***ЗДОРОВЬЕ СБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ***

Здоровьесберегающие образовательные технологии – это многие из знакомых большинству педагогов психолого-педагогических приемов и методов работы, технологий, подходов к реализации возможных проблем плюс постоянное стремление самого педагога к самосовершенствованию. Мы только тогда можем сказать, что учебно-образовательные процесс осуществляется по здоровьесберегающим образовательным технологиям, если при реализации используемой педагогической системы решается задача сохранения здоровья обучающихся педагогов.

Основополагающие приоритеты для педагогики оздоровления следующие:

1. Здоровый ребенок-практически достижимая норма детского развития.
2. Оздоровление- не совокупность лечебно-профилактических мер, а форма развития психофизиологических возможностей детей.
3. Индивидуально-дифференцированный подход –основное средство оздоровительно-развивающей работы с учащимися.

Цель здоровьесберегающих образовательных технологий обучения – обеспечить обучающегося возможности сохранения здоровья за период обучения в учреждении дополнительного образования, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни. Основной показатель, отличающей здоровьесберегающие образовательные технологии – регулярная экспресс-диагностика состояния обучающихся и отслеживание основных параметров развития организма в динамике (начало- конец учебного года), что позволяет сделать соответствующие выводы о состоянии здоровья обучающихся.

***ПРИНЦИПЫ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ПЕДАГОГИКИ***

Принципы сознательности и активности-нацеливает на формирование у обучающихся глубоко понимания, устойчивого интереса, осмысленного отношения к познавательной деятельности. Повышению сознательности и активности способствует применение педагогом специальных методических приемов, решающих проблемы педагогики оздоровления. Осознавая оздоровительное воздействие активной деятельности на организм, ребенок учится самостоятельно и творчески решать задачи познавательного характера.

Принцип активности-предполагает в обучающихся высокую степень самостоятельности, инициативы и творчества.

Принцип наглядности обязывает строить процесс обучения с максимальным использованием форм привлечения органов чувств человека к процессу познания. Принцип наглядности предназначен для связи чувственного восприятия с мышлением. Он способствует направленному воздействию на функции сенсорных систем, участвующих в познавательном процессе.

Принцип систематичности и последовательности проявляется во взаимосвязи знаний, умений, навыков. Система подготовительных и подводящих действий позволяет перейти к освоению нового и, опираясь на него, приступить к познанию последующего, более сложного материала. Регулярность, планомерность, непрерывность в учебно-воспитательном процессе на протяжении всего периода обучения в учреждении дополнительного образования обеспечивают принцип систематичности.

Среди специфических принципов, выражающих специфические закономерности педагогики оздоровления, важнейшим можно назвать принцип «Не навреди!» -одинаково актуальный как для медиков, так и для педагогов.

Принцип повторения умений и навыков являются одним их важнейших. В результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы. Характер элементов деятельности может проявляться в изменении упражнений и условий их выполнения, в разнообразии методов и приемов, в различных формах заданий.

Включение вариантных изменений в стереотипы предполагает соблюдение принципа постепенности. Он предполагает преемственность от одной ступни обучения к другой.

Принцип допустимости и индивидуальности имеет свои особенности в оздоровительной направленности здоровьесберегающих образовательных технологий.

Принцип индивидуализации осуществляется на основе общих закономерностей обучения и воспитания. Опираясь на индивидуальные особенности, педагог всесторонне развивает ребенка, планирует и прогнозирует его развитие. С учетом уровня индивидуальной подготовленности ученика, его двигательных способностей и состояния здоровья намечаются пути совершенствования умений и навыков, построения двигательного режима, приобщения к разным формам познавательной деятельности. Используя природные данные ребенка, педагог направляет и стабилизирует его всестороннее развитие. Назначение принципы допустимости и индивидуализации видится в исключении негативных и вредных последствий для организма обучающихся вследствие чрезмерных требований и заданий.

Принцип непрерывности выражает закономерности построения педагогики оздоровления как целостного процесса. Он тесно связан с принципом системного чередования нагрузок и отдыха. Сочетания высокой активности и отдыха в разных формах деятельности обучающихся повышает их эффективность, что выражается в динамичности закономерных изменений содержания и формы параметров функциональных нагрузок от занятия к занятию, от этапа к этапу.

Упорядочению процесса педагогики оздоровления способствует принцип цикличности. Он заключается в повторяющейся последовательности занятий, что улучшает подготовленность ребенка к каждому последующему этапу обучения.

Формирование двигательных умений и навыков, двигательные способности ребенка, функциональные возможности организма развиваются в процессе использования средств здоровьесберегающих технологий на основе принципа учета возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся. Важнейшие значение имеет принцип всестороннего и грамотного развития личности. Он содействует развитию психофизических способностей, двигательных умений и навыков, осуществляемых в единстве и направленных на всестороннее физическое, интеллектуальное, духовное, нравственное и эстетическое развитие личности ребенка.

Принцип оздоровительной направленности решает задачи укрепления здоровья ребенка в процессе обучения.

Принцип комплексного междисциплинарного подхода к обучению обучающихся предполагает тесное взаимодействие педагогов и медицинских работников.

Принцип активного обучения, заключающийся в повсеместном использовании активных форм и методов обучения (обучение в парах, групповая работа, методика «Ледокол», игровые технологии и др.).

Принцип формирования ответственности у обучающихся за свое здоровье окружающих людей.

Принцип связи теории с практикой призывает настойчиво приучать обучающихся принимать свои знания по формированию, сохранению и укреплению здоровья на практике, используя окружающую действительность не только как источник знаний, но и как место их практического применения.

***МЕТОДЫ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ***

Под методами здоровьесберегающих образовательных технологий обучения понимаются способы применения средств, позволяющих решать задачи педагогики оздоровления. Метод обучения (от греч. Metodos – буквально путь к чему-либо) – это упорядоченная деятельность педагога, направленная на достижения целей, решения задач образования (Подласый И.П.). В здоровьесберегающих образовательных технологий обучения применяются две группы методов: специфические (характерные только для процесса педагогике оздоровления) и общепедагогические (применяемые во всех случаях обучения и воспитания). Ни одним из методов нельзя ограничиваться в методике педагогики оздоровления как наилучшим только оптимальное сочетание специфических и общепедагогических методов в соответствии с методическими принципами может обеспечить успешную реализацию комплекса задач здоровьесберегающих образовательных технологий обучения.

На основе существующей педагогической практики можно выделить следующие методы:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Методы обучения** | **специфические** | **общепедагогические** |
| Рассказ | + | + |
| Дидактический рассказ | + | + |
| Беседа | + | + |
| Лекция |  | + |
| Дискуссия |  | + |
| Работа с книгой |  | + |