

## ПРИМЕНЕНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ПЕДАГОГИКИ НА УРОКАХ ОБСЛУЖИВАЮЩЕГО ТРУДА

*Н.А. Гаруля (УО МГПУ имени И. П. Шамякина, г. Мозырь, РБ)*

Здоровьесберегающая педагогика – это направление педагогической деятельности, разрабатывающее специфические закономерности, принципы, подходы, содержание, формы и методы медико-педагогических воздействий, способствующих оптимизации процессов обучения и воспитания детей и подростков с целью сохранения и укрепления их здоровья. Здоровьесберегающая педагогическая деятельность характеризуется следующими закономерностями:

- взаимообусловленность учебно-воспитательного процесса и состояния здоровья учащихся;
- эффективность здоровьесберегающей деятельности зависит от степени использования педагогами и руководителями образовательных учреждений экспертного подхода, который позволяет выявлять и изучать влияние новых технологий, программ на здоровье учащихся;
- соответствие методов и содержания обучения цели – сохранить здоровье детей в процессе их обучения и воспитания;
- зависимость эффективности здоровьесберегающей деятельности от вариативности ее содержания;
- необходимость учета возрастных и индивидуальных особенностей школьников в процессе обучения.

По нашему мнению, необходимо так организовать учебный процесс, чтобы каждый учитель на каждом уроке не только способствовал сохранению здоровья учащихся, но и формировал это здоровье. А для этого следует максимально раскрыть возможности педагогики в аспекте здоровьесбережения, выявить теоретические основы здоровьесберегающей педагогики, а также направления их внедрения в практику современной школы.

Результаты исследования по данной теме показали, что здоровьесберегающая педагогическая деятельность эффективна, если на практике реализован экспертный подход, который позволяет выявлять и изучать влияние новых технологий, программ на здоровье учащихся, проводить анализ педагогической деятельности каждого учителя. Нами установлено, что условиями осуществления эффективной здоровьесберегающей педагогической деятельности являются:

- оптимальное сочетание педагогических методов, форм, средств, технологий в учебно-воспитательном процессе;
- разработка программы проведения экспертизы методов, форм, средств и технологий обучения с точки зрения их влияния на здоровье учащихся;
- оптимизация режима и организации учебно-воспитательного процесса, санитарно-гигиенических условий и режима двигательной активности учащихся;
- создание системы мониторинга здоровья и физического развития детей в образовательном учреждении;
- повышение компетентности педагогов в решении вопросов сохранения здоровья учащихся;
- формирование ценности здоровья у учащихся и их родителей.

Таким образом, проблема здоровья учащихся становится приоритетным направлением развития образовательной системы современной школы, стратегическая цель которой – воспитание и развитие свободной жизнелюбивой личности, обогащенной научными знаниями о природе и человеке, готовой к созидательной творческой деятельности и нравственному поведению. Школа в своей деятельности

исходит из необходимости творческого развития личности, содействует становлению, развитию интеллектуальных, психофизических способностей, социальному самоопределению. Все это возможно только при наличии развивающей среды в образовательном учреждении, условий психологического комфорта учащегося и учителя, системно организованной воспитательной работы по формированию стиля жизнедеятельности.

Успешность обучения в школе определяется уровнем состояния здоровья учащихся. В настоящее время на здоровье людей влияют различные факторы социального, генетического и экологического характера. Статистические данные свидетельствуют о том, что каждый пятый школьник имеет хроническую патологию, у половины школьников отмечаются функциональные расстройства. Рост числа заболеваний среди учащихся стремительно набирает темпы.

В такой ситуации работа учителя с учащимися по сохранению и укреплению здоровья имеет очень важное значение. В этой работе можно выделить ряд направлений:

1. Изучение состояния здоровья учащихся в классе. Учителя-предметники должны знать о хронических болезнях детей.

2. Плановая диспансеризация, позволяющая выявить различные заболевания у учащихся.

3. Работа по поддержанию санитарного состояния кабинета.

4. Внешний вид учащихся. Учитывая тенденции современной моды (полуоткрытые спины и животы), необходимо беседовать с девочками класса, обращая их внимание на то, что такая одежда, особенно в холодное время года, может привести к серьезным заболеваниям мочеполовой системы, что в будущем может отрицательно сказаться на их репродуктивном здоровье. Совместно с родителями и учениками следует решить вопросы сменной обуви.

5. Работа по организации питания учащихся. Классный руководитель должен сопровождать учащихся на завтрак и на обед и следить за тем, как они питаются. Кроме того, на уроках обслуживающего труда необходимо знакомить ребят с принципами рационального и здорового питания (режим питания, разнообразие питания, сбалансированность питания).

Рациональное питание чрезвычайно важно для растущего, постоянно изменяющегося организма. Пища должна обеспечивать поступление в организм таких веществ, которые составляют основу формирования новых клеток тканей, возмещают энергетические затраты организма, способствуют нормальному физическому и нервно-психическому развитию, улучшению работоспособности.

Первый и самый важный навык, который необходимо привить учащимся – это то, что они должны употреблять разнообразную пищу, содержащую все необходимые для их развития компоненты. Такие знания школьники получают на уроках обслуживающего труда («Значение питания в жизни человека. Режим питания», 5 класс. «Рациональное питание. Нормы питания», 6 класс. «Состав пищевых продуктов. Их роль для организма человека», «Снижение содержания нитратов и радиоактивных элементов в пище», 7 класс. «Питательная ценность и значение фруктов и ягод в питании человека», 8 класс. «Консервы в домашнем питании», 9 класс).

В разделе «Основы приготовления пищи» также изучаются вопросы культуры питания; даются основные сведения о пищевых продуктах, правилах их покупки и хранения; вырабатываются умения готовить блюда и использовать современные кухонные приборы и принадлежности; формируются умения готовить завтрак, обед, ужин, сладкие блюда и блюда из теста, блюда в походных условиях; закладываются

основы здорового питания. Знакомство с темой «Белорусская кухня» способствует сохранению и возрождению народных традиций.

Таким образом, уроки обслуживающего труда позволяют в полной мере применять здоровьесберегающие технологии и нетрадиционные методы обучения, являющиеся важнейшим аспектом в сохранении здоровья учащихся.

В настоящее время данной проблемой занимаются многие психологи и педагоги (И.С. Якиманская, Н.В. Репкина, С.В. Покровская), которые большое внимание уделяют здоровьесберегающим технологиям в работе учителя, здоровьесберегающей среде, разрабатывают критерии оценки влияния образовательных технологий на здоровье учащихся [1, 2, 3]. В связи с актуальностью, данная проблема привлекает внимание и учителей-новаторов, которые на практике проверяют различные теории, констатируют факты, формулируют методические рекомендации.

#### Литература

1. Якиманская, И.С. Личностно-ориентированное обучение в современной школе / И.С. Якиманская. – М. : Педагогика-Пресс, 1996. – 96 с.
2. Репкина, Н.В. Система развивающего обучения в школьной практике / Н.В. Репкина // Вопросы психологии. – 1997. – № 3. – С. 40–51.
3. Покровская, С.В. Развивающее обучение по системе Д.Б. Эльконина, В.В. Давыдова / С.В. Покровская, А.В. Кулак // Психологія. – 2005. – № 1. – С. 22–23.