

*Зубарева К.Г., Иванова Е.А. Использование здоровьесберегающих технологий в основном общем образовании // Академия педагогических идей «Новация». Серия: Студенческий научный вестник. – 2017. – № 12 (декабрь). – АРТ 534-эл. – 0,3 п.л. - URL: <http://akademnova.ru/page/875550>*

**РУБРИКА: ПЕДАГОГИКА И ПСИХОЛОГИЯ**

**УДК 373.3**

**Зубарева Карина Геннадьевна**  
студентка 4 курса, факультет социальных наук  
**Иванова Елена Александровна,**  
канд.пед.наук,  
доцент кафедры психологии и педагогики  
ФГБОУ ВО «Амурский государственный университет»  
г. Благовещенск, Российская Федерация  
e-mail: [karino4ka1358@mail.ru](mailto:karino4ka1358@mail.ru)

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В  
ОСНОВНОМ ОБЩЕМ ОБРАЗОВАНИИ**

*Аннотация:* В статье рассмотрены основные понятия здоровьесбережения учащихся общеобразовательной школы, а также сущность, цели и задачи здоровьесберегающих образовательных технологий направленных на сохранение и укрепление здоровья современных школьников.

*Ключевые слова:* здоровье, здоровьесбережение, здоровьесберегающие образовательные технологии, задачи здоровьесберегающих образовательных технологий, сохранение и укрепление здоровья.

**Zubareva Karina**  
4th year student, Faculty of Social Sciences  
**Elena Ivanova,**  
candidate of pedagogical sciences  
FGBOU VO "Amur State University"  
Blagoveschensk, Russian Federation

## **THE USE HEALTH TECHNOLOGIES IN GENERAL EDUCATION**

*Abstract:* The article describes the main aspects of socio-pedagogical adaptation of educationally-neglected children in a comprehensive school, and the characteristics of the main stages of the socio-pedagogical adaptation of the children concerned.

*Keywords:* health, health care, health saving educational technologies, the tasks of health-educational technologies, the preservation and strengthening of health.

Актуальность исследования обусловлена тем, что здоровье детей и подростков в любом обществе и при любых социально-экономических и политических ситуациях является актуальнейшей проблемой и предметом первоочередной важности, так как оно определяет будущее страны, генофонд нации, научный и экономический потенциал общества и, наряду с другими демографическими показателями, является чутким барометром социально-экономического развития страны. В этих условиях проблема сохранения здоровья учащихся современной общеобразовательной школы приобрела особую остроту.

Отечественной системой школьного образования накоплен ценный опыт гигиенического воспитания, однако ухудшение здоровья школьников и современные социальные условия диктуют новые подходы к формированию здорового образа жизни детей. За период обучения в школе число здоровых детей уменьшается в 4 раза. Исследования Р.И. Коньшиной показывают, что основными причинами ухудшения здоровья являются нарушение режима учащихся (65 %), удовлетворительные санитарно-гигиенические условия

общеобразовательного учреждения (48 %), высокий уровень травматизма детей (36 %), различных инфекционных заболеваний (25 %) и другие. К окончанию школы более половины детей по состоянию здоровья имеют ограничения в выборе профессии, у каждой четвертой девочки-подростка отмечаются нарушения в репродуктивной сфере [5].

Обеспечение здоровьесберегающей организации учебного процесса в общеобразовательной школе дает возможность не только повысить его образовательный эффект, но и сформировать устойчивые потребности и ценностные ориентации школьников к сохранению и укреплению здоровья. Ученые Института возрастной физиологии РАО, в течение более 50 последних лет исследуя физиолого-гигиенические аспекты нормализации учебной нагрузки, пришли к выводу, что современное образование не является здоровьесберегающим, и, следовательно, относится к факторам небезопасным для здоровья и жизнедеятельности подрастающего человека [2].

Таким образом, анализ теории и практики сохранения здоровья детей обучающихся в общеобразовательной школе позволяет констатировать следующие противоречия: между потребностью общества и государства в здоровом поколении и низким уровнем здоровья у детей; между необходимостью сохранения здоровья ребенка в переходный период от начального школьного к старшему школьному образованию и недостаточной научно-методической разработанностью данной проблемы в педагогической теории и практике. Данные противоречия обусловили проблему исследования, которая формулируется следующим образом: в чем состоит методическое обеспечение использования здоровьесберегающих технологий в основном общем образовании? Что определяет актуальность нашего исследования.

Не несмотря на большую ценность, придаваемую здоровью, понятие «здоровье» с давних пор не имело конкретного научного определения. И в настоящее время существуют разные подходы к его определению. При этом, большинство авторов: философов, медиков, психологов (Ю.А. Александровский, В. Х. Василенко, В. П. Казначеев, В. В. Николаева, В. М. Воробьев) в отношении этого явления согласны друг с другом лишь в одном, что сейчас отсутствует единое, общепринятое, научно обоснованное понятие «здоровье индивида» [6].

В уставе Всемирной Организации Здравоохранения записано, что здоровье представляет собой не только отсутствие болезней и физических дефектов, но состояние полного социального и духовного благополучия [4]. В основу данного определения положена категория состояния здоровья, которое оценивается по трем признакам: соматическому, социальному и личностному:

1) Соматический – совершенство саморегуляции в организме, гармония физиологических процессов, максимальная адаптация к окружающей среде.

2) Социальный – мера трудоспособности, социальной активности, деятельное отношение человека к миру.

3) Личностный признак подразумевает стратегию жизни человека, степень его господства над обстоятельствами жизни [2].

Одна из основных причин неудовлетворительного состояния здоровья школьников – это отсутствие валеологической грамотности родителей, самих школьников и даже некоторых педагогов, нежелание заботиться о собственном здоровье, отсутствие культуры отношения к собственному здоровью. Среди факторов, формирующих здоровье, большое значение имеют «школьные факторы». Их доля влияния на показатели здоровья

школьников составляет 20 %, тогда как влияние медицинского обеспечения оценивается в 10-15 % [1].

Проблемы здоровья современных детей и подростков нуждаются в пристальном внимании не только медицинских работников, но и педагогов, родителей, общественности. Особое место и ответственность в этом оздоровительном процессе отводится образовательной системе, которая может и должна сделать образовательный процесс здоровьесберегающим.

Термин «здоровьесбережение» стал в современной педагогической литературе общепринятым и даже модным. Основы концепции здоровьесбережения в России были заложены еще в 1904 г., когда съезд Российских врачей обратил внимание на ряд «вредных влияний со стороны школы на состояние здоровья и физическое развитие учащихся. Причем, несмотря на многочисленные попытки модернизировать школу на разных этапах истории нашего государства основы этой концепции практически не менялись, а, значит, поставленные задачи по сохранению здоровья подрастающего поколения не были выполнены [3].

В отечественной практике сохранения здоровья детского коллектива одним из первых примеров (если не самым первым) можно считать опыт работы Павлышской средней школы под руководством ее директора, выдающегося советского педагога А.В. Сухомлинского. Также некоторые аспекты здоровьесбережения рассматривались Я.А. Коменским, Дж. Локком, И.Г. Песталоцци, П.Ф. Лесгафтом и другими [4].

В педагогической науке понятие «здоровьесбережение» стало использоваться с 90-х годов XX века и отражало специфику отношений к сохранению и укреплению здоровья учащихся через особенности организации учебно-воспитательного процесса в различные периоды:

«беречь здоровье» – «не обременять» – «забота о здоровье» – «укрепление здоровья» – «охрана здоровья» – «валеология» – «здоровьесбережение» [1].

Следовательно, учебно-воспитательный процесс, все педагогические концепции, методики, технологии должны иметь здоровьесберегающий характер.

Применение здоровьесберегающих принципов и методов обеспечения педагогической деятельности требует от учителя достаточно глубоких и обширных знаний физиологических и психологических закономерностей роста и развития детей, ясного представления о физиолого-гигиенических нормативах и требованиях к среде обучения, умения грамотно применять методы диагностики и, когда это необходимо, прибегать к коррекции состояния учеников. Без этого нельзя повысить эффективность и качество усвоения знаний, не может быть и речи об индивидуализации и гуманизации процесса обучения. Усилия по внедрению даже самых передовых педагогических технологий не принесут результатов, если школьники, например, будут перегружены чрезмерно большим объемом домашних заданий [3].

Опора на здоровьесберегающие, естественнонаучные принципы при организации учебно-воспитательного процесса поможет повысить качество усвоения знаний, так как оптимальное протекание функций организма обеспечивает высокую работоспособность и комфортное состояние школьника. Организация жизнедеятельности школьника с позиций сохранения и укрепления здоровья способствует формированию у детей культуры здоровья как естественной составной части общей культуры и важна в контексте становления личности ребенка.

Цель здоровьесберегающих технологий направлена на развитие: интеллекта, памяти, мышления, воображения, речи, внимания, физических

качеств; воспитание: нравственности, характера, физическое совершенствование, самовоспитание учащихся; активизацию деятельности учащихся: активность учащихся (интерес к собственному здоровью как фактор повышения активности учащихся); удовлетворённость занятиями; роль биологического фактора в проявлении двигательной активности); способы повышения активности (создание положительного эмоционального фона на занятиях; правильная постановка задач занятия; оптимальная загруженность учащихся; соблюдение дидактических принципов) [1].

Задачи здоровьесберегающих образовательных технологий:

1) образовательные (направлены на формирование устойчивых мотивов воспитания и самовоспитания, обучение знаниям, методическим умениям и навыкам, двигательным умениям и навыкам, повышение функциональных возможностей, включение в активную двигательную деятельность).

2) воспитательные (направлены на формирование нравственного сознания и нравственного поведения, волевых качеств, трудолюбия, творческого отношения к воспитанию и самовоспитанию, эстетическое и эмоциональное развитие личности).

3) оздоровительные (направлены на укрепление физического здоровья и профилактику заболеваний, содействие правильному физическому развитию, повышение с помощью средств физической культуры умственной работоспособности, снижение отрицательного воздействия чрезмерной нагрузки на психику занимающихся, обусловленного напряженным режимом обучения в условиях комплексной информатизации учебно-воспитательного процесса).

4) прикладные задачи (направлены на обучение умениям и навыкам сотрудничества со сверстниками, формирование представлений, знаний, умений и навыков, необходимых для обеспечения безопасности жизнедеятельности во время самостоятельных игр, физкультурных занятий, пребывания на природе, в быту) [3].

Образовательная технология педагогики здоровьесбережения – это процесс воспроизведения педагогических действий из арсенала педагогического и методического инструментариев в рамках связи «Педагог – учащийся», осуществляемых посредством системного использования форм, средств и методов, которые обеспечивают достижение запланированных результатов с учетом целей и задач педагогики здоровьесбережения. Здоровьесберегающие образовательные технологии в обучении должны обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки, научить использовать полученные знания в повседневной жизни [2].

Таким образом, здоровье как предмет здоровьесберегающих образовательных технологий включает в себя здоровье физическое, здоровье психическое, здоровье социальное, здоровье нравственное. Здоровьесберегающие образовательные технологии в обучении должны обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.



**Список использованной литературы:**

1. Безруких, М.М. Здоровьесберегающая школа / М.М. Безруких. – М.: Московский психолого-социальный институт, 2014. – 240 с.
2. Белова, С.А. Создание здоровой школы / С.А. Белова, С.К. Винокурова // Народное образование. – 2016. – № 4. – С 228-236.
3. Ковалько, В. И. Здоровьесберегающие технологии: школьник и компьютер / В.И. Ковалько. – М.: ВАКО, 2017. – 304 с.
4. Курносов, В.И. Здоровьесбережение учащихся в учреждениях, обеспечивающих получение общего среднего образования / В.И. Курносов. – Благовещенск: Амурской областной ИППК, 2015. – 40 с.
5. Найн, А.А. Проблема здоровья участников образовательного процесса / А.А. Найн, С.Г. Серинов. – М.: Педагогика, 2013. – 180 с.
6. Хрипкова, А.Г. Гигиена и здоровье школьника / А.Г. Хрипкова. – М.: ГЛОБУС, 2015. – 276 с.

*Дата поступления в редакцию: 09.12.2017 г.*

*Опубликовано: 16.12.2017 г.*

*© Академия педагогических идей «Новация». Серия «Студенческий научный вестник», электронный журнал, 2017*

*© Зубарева К.Г., Иванова Е.А., 2017*