

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Кольчугинская школа №2 с крымскотатарским языком обучения»
Симферопольского района Республики Крым
ул. Новоселов, 13-А, с. Кольчугино, Симферопольский район, РК, 297551
school_simferopolsiy-rayon11@crimeaedu.ru ОГРН 1159102015600 ИНН 9109009294

Доклад на тему:

**«Аспекты формирования культуры
безопасности обучающихся начального звена
общеобразовательных учреждений»**

Подготовила:
учитель начальных классов
МБОУ «Кольчугинская школа №2 с
крымскотатарским языком обучения»
Асанова Л. И.

Здоровье человека — тема для разговора достаточно актуальная для всех времен и народов, а в XXI веке она становится первостепенной. Состояние здоровья российских школьников вызывает серьезную тревогу специалистов. Наглядным показателем неблагополучия является то, что здоровье школьников ухудшается.

Здоровье ребенка, его социально-психологическая адаптация, нормальный рост и развитие во многом определяются средой, в которой он живет. Для ребенка этой средой является система образования, т.к. с пребыванием в учреждениях образования связаны более 70% времени его бодрствования. В то же время в этот период происходит наиболее интенсивный рост и развитие, формирование здоровья на всю оставшуюся жизнь, организм ребенка наиболее чувствителен к экзогенным факторам окружающей среды.

По данным Института возрастной физиологии РАО, школьная образовательная среда порождает факторы риска нарушений здоровья, с действием которых связано 20-40 % негативных влияний, ухудшающих здоровье детей школьного возраста:

- стрессовая педагогическая тактика;
- несоответствие методик и технологий обучения возрастным и функциональным возможностям школьников;
- несоблюдение элементарных физиологических и гигиенических требований к организации учебного процесса;
- недостаточная грамотность родителей в вопросах сохранения здоровья детей;
- недостатки в существующей системе физического воспитания;
- интенсификация учебного процесса;
- функциональная неграмотность педагога в вопросах охраны и укрепления здоровья;
- отсутствие служб школьного медицинского контроля;
- отсутствие системной работы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни.

Таким образом, традиционная организация образовательного процесса создает у школьников постоянные стрессовые перегрузки, которые способствуют развитию хронических болезней. Анализ школьных факторов риска показывает, что большинство проблем здоровья обучающихся создается и решается в ходе ежедневной практической работы учителей. Поэтому учителю необходимо найти резервы собственной деятельности в сохранении и укреплении здоровья детей. Следует учесть, что утомительность урока не является следствием какой-либо одной причины (сложности материала или психологической напряженности), а определенным сочетанием, совокупностью различных факторов.

Нормативно-правовой и документальной основой формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся на ступени начального общего образования являются:

- Закон Российской Федерации «Об образовании»;

- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования; 2.4.2. 2821-10 «Санитарно-эпидемические требования к условиям организации обучения в общеобразовательных учреждениях»

- Об организации обучения в первом классе четырехлетней начальной школы (Письмо МО РФ № 202/11-13 от 25.09.2000);

- О недопустимости перегрузок обучающихся в начальной школе (Письмо МО РФ № 220/11-13 от 20.02.1999);

- Рекомендации по использованию компьютеров в начальной школе. (Письмо МО РФ и НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков РАМ № 199/13 от 28.03.2002);

- Гигиенические требования к условиям реализации основной образовательной программы начального общего образования (2009 г.);

- Концепция УМК «Школа России».

В Конвенции о правах ребенка подчеркивается, что современное образование должно стать здоровьесберегающим. В законе «Об образовании» сохранение и укрепление здоровья детей выделено в приоритетную задачу.

Цель моей работы: формирование установки на здоровый образ жизни, повышение эффективности учебного процесса, снижение при этом чрезмерного функционального напряжения и утомления, создание условий для снятия перегрузки, обеспечение положительной динамики в состоянии здоровья учащихся посредством применения здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе.

Задачи:

- сформировать представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье;

- научить обучающихся осознанно выбирать поступки, поведение, позволяющие сохранять и укреплять здоровье;

- научить выполнять правила личной гигиены и развить готовность на основе её использования самостоятельно поддерживать своё здоровье;

- сформировать представление о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах;

- сформировать представление о рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха, двигательной активности, научить ребёнка составлять, анализировать и контролировать свой режим дня;

- дать представление с учётом принципа информационной безопасности о негативных факторах риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, инфекционные заболевания, переутомления и т. п.);

- дать представление о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье, в том числе получаемых от общения с компьютером, просмотра телепередач;

- сформировать потребность ребёнка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития.

Большую роль в решении задач играют здоровьесберегающие технологии. Они реализуются на основе личностно-ориентированного подхода и относятся к тем жизненно важным факторам, благодаря которым дети учатся жить вместе и эффективно взаимодействовать.

«Здоровьеформирующие образовательные технологии», по определению Н.К. Смирнова, - это все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у детей культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни. Здоровьесберегающая технология, по мнению В.Д. Сонькина,- это 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;

Проблемы сохранения здоровья обучающихся стали особенно актуальными на современном этапе. Кризисные явления в обществе способствовали изменению мотивации образовательной деятельности у учащихся, снизили их творческую активность, замедлили их физическое и психическое развитие, вызвали отклонения в их социальном поведении.

В создавшейся обстановке естественным стало активное использование педагогических технологий, нацеленных на охрану здоровья школьников. По словам профессора Н. К. Смирнова, «здоровьесберегающие образовательные технологии — это системный подход к обучению и воспитанию, построенный на стремлении педагога не нанести ущерб здоровью учащихся».

- «Не навреди!» — все применяемые методы, приемы, используемые средства должны быть обоснованными, проверенными на практике, не наносящими вреда здоровью ученика и учителя.
- Приоритет заботы о здоровье учителя и учащегося — все используемое должно быть оценено с позиции влияния на психофизиологическое состояние участников образовательного процесса.

- Непрерывность .
- Соответствие содержания и организации обучения возрастным особенностям учащихся.
- Комплексный, междисциплинарный подход.
- Успех порождает успех.
- Активность.
- Ответственность за свое здоровье.
- Перед любым учителем неизбежно встает задача качественного обучения предмету, что совершенно невозможно без достаточного уровня мотивации школьников. В решении

обозначенных задач и могут помочь здоровьесберегающие технологии.

Здоровьесберегающие технологии, применяемые в учебно-воспитательном процессе, можно разделить на три основные группы:

- 1. технологии, обеспечивающие гигиенически оптимальные условия образовательного процесса;
- 2. технологии оптимальной организации учебного процесса и физической активности школьников;
- 3. разнообразные психолого-педагогические технологии, используемые на уроках и во внеурочной деятельности педагогами и воспитателями.

1. 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.

Нельзя забывать и о гигиенических условиях урока, которые влияют на состояние здоровья обучающихся и учителя.

Критерии здоровьесбережения	Характеристика
Обстановка и гигиенические условия в классе	Температура и свежесть воздуха, От освещение класса и доски, монотонные неприятные звуковые раздражители
Количество видов учебной деятельности	Виды учебной деятельности: опрос, письмо, чтение, слушание, рассказ, ответы на вопросы, решение примеров, рассматривание, списывание и т. д.
Средняя продолжительность и частота чередования видов деятельности	10минут
Количество видов преподавания	Виды преподавания: словесный, наглядный, самостоятельная работа, аудиовизуальный, практическая работа, самостоятельная работа
Наличие и место методов, способствующих активизации.	метод свободного выбора (свободная беседа, выбор способа действия, свобода творчества). Активные методы (ученик в роли: учителя, исследователя, деловая игра, дискуссия). Методы, направленные на самопознание и развитие (интеллекта, эмоций, общения, самооценки, взаимооценки)

Место и длительность применения ТСО	Умение учителя использовать ТСО как средство для дискуссии, беседы, обсуждения
Поза ребенка, чередование позы	Правильная посадка ученика, смена видов деятельности требует смены позы
Наличие, место, содержание и продолжительность на уроке моментов оздоровления	Физкультминутки, динамические паузы, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз, массаж активных точек
Наличие мотивации деятельности учащихся на уроке.	Внешняя мотивация: оценка, похвала, поддержка, соревновательный момент. Стимуляция внутренней мотивации: стремление больше узнать, радость от активности, интереса к изучаемому материалу
Психологический климат на уроке	Взаимоотношения на уроке: учитель — ученик (комфорт-напряжение, сотрудничество — авторитарность, учет возрастных особенностей); ученик — ученик (сотрудничество — соперничество, дружелюбие — враждебность, активность — пассивность, заинтересованность — безразличие)
Эмоциональные разрядки на уроке	шутка, улыбка, юмористическая или поучительная картинка, поговорка, афоризм, музыкальная минутка, четверостишие

Психолого-педагогические технологии здоровьесбережения:

Снятие эмоционального напряжения

Использование игровых технологий, игровых обучающих программ, оригинальных заданий и задач, введение в урок исторических экскурсов и отступлений позволяют снять эмоциональное напряжение. Этот прием также позволяет решить одновременно несколько различных задач: обеспечить психологическую разгрузку обучающихся, дать им сведения развивающего и воспитательного плана, показать практическую значимость изучаемой темы, побудить к активизации самостоятельной познавательной деятельности и т. п.

На начальном этапе это могут быть игровые задания для обобщения

знаний. Хороший эффект дает использование интерактивных обучающих программ, которые вызывают неизменный интерес у школьников, одновременно снимая у них элементы стресса и напряжения. Здесь же можно отметить и прием использования литературных произведений, иллюстрирующих то или иное явление, закон и т. п.

Введение в урок литературных или исторических отступлений способствует не только психологической разгрузке, но и установлению и укреплению межпредметных связей, а также и воспитательным целям.

Создание благоприятного психологического климата на уроке.

Пожалуй, одним из важнейших аспектов является именно психологический комфорт школьников во время урока. С одной стороны, таким образом, решается задача предупреждения утомления обучающихся, с другой — появляется дополнительный стимул для раскрытия творческих возможностей каждого ребенка.

Доброжелательная обстановка на уроке, спокойная беседа, внимание к каждому высказыванию, позитивная реакция учителя на желание ученика выразить свою точку зрения, тактичное исправление допущенных ошибок, поощрение к самостоятельной мыслительной деятельности, уместный юмор или небольшое историческое отступление — вот далеко не весь арсенал, которым может располагать педагог, стремящийся к раскрытию способностей каждого ребенка.

Дети входят в класс не со страхом получить плохую оценку или замечание, а с желанием продолжить беседу, продемонстрировать свои знания, получить новую информацию. В процессе такого урока не возникает эмоционального дискомфорта даже в том случае, когда ученик с чем-то не справился, что-то не смог выполнить. К тому же каждый ученик уже более спокойно реагирует на полученную оценку, если он сам понимает ее обоснованность. Оценивая свои ошибки, ученик сразу же видит и пути их исправления. Неудача на уроке, воспринимаемая как временное явление, становится дополнительным стимулом для более продуктивной работы дома и в классе. Педагог поощряет стремление ученика к самоанализу, укрепляет его уверенность в собственных возможностях.

Следует заметить, что в обстановке психологического комфорта и эмоциональной приподнятости работоспособность класса заметно повышается, что в конечном итоге приводит и к более качественному усвоению знаний, и, как следствие, к более высоким результатам.

По окончании урока ученики покидают класс с хорошим настроением, поскольку в течение этого времени отрицательные факторы практически отсутствовали.

Охрана здоровья и пропаганда здорового образа жизни

Охрана здоровья ребенка предполагает не только создание необходимых гигиенических и психологических условий для организации учебной деятельности, но и профилактику различных заболеваний, а также пропаганду здорового образа жизни.

Как показывают исследования, наиболее опасным фактором для здоровья

человека является его образ жизни. Следовательно, если научить человека со школьных лет ответственно относиться к своему здоровью, то в будущем у него больше шансов жить, не болея. На сегодняшний день очень важно вводить вопросы здоровья в рамки учебных предметов. Это позволит не только углубить получаемые знания и осуществить межпредметные связи, но и показать ученику, как соотносится изучаемый материал с повседневной жизнью, приучить его постоянно заботиться о своем здоровье.

Комплексное использование личностно-ориентированных технологий

Среди здоровьесберегающих технологий можно особо выделить технологии личностно-ориентированного обучения, учитывающие особенности каждого ученика и направленные на возможно более полное раскрытие его потенциала. Это технологии проектной деятельности, дифференцированного обучения, обучения в сотрудничестве, разнообразные игровые технологии.

Перед учителем встают новые задачи: создание атмосферы заинтересованности каждого ученика в работе класса; стимулирование детей к высказываниям и использованию различных способов выполнения заданий без боязни ошибиться; создание педагогических ситуаций общения на уроке, позволяющих каждому ученику проявлять инициативу, самостоятельность, избирательность в способах работы; создание обстановки для естественного самовыражения ученика.

Для решения этих задач могут применяться следующие компоненты:

1. создание положительного эмоционального настроения на работу всех учеников в ходе урока;
2. использование проблемных творческих заданий;
3. стимулирование учеников к выбору и самостоятельному использованию разных способов выполнения заданий;
4. применение заданий, позволяющих ученику самому выбирать тип, вид и форму материала (словесную, графическую, условно-символическую);
5. рефлексия .

Эти технологии позволяют параллельно решать задачи охраны здоровья школьников как в психологическом, так и в физиологическом аспектах. Именно благодаря использованию современных технологий оказывается возможным обеспечить наиболее комфортные условия каждому ученику, учесть индивидуальные особенности каждого ребенка, а следовательно, минимизировать негативные факторы, которые могли бы нанести вред его здоровью.

Это предполагает использование индивидуальных заданий разных типов и уровней, индивидуального темпа работы, выбор учебной деятельности, проведение обучающих игр, проектную деятельность, коллективную деятельность психолого-педагогическое сопровождение обучающихся. Здоровый образ жизни не занимает пока первое место в иерархии потребностей и ценностей человека в нашем обществе. Но если мы не научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять свое здоровье. Если мы будем личным примером демонстрировать здоровый

образ жизни, то только в этом случае можно надеяться, что будущие поколения будут более здоровы и развиты не только личностно, интеллектуально, духовно, но и физически.

Наиболее разработанной системой здоровьесбережения в образовательном процессе начальной школы является технология В.Ф.Базарного, включающая в себя: использование конторок, режим смены динамических поз, реализацию специальных упражнений и таблиц, снимающих зрительное утомление.

Изучив методику В.Ф.Базарного по охране и укреплению здоровья детей, я приняла во внимание, что наиболее эффективным методом активизации является периодическая смена поз, в частности перевод детей из позы сидя в позу стоя. Сильное впечатление производит на меня идея В.Ф.Базарного об экологическом букваре – это натянутое на стену полотно (2 X 3 м). На нём изображается сельский пейзаж: река, уходящая за горизонт, берёза, вдали – село. Экологическая стенка меняется с приходом нового времени года - осень, зима, весна, лето. Готовясь к уроку, я планирую, где можно использовать материал экологической стенки, подойти к ней детям, предложить индивидуальные задания.

Зрительно - пространственная активность достигается за счёт максимального удаления от глаз ребёнка учебного дидактического материала (он может быть маленьких размеров). Дети всматриваются вдаль и тем самым снимают напряжение с глазных мышц.

Способствует расширению зрительно - двигательной активности и проведение физкультминуток для глаз с помощью расположенных в пространстве ориентиров. Физкультминутки выполняются через 10-15 минут напряжённого зрительного труда.

Реализация основных направлений программы:

- Убеждение учащихся ежедневно выполнять утреннюю гимнастику, соблюдать режим труда и отдыха школьника.
- Проведение динамических пауз и подвижных игр во время учебного дня.
- Посильные домашние задания, которые должны составлять не более одной трети выполняемой работы в классе.
- Контроль над сменой видов деятельности школьников в течение дня, чему способствует удобное расписание уроков.
- Проведение ежедневной влажной уборки, проветривание классных комнат на переменах, озеленение классных помещений комнатными растениями.
- Обеспечение каждого учащегося горячим питанием в столовой.
- Контроль условий теплового режима и освещённости классных помещений.
- Привлечение учащихся к занятиям во внеурочное время в спортивных секциях, действующих в школе и вне её.
- Обучения детей правильному отношению к собственному здоровью (проведение бесед, воспитательных часов с учётом

возрастных особенностей детей с привлечением родителей и социальных партнеров).

- Создание комфортной атмосферы..
- Обучение учащихся оказанию первой медицинской помощи.

Применение разнообразных форм работы:

1. Учет состояния детей.

2. Физическая и психологическая разгрузка учащихся: организация работы спортивных секций, кружков, клубов, проведение дополнительных уроков физической культуры; динамические паузы; индивидуальные занятия; организация спортивных перемен; дни здоровья; физкультминутка для учащихся

3. Урочная и внеурочная работа.

Используются различные методы и приемы: практический метод, познавательная игра, ситуационный метод, игровой метод, соревновательный метод, активные методы обучения, воспитательные, просветительские и образовательные программы.

Средства педагог выбирает в соответствии с конкретными условиями работы: физические упражнения; физкультминутки и подвижные перемены; «минутки покоя»; различные виды гимнастики (оздоровительная гимнастика, пальчиковая, коррегирующая, дыхательная, для профилактики простудных заболеваний, для бодрости); подвижные игры; специально организованная двигательная активность ребенка (занятия оздоровительной физкультурой, своевременное развитие основ двигательных навыков);

массаж; самомассаж; оздоровительные тренинги для педагогов и учащихся, различные реабилитационные мероприятия; массовые оздоровительные мероприятия, спортивно-оздоровительные праздники, тематические праздники здоровья др.

Анализ научно-методической литературы позволяют выделить четыре основных правила построения урока с позиции здоровьесберегающих технологий.

Правило 1. Правильная организация урока

Правило 2. Использование каналов восприятия.

Правило 3. Учет зоны работоспособности обучающихся.

Учитель начальных классов может и должен на каждом уроке уделять особое внимание сбережению здоровья детей. Включение в урок специальных методических приёмов и средств в значительной степени обеспечивает выполнение этой задачи и не требует больших материальных и временных затрат.