

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Мишутинская средняя общеобразовательная школа»

Здоровьесберегающие технологии на уроках
обществознания.

Учитель обществознания

Шемачева Ю.А.

2016 год

Здоровье человека – тема для разговора достаточно актуальная для всех времен и народов. Состояние здоровья российских школьников вызывает серьезную тревогу специалистов.

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.

Исследования ИВФ РАО позволяют проанализировать школьные факторы риска по убыванию значимости и силы влияния на здоровье учащихся:

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;
- Провалы в существующей системе физического воспитания;

Интенсификация учебного процесса;

- Функциональная неграмотность педагога в вопросах охраны и укрепления здоровья;
- Частичное разрушение 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 приводят к поломке механизмов саморегуляции физиологических функций и способствуют развитию хронических болезней.

На сегодняшний день необходимы специальные меры по сохранению и укреплению здоровья школьников, созданию здоровьесберегающих условий обучения.

Поэтому учителю необходимо найти резервы собственной деятельности в сохранении и укреплении здоровья учащихся. В связи с этим, не случайно, одним из направлений деятельности современной школы является сохранение здоровья подрастающего поколения. Для этого используются здоровьесберегающие технологии.

В педагогической литературе здоровьесберегающие технологии определяются следующим образом:

По мнению В.В. Серикова, здоровьесберегающие педагогические технологии должны обеспечить развитие природных способностей ребенка: его ума, нравственных и эстетических чувств, потребности в деятельности, овладении первоначальным опытом общения с людьми, природой, искусством.

«Здоровьеформирующие образовательные технологии», по определению Н.К. Смирнова, - это все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся 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:

1. условия обучения ребенка в школе (отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания);
2. рациональная организация учебного процесса (в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями);
3. соответствие учебной и физической нагрузки возрастным возможностям ребенка;

4. необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим.

Под здоровьесберегающей образовательной технологией Петров О.В. понимает систему, создающую максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья всех субъектов образования (учащихся, педагогов и др.).

В любом случае, термин «здоровьесберегающие образовательные технологии» можно рассматривать и как качественную характеристику любой образовательной технологии, ее «сертификат безопасности для здоровья», и как совокупность тех принципов, методов педагогической работы, которые, дополняя традиционные технологии обучения и воспитания, наделяют их признаком здоровьесбережения.

В качестве основополагающих принципов здоровьесберегающих технологий можно выделить:

1. Создание образовательной среды, обеспечивающей снятие всех стрессобразующих факторов учебно-воспитательного процесса.
2. Творческий характер образовательного процесса
3. Обеспечение мотивации образовательной деятельности.
4. Построение учебно-воспитательного процесса в соответствии с закономерностями становления психических функций.
5. Учет системного строения высших психических функций.
6. Предпочтение значимого осмысленного содержания при освоении нового материала, обучение «по единицам, а не по элементам», принцип целостности.
7. Осознание ребенком успешности в любых видах деятельности.
8. Рациональная организация двигательной активности
9. Обеспечение адекватного восстановления сил.
10. Обеспечение прочного запоминания.

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

1. Технологии, обеспечивающие гигиенически оптимальные условия образовательного процесса. (Обстановка и гигиенические условия в классе, количество видов учебной деятельности, средняя продолжительность и частота чередования видов деятельности, количество видов преподавания, наличие и место методов, способствующих активизации, место и длительность применения ТСО, поза учащегося, чередование позы, наличие, место, содержание и продолжительность на уроке моментов оздоровления, наличие мотивации деятельности учащихся на уроке, психологический климат на уроке, эмоциональные разрядки на уроке, момент наступления утомления и снижения учебной активности, темп окончания урока)

2. Технологии оптимальной организации учебного процесса и физической активности школьников. (Правильная организация урока, использование всех каналов восприятия, учет зоны работоспособности учащихся, распределение интенсивности умственной деятельности, уместное и правильное применение физкультпауз.)

3. Разнообразные психолого-педагогические технологии, используемые на уроках и во внеурочной деятельности педагогами и воспитателями.

(Снятие эмоционального напряжения. Создание благоприятного психологического климата на уроке. Охрана здоровья и пропаганда здорового образа жизни. Комплексное использование личностно-ориентированных технологий.)

4. Образовательные технологии здоровьесберегающей направленности:

Педагогика сотрудничества – её можно рассматривать как создающую все условия для реализации задач сохранения и укрепления здоровья учащихся и педагогов.

Цель школы, реализующей ПС,— разбудить, вызвать к жизни внутренние силы и возможности ребёнка, использовать их для более полного развития личности. Важнейшая черта этой педагогики – приоритет воспитания над обучением – позволяет в рамках формирования общей культуры личности последовательно воспитывать культуру здоровья школьника.

Технологии развивающего обучения (ТРО) строятся на идеях Л. С. Выготского, в частности – его гипотезе о том, что знания являются не конечной целью обучения, а лишь средством развития учащихся. Классификационные характеристики технологии РО, разработанной Д. Б. Элькониным и В. В. Давыдовым, в определённой части отвечают принципам здоровьесберегающей педагогики. Ориентация на «зону ближайшего развития» ученика при построении его индивидуальной образовательной программы позволяет в максимальной степени учесть его способности, возможности, темпы развития, влияние окружающей среды и условий. Вместе с тем использование технологии развивающего обучения, особенно по методу Л. В. Занкова, таит в себе и угрозу такой интенсификации образовательного процесса, которая приводит к перегрузке учащихся, формированию у них утомления и переутомления.

Технология уровневой дифференциации обучения на основе обязательных результатов была разработана В. В. Фирсовым как один из вариантов развития технологии уровневой дифференциации. Среди классификационных параметров этой группы технологии потенциальная положительная связь с воздействием на здоровье учащихся видится в таких, как система малых групп среди типов управления познавательной деятельностью, целевая ориентация на обучение каждого учащегося на уровне его индивидуальных возможностей и способностей.

Технология психологического сопровождения разработана М.Ю. Громовым и Н.К. Смирновым. В её основе – активное участие психологов в образовательном процессе школы, превращение школьного психолога в одну

из ключевых фигур учебно-воспитательного процесса, основанного на принципах здоровьесбережения.

На современном этапе внедрения здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс необходимо определить: как же решаются поставленные задачи на уроках истории и обществознания.

Одним из направлений работы стало использование работы в режиме двигательной активности. На каждом уроке в любом классе надо проводить физкультминутки. Но как сделать так, чтобы ребенок, не делая физическую разминку просто, потому что надо, а наряду с этим получил и положительные эмоции. А ведь эмоциональная среда на уроке, тоже важный компонент здоровьесберегающих технологий. Поэтому физкультминутка на уроке обществознания должна отличаться от физкультминутки на любом другом уроке. Необходимо сделать физкультминутку «обществоведческой». Подобрать «свой» текст под каждую тему.

Во избежание усталости учащихся следует чередовать различные виды работ: самостоятельная работа, работа с учебником (устно и письменно), творческие задания – необходимый элемент на каждом уроке. Они способствуют развитию мыслительных операций памяти и одновременно отдыху обучающихся. Необходимо организовывать выполнение разноуровневых заданий, индивидуально дозируя объём учебной нагрузки. Различные тестовые задания с выбором ответа, с открытым ответом; задания на перегруппировку; на распознавание ошибок, на поиск ошибок позволяют избежать монотонности на уроке.

Другими формами двигательной активности являются ролевые игры на уроках, «инсценирование» исторических сюжетов и поиск решений исторических и обществоведческих задач, работа в группах, когда обучающиеся двигаются, пересаживаются во время занятия.

Примеры игровых моментов на уроках обществознания

Ситуативная игра «Голосование»

урок обществознания по теме «Гражданин. Участие граждан в политической жизни общества» (9-11 кл.)

Учащимся предлагается переместить карточки с целью установления правильного порядка голосования.

а) предъявление избирателем паспорта или документа, заменяющего паспорт, в участковую избирательную комиссию

б) роспись избирателя в соответствующей графе списка избирателей в получении избирательного бюллетеня

в) личное присутствие и голосование избирателя в день выборов на своем избирательном участке

г) внесение в список избирателей серии и номера паспорта, проверка избирателем правильности произведённой записи

д) заполненный избирательный бюллетень опускается в опечатанный (опломбированный) ящик для голосования

ж) голосование проводится в отдельной кабине (специально оборудованном для тайного голосования месте) путём внесения в избирательный бюллетень любого знака в квадрат (квадраты), соответствующий выбору избирателя

з) получение избирателем избирательного бюллетеня.

Ответ: в, а, г, з, б, ж, д.

Игра «В профессии»

урок обществознания по теме «Проблема выбора профессии» (6 кл.)

Смысл игры сводится к тому, что команды (ряды) по очереди называют профессии (род занятий), причем каждая последующая профессия должна начинаться с последней буквы предыдущей (см. пример). В том случае, если название предыдущей профессии заканчивается на «й, ь, ъ, ы», название следующей профессии должно начинаться на предпоследнюю букву. Побеждает команда, назвавшая профессию последней.

Актер – рентгенолог – геолог – геодезист – терапевт – токарь – режиссер – рудокоп – продавец – цензор – регулировщик – кондитер – резчик – кутюрье – егерь – рыбак – конюх – химик.

Обучающимся на уроках обществознания должно быть интересно и увлекательно, работать должны много, но плодотворно, так, чтобы работы на дом оставалось мало, и выполнять её было бы интересно. Для решения этих задач: обучающиеся по возможности сами читают новый материал, изложенный в учебнике; систематизация прочитанного происходит в совместной деятельности обучающихся и педагога, когда наводящими вопросами он проверяет первичное восприятие, делая при этом записи, выстраивая схемы на доске и в тетрадях для установления причинно - следственных связей.

Учитель должен на уроках обществознания создать спокойную и заинтересованную атмосферу, для того, чтобы решить задачу сохранения комфортной эмоционально-психологической среды в коллективе. Урок строится на основе искреннего уважения и доверия к обучающимся; необходимо избегать в собственном поведении отрицательных эмоций для себя и для учащихся, так как они являются здоровьем разрушающими; с целью создания ситуации успеха на уроке школьникам разрешается при ответе пользоваться опорным конспектом, составленным в тетради; доступность и преемственность информации, использование соответствующих средств наглядности и оптимального количества неизвестных ученикам понятий, установление меж предметных связей. Если обучающийся спокоен и уверен в себе, если он уходит с занятия довольным, то можно с уверенностью сказать, что и здоровье его тоже в порядке, так как положительные эмоции снижают утомление, вызванное учебным процессом.

Для рациональной организации учебной деятельности учащихся использовать на уроках видеоматериалы, средства ИКТ, так как это способствует развитию и стимулирует познавательный интерес учащихся; обеспечивается индивидуальный и дифференцированный подход в

процессе обучения; обязательность дифференцированных заданий. Наличие комплекта учебных пособий и карточек, материалов с уровневыми заданиями. Учет интенсивности и длительности самостоятельной работы, разработка таблиц оценки трудности уроков, выделение мотивационных линий урока. Со слабыми обучающимися должна быть организована индивидуальная работа, которая предусматривает меньшую нагрузку, дополнительное разъяснение во время и после занятий.

С целью пропаганды здорового образа жизни на уроках обществознания можно проводить:

Занятия по темам: «Молодёжь за здоровый образ жизни», «Береги здоровье смолоду», «Глобальные проблемы человечества». Конкурсы рисунков, плакатов, газет на тему «Здоровое поколение», «Мы за здоровый образ жизни», «Скажем «нет» нездоровым привычкам». Акции «Нет — нецензурным словам», «Нет — наркотикам», «Нет — курению», «Нет — СПИДу», «Доброта спасёт мир».

Может пропагандироваться здоровый образ жизни и на каждом уроке обществознания с помощью решения воспитательных задач урока, например, на уроках обществознания в 7 классах, изучая психолога — возрастные особенности подросткового возраста, подчёркивается, что подражание «взрослому» образу жизни — всего лишь иллюзия, которая может привести к пагубным последствиям, единственный путь, чтобы избежать эти последствия — осознанное понимание и контроль своего поведения.

Главной задачей преподавателя обществознания должна стать необходимость обоснованно и доказательно показать обучающимся важность бережного отношения к самому себе.

В настоящее время общество в большой степени заинтересовано в том, чтобы его граждане были способны самостоятельно, активно действовать, принимать решения, гибко адаптироваться к изменяющимся условиям жизни, для чего перед образованием ставится задача сформировать устойчивые качества самореализующейся творческой личности и

подготовить ее физически, психофизически и духовно к предстоящей самостоятельной жизни в постоянно изменяющихся условиях общества и природной среды.

При комплексном использовании различных технологий, ориентированных как на развитие творческого потенциала, так и на сохранение здоровья учащихся, можно добиться хороших результатов в достижении поставленной цели.

Литература

1. Амонашвили Ш.А. Личностно-гуманная основа педагогического процесса. М.: Просвещение, 1990
2. Борисова И.П. Обеспечение здоровьесберегающих технологий в школе//Справочник руководителя образовательного учреждения.– 2005
3. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе/авт.-сост. С.А. Цабыбин.-Волгоград: Учитель. 2009.
4. Здоровьесберегающая деятельность школы в учебно-воспитательном процессе: проблемы и пути их решения//Школа.– 2005.–№3
5. Земскова В.П. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе // РОНО. – 2011. - №9
6. Науменко Ю.В. Здоровьесберегающая деятельность школы// Педагогика.–2005.–№6
7. Петров К. Здоровьесберегающая деятельность в школе//Воспитание школьников.–2005.–№2
8. Севрук А.И. Здоровьесберегающий урок. Школьные технологии.–2004.–№2
9. Селевко Г.К. Современные образовательные технологии.М.: Просвещение, 1998.
- 10.Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. - М.: АПК и ПРО, 2002

- 11.Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе/Н.К.Смирнов. - М.АРКТИ,2003
- 12.Современные технологии сохранения и укрепления здоровья детей: Учеб.пособие / Под общ. ред. Н.В. Сократова.- М.: ТЦ Сфера, 2005.
- 13.Цабыбин, С. А. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе. – Волгоград: Учитель, 2009.
- 14.Чупаха И.В. Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе: научно-практический сб. инновац. опыта/ И.В. Чупаха, Е.З. Пужаева, И.Ю. Соколова. - М.: Илекса; Ставрополь: Сервисшкола,2001