рамках оздоровительных.

Обучения здоровью - гигиеническое обучение (правильное питание, уход за зубами и др., обучение жизненным навыкам (управление эмоциями, разрешение конфликтов и др., профилактика травматизма. Технологии реализуются через включение соответствующих тем "Расту здоровым", "Твое здоровье".

Воспитание культуры здоровья - поддержка самоопределения детей относительно в отношении к собственному здоровью и физическому развитию, воспитание у детей культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни, ответственность за собственное здоровье, здоровье семьи, сообщества, физическое воспитание.

Другой подход предполагает представление здоровьесберегающих технологий в иерархическом порядке:

- Внесубъектные: технологии рациональной организации образовательного процесса, технологии формирования здоровьесберегающей образовательной среды, организация здорового питания и т. п.
- Пассивные (предполагающие пассивную позицию): фитотерапия, массаж и т. п.
- Смешанные: закаливание, спортивный массаж и т. п.
- Активные (предполагающие активную субъектную позицию): различные виды гимнастики, технологии обучения здоровью, воспитания культуры здоровья.