ПУБЛИЧНОЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ СОБСТВЕННОГО ИННОВАЦИОННОГО ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОПЫТА

учителя физической культуры

**Гаранькина Дмитрия Геннадьевича**

**«Формирование среды здоровьесберегающего образовательного процесса в школе»**

***1. Актуальность и перспективность педагогического опыта***

# Проблемы здоровья населения России, в частности здоровья под­растающего поколения, являются причиной для беспокойства как государственных организаций, так и общества, самих граждан. В Уставе Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ) указано, что «Здоровье – это состояние полного физического, психологического и социального благополучия, а не только отсутствие болезни или физических дефектов». В последние годы происходит резкое ухудшение здоровья детей: увеличилось количество хронических заболеваний, сократилось число здоровых выпускников. Малоподвижный образ жизни, перегрузка учебного процесса большим количеством изучаемых дисциплин, несбалансированное питание, отсутствие культуры здорового образа жизни во многих семьях, неблагополучная экологическая ситуация – основные причины этого. Немалую долю ответственности за сложившуюся ситуацию несет и система образования. Именно в школьный период формируется здоровье человека на всю последующую жизнь. Сегодняшняя статистика здоровья школьников – просто ужасающая. Многое, конечно, зависит от условий жизни в семье, от родителей. Дети проводят в школе значительную часть дня, и заниматься их здоровьем должны, в том числе, и педагоги. К каждому ученику должен быть применен индивидуальный подход, который минимизировал бы риск для здоровья в процессе обучения. Таким образом, хотя традиционно считается, что основная задача школы дать необходимое образование, не может считаться правильным бесстрастное отношение профессионально подготовленного педагога к неблагополучному и прогрессивно ухудшающемуся со­стоянию здоровья своих воспитанников. Именно эта установка является основой востребованности учителями и руководителями образовательных учреждений методических материалов по здоровьесберегающим образовательным технологиям.

В современных условиях модернизации российского образования деятельность учителя физической культуры должна быть связана с усилением внимания к таким важным качествам, как культура поведения, культура здоровья, усвоение этических норм, сформированность ценностных отношений.

Среди факторов, влияющих на здоровье ребенка, можно выделить общие и внутришкольные. При этом оценивать здоровье ребенка необходимо в рамках той среды, которая является для него основной.

Негативно влияют на здоровье ребенка как уровень социально – экономического развития региона и общества в целом, так и материальный уровень семьи, семейные установки и модели поведения, наследственность, экологическое состояние окружающей среды.

В школе отрицательными факторами являются:

* стрессовая тактика педагогических воздействий
* стресс ограниченного времени
* оценочный стресс
* отсутствие системной комплексной работы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни;
* недостаточная квалификация педагогов в вопросах возрастной физиологии, психологии, охраны здоровья школьников.

Эти факторы приводят к нарушениям физического и психического здоровья обучающихся: невротизация личности школьников, деформации характера, снижение адаптационных возможностей, повышение риска хронических и инфекционных заболеваний, формирование беспечного отношения к своему здоровью, снижение иммунитета, снижение мотивации к обучению.

В то же время существуют и положительные факторы, одним из которых являются технологии обучения, содействующие сохранению здоровья.

В настоящее время только часть обучающихся школы являются полностью здоровыми, поэтому работа по сохранению здоровья обучающихся и воспитанию здорового поколения для меня актуальна и значима. Общеоздоровительное направление физического воспитания в школе приобретает в настоящее время приоритетное значение. Особая роль в этом принадлежит мне, как учителю физической культуры. Уроки физической культуры, спортивно-массовые мероприятия, секционные занятия являются важным компонентом здорового образа жизни. Именно поэтому я стараюсь вовлечь в занятия физкультурой и спортом как можно большее количество школьников. Примером этого служат уроки физкультуры, где каждый школьник проявляет интерес к занятиям (Приложение 1). В связи с тем, что состояние здоровья детей в современной жизни оставляет желать лучшего, занятия физическими упражнениями направлены не только на выполнение нормативов, но и на повышение оздоровительного влияния подрастающего поколения. Выполнение заданий по легкой атлетике, спортивным играм, гимнастике, лыжной подготовке помогают формировать у школьников настойчивость, уверенность в себе, решительность, смелость, чувство коллективизма, взаимовыручки. Физические упражнения и двигательные действия, освоенные школьниками, являются эффективными средствами укрепления здоровья и могут использоваться человеком на протяжении всей его жизни.

***2. Концептуальность педагогического опыта***

Проблема охраны и укрепления здоровья у обучающихся очень многогранна и сложна. Здоровье - основа формирования личности, и в этой связи уместно привести слова выдающегося педагога В.А. Сухомлинского: “Опыт убедил нас в том, что примерно у 85% всех неуспевающих учеников главной причиной отставания в учебе являются плохое состояние здоровья, какое-нибудь недомогание или заболевание”.

В основе организации жизнедеятельности школы, работающей в рамках здоровьесберегающих технологий, заложены следующие принципы:

1. Принцип демократичности и гуманности предполагает с самого начала обучения в рамках еще предшкольной подготовки введение каждого ребенка в возрастной коллектив и привитие навыков бесконфликтного поведения с взрослыми и сверстниками. Данный принцип реализуется через игровые технологии, технологии с процессуальной ориентацией, приоритетом индивидуального подхода, гуманистической направленностью содержания (Ш.А.Амонашвили, В.Ф.Шаталов, А.С.Границкая, В.Д.Шадриков).
2. Принцип эффективного межличностного взаимодействия, основанный на технологиях сотрудничества, эмпатийных механизмах и гуманистическом подходе во взаимодействии ученик – учитель, ученик – ученик (К.Роджерс, В.К.Дьяченко, А.Г.Ривин, И.Б.Первин).
3. Принцип личностно-ориентированного подхода (Е.В.Бондаревская, З.В.Васильева, И.С.Якиманская, В.В.Сериков)

4. Принцип научности и развивающий характер обучения: логическая структура учебного материала имеет в своей основе логику науки, при этом обучение признается ведущей движущей силой развития ребенка (Л.С.Выготский, П.Я.Гальперин, Л.В.Занков, Б.Д.Эльконин, В.В.Давыдов).

5. Принцип природосообразности: любой человек часть природы, окружающей среды и понимание этого, понимание и оценка своей роли в этой среде и есть этапы развития и формирования целостного мировоззрения. Представление о бесконечности природы, ее глобальности и соответствующем своем месте в этом мире ведет к формированию у ребенка целостных абстрактных понятий и образов, делающих мир более понятным и повышающим степень мотивации в его познании (Я.А.Коменский, И.Г.Песталоцци, А.В.Дистервег, М.Монтессори, А.М.Кушнир).

***3. Наличие теоретической базы педагогического опыта***

 Различные аспекты поднимаемой проблемы достаточно широко обсуждались в научной и научно-методической литературе и исследовались многими учеными. Так, социально-философской проблематикой, связанной со здоровым образом жизни, занимались И.В. Бестужев-Лада, В.Л. Еременко, Ю.П. Лисицын, Л.Г. Матрос, Н.А. Ожеван, В.П. Петленко, А.В. Сахно, И.Н. Смирнов, В.А. Троянский, А.Г. Щедрина. Вопросу здровьесберегающихучебных дисциплин посвящены работы многих психологов, педагогов, методистов: П.К. Кулагина, Д.В. Колесова, Н.Т. Костюк А, Ю.И. Малеванного, В. М. Максимовой, Э. М. Мирского, С.В. Меньковой, С. Рашковой, В. Е. Рымаленко, П. Николова, М. Г. Чепикова, А.Д. Урсула. Благодаря трудам этих ученых сформулированы основные цели, задачи, определены структурные компоненты здровьесберегающих учебных дисциплин в школе, предложена классификация здровьесберегающих уроков. В литературе встречаются отдельные специальные исследования И.Д. Зверева, Н.И. Калашниковой, И.В. Овчинниковой ориентированные на обеспечение взаимосвязи школьных предметов физической культуры, биологии и ОБЖ для формирования у учащихся элементарных навыков ведения здорового образа жизни. В сложившихся условиях возникает необходимость в переосмыслении проблемы физической подготовленности школьников, их здоровья и в переходе к новым формам физического воспитания. Особый интерес на сегодняшний день в этом направлении представляют уроки с применением здровьесберегающих технологий.

**4. *Ведущая педагогическая идея***

Ведущая педагогическая идея состоит в совершенствовании учебно-воспитательной функции урока, которое заключается в объединении, взаимодействии, взаимопроникновении различных школьных курсов и вовлечении обучающихся в самостоятельные занятия физической культурой и спортом. Цель здоровьесберегающих технологий обучения - создать среду, максимально поддерживающую сохранение и развитие физического и психического здоровья обучающихся, сформировать у них необходимые знания, умения, навыки, включая знания, умения, навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни. В процессе обучения и внеклассной работы происходит и воспитание ценностного отношения к своему здоровью. Как учитель я стремлюсь к созданию системы оптимального сочетания элементов современных образовательных технологий и индивидуализации образования с точки зрения здоровьесбережения детей.

5. Оптимальность и эффективность средств

Оптимальные и эффективные средства физического воспитания, позволяющие учитывать весь спектр особенностей школьника: индивидуальность, возраст, пол, состояние здоровья, уровень освоения движений, уровень физической подготовленности, мотивацию к занятиям, уровень развития познавательных способностей, находят выражение в разнообразных формах внеклассной спортивно-массовой работе (Приложение 2).

6. Результативность опыта

Опыт проведения уроков в школе, совместно с традиционными формами занятий, показывает, что перестройка процесса обучения под влиянием целенаправленно осуществляемых межпредметных связей сказывается на его результативности: знания приобретают качества системности, умения становятся обобщенными, комплексными, усиливается мировоззренческая направленность познавательных процессов обучающихся, более эффективно формируется всесторонне развитая личность. Большое внимание уделяется формированию у обучающихся культуры здоровья, модели поведения, предупреждающей рискованные ситуации и возникновение заболеваний, основ системы мировоззрения, ценностных установок. Опыт работы показывает, что здоровьесберегающие технологии способствуют повышению мотивации к обучению, росту эффективности учебно-воспитательного процесса. Применение здоровьесберегающих технологий позволяет повысить качество знаний, процент которых у моих учащихся в 2013-18 учебном году составил 82%. Кроме того, у детей отмечается рост мотивации к обучению, в классе устанавливается благоприятный эмоционально-психологический климат и низкий уровень тревожности. Большинство детей занимаются в спортивных кружках и секциях, повысилась их двигательная активность.

***7. Возможность тиражирования***

Таким образом, здровьесберегающие уроки и мероприятия позволяют педагогам учесть опыт школьника, разнообразить методы и приемы работы. Занятия по ведению здорового образа жизни обладают значительным образовательным, развивающим и воспитательным потенциалом, что является основанием для возможности тиражирования опыта проведения мероприятий по ЗОЖ и его составляющих *(Приложение 3*).

***8. Приложения***

Приложение 1

Уроки физической культуры

урок обучение

урок - соревнование

интегрированный урок (физической культуры и ОБЖ)

урок беседа

зачетный урок

Приложение 2

Разнообразные формы внеклассной спортивно-массовой работы

Соревнования

Спортивные

праздники

Туризм

по шашкам

по шахматам

по футболу

по н/теннису

по баскетболу

по волейболу

«Мама, папа, я –

спортивная семья!»

Веселые старты

День здоровья

Приложение 3

Составляющие здорового образа жизни

естественные

силы природы

режим питания,

труда и отдыха

утренняя

гимнастика

уроки

физической

культуры

разнообразные формы

внеклассной

спортивно-массовой

работы