

Сохранение здоровья школьников через организацию здоровьесберегающей деятельности на уроках истории и обществознания

Фролова С. В.

Фролова Светлана Владимировна / Frolova Svetlana Vladimirovna – учитель истории, муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Средняя общеобразовательная школа № 44, г. Владимир

Аннотация: в статье анализируется использование здоровьесберегающей технологии на уроках истории и обществознания.

Abstract: the use of health saving technology on the lessons of history and social studies is analyzed in this article.

Ключевые слова: здоровьесберегающая технология.

Keywords: health saving technology.

Проблемы здоровья населения России, в частности, здоровья подрастающего поколения, являются причиной для беспокойства, как государственных организаций, так и общества, и самих граждан. Такая озабоченность вполне понятна. Статистические данные дают для этого немало поводов. Всероссийская диспансеризация (2002 год) к I группе здоровья отнесла 32% обследованных детей в возрасте от 0 до 18 лет, ко II группе – 51,75%, к III группе – 16,25%. Однако выборочные исследования (НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков НЦЗД РАМН) показали, что к I группе здоровья можно отнести только 3,3% учащихся школ и 2,5% учащихся ПТУ. Ко II группе – 37,9% школьников и 34,8% учащихся профессиональных училищ, к III группе – 58,8% и 62,7% соответственно [4, с. 4].

Медико-психолого-педагогическая практика показывает, что большое число школьников в процессе учебно-познавательной деятельности пребывают в состоянии хронического утомления, являющегося основой для поддержания организма в режиме, нервно-психического истощения. Более того, исследованиями доказано, что педагогические ошибки или неправильные педтехнологии отрицательно отражаются на детской психике в виде дидактогений или невротических нарушений. Как следствие психологической дезадаптации, данные диагностических обследований школьников фиксируют:

- низкий уровень познавательной активности;
- низкий уровень мотивации учебной деятельности;
- неустойчивость эмоциональной сферы;
- высокий уровень тревожности;
- несформированность навыков общения [2, с. 20].

Общество предъявляет социальный заказ системе образования усилить работу по оздоровлению школьной среды, укреплению здоровья детей и формированию у них здорового образа жизни (ЗОЖ).

Термин «здоровьесберегающие образовательные технологии» (ЗОТ) можно рассматривать и как качественную характеристику любой образовательной технологии, и как совокупность тех принципов, приемов, методов педагогической работы, которые, дополняя традиционные технологии обучения и воспитания, наделяют их признаком здоровьесбережения. Необходимо создавать такие условия обучения, воспитания, развития, которые не оказывают негативного воздействия на здоровье всех субъектов образовательного процесса.

В данной статье автор выстраивает систему здоровьесберегающей деятельности учителя на уроках истории и обществознания. Автор рекомендует использовать в работе принципы здоровьесберегающего обучения, разработанные Ануфриевой А. [1, с. 16] и гигиенические критерии рациональной организации урока, предложенные Смирновым Н. К. [4, с. 62]. Опыт преподавания в школе позволил автору выработать пошаговый алгоритм деятельности учителя истории и обществознания, который позволит сохранить здоровье школьников.

Алгоритм деятельности учителя по сохранению здоровья учащихся.

1. Создание благоприятного психологического климата на уроке.

Очень важен эмоциональный настрой урока. У учащихся развита способность усваивать эмоциональный настрой учителя, поэтому с первых минут урока, с приветствия нужно создать обстановку доброжелательности, доверия, эмоционального комфорта для каждого ученика. Личность учителя, его стиль взаимодействия с учениками также оказывают существенное влияние: у педагога с авторитарным, жестким, профессионально неадекватным поведением дети быстрее утомляются, больше невротизируются, чаще нарушают режим дня. Альтернативой авторитарным тенденциям советской школы может быть педагогика сотрудничества, которая основывается на принципах гуманизма, ориентирует учителя на совместную творческую работу с учащимися. Сотрудничество – это такой

уровень УВР, при котором объекты и субъекты самого процесса объединяются отношениями товарищества, взаимопомощи, коллективизма.

Одно из необходимых условий для формирования комфортной атмосферы урока – создание ситуации успеха. Эмоции успеха-неуспеха являются сильнейшим фактором активизации учебной деятельности. Разовое переживание успеха может коренным образом изменить психологическое самочувствие ребенка, ритм и стиль его деятельности, его взаимоотношения с окружающими. Переживание успеха внушит ученикам уверенность в собственных силах, у них появится желание вновь достигнуть хороших результатов, чтобы пережить радость от успеха, а положительные эмоции в результате успешной деятельности создадут ощущение внутреннего комфорта, что благотворно скажется на их психическом здоровье.

2. Учет индивидуальных особенностей учащихся.

(возрастных, темпераментных особенностей, память, уровень развития познавательных способностей)

3. Формирование познавательного интереса, мотивации к познанию, обучению, осознание того, что он хочет узнать, готовность и умение задавать (сформулировать) вопрос. Задавание вопросов – это проявление и тренировка познавательной активности, показатель включенности ученика в обсуждаемую проблему, показатель уровня его работоспособности (в состоянии утомления, безразличия и т. п. учащиеся вопросов не задают. Готовность и умение задавать вопросы – это показатель адекватно развитых коммуникативных навыков: застенчивый, «закомплексованный», боящийся учителя ребенок вопросов задавать не будет, в результате возрастает багаж непонятого материала, что ведет к переутомлению и снижению интереса к обучению. Таким образом, количество и качество задаваемых учеником вопросов служит одним из индикаторов его психофизического состояния, психологического здоровья, а также тренирует его успешность в учебной деятельности.

Степень интереса школьника к учебе, конкретному предмету часто выражается в желании или нежелании идти в школу. Ученик, для которого школа – тяжелое и неприятное испытание, ежедневно оставляет в ее стенах частичку своего здоровья.

4. Проведение физкультминуток.

Обязательным элементом здоровьесберегающей организации урока в соответствии с современными требованиями являются физкультминутки (2-3 упражнения по 3-4 повтора). Комплексы подбираются в зависимости от вида урока, его содержания. Упражнения должны быть разнообразны, однообразие снижает интерес к ним, а следовательно их результативность. Физкультминутки должны проводиться на начальном этапе утомления, выполнение упражнений при сильном утомлении не дает желаемого результата. Важно обеспечить позитивный эмоциональный настрой. Предпочтение нужно отдавать упражнениям для утомленных групп мышц. Подбор упражнений приводится в рекомендациях гигиенистов и физиологов.

5. Деятельностный подход в преподавании истории и обществознания через использование интерактивных технологий.

Интерактивное обучение – это обучение, понимаемое как совместный процесс познания, где знания добываются в совместной деятельности. Это игровые технологии, проектная деятельность, проблемное обучение, дискуссии, анализ исторического источника, критический анализ учебного текста.

6. Использование наглядности.

В 2000 году вышло в свет практическое пособие М. В. Коротковой «Наглядность на уроках истории» [3], представляющее собой «энциклопедию» педагогического опыта работы с исторической картой, хронологическими комплексами, карикатурами, схемами, таблицами, меловыми рисунками, репродукциями художественных произведений. Фотографии, плакаты, карикатуры, произведения живописи таят в себе немало интересных и существенных сведений и могут внести неоценимый вклад в формирование критического мышления учащихся, в пробуждение серьезного интереса к исследовательской работе.

7. Воспитание культуры здорового образа жизни.

Учитель в процессе преподавания своей дисциплины должен уметь и стремиться приводить примеры, отмечать закономерности, связанные с вопросами здоровья, возможностями его сохранения и укрепления. Важен и личный пример учителя, то, как он относится к своему здоровью.

8. Дозирование объема домашнего задания.

Данный алгоритм деятельности учителя позволяет раскрепостить ребенка, повышает уровень его познавательной активности, учебной мотивации, способствуют эмоциональной уравновешенности и уверенности в собственных возможностях. Следовательно, это снижает тревожность и психическое напряжение учащихся, т. е. способствует сохранению как психического, так и соматического здоровья школьников.

Для определения эффективности работы системы здоровьесберегающей деятельности автором совместно с психологом школы проводился мониторинг школьной мотивации, мониторинг уровня

тревожности учащихся, мониторинг самооценки учащихся, социометрическое исследование классного коллектива. Данные диагностики подтвердили эффективность использования алгоритма автором на уроках истории и обществознания.

Литература

1. *Ануфриева Л.* Принципы здоровьесберегающего обучения. // Здоровье детей, 2006. № 2. С. 16.
2. Здоровьесберегающие технологии в общеобразовательной школе: методология анализа, формы, методы, опыт применения // Под ред. М. М. Безруких, В. Д. Сонькина. М.: ИВФ РАО, 2002. 181 с.
3. *Короткова Н. В.* Наглядность на уроках истории: Практическое пособие для учителей. М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000. 176 с.
4. *Кучма В.* Как сохранить здоровье детей в процессе обучения? // Здоровье детей, 2006. № 1. С. 4.
5. *Смирнов Н. К.* Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. М.: изд-во АПК и ПРО, 2002. С. 121.