

## **Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе СПО.**

**Мошечкова Елена Сергеевна**

**преподаватель ГБПОУ МО**

**«Авиационный техникум имени В.А. Казакова, филиал».**

Здоровье – это главная человеческая ценность, сохранение и приумножение которой становится первой обязанностью человека. Здоровье – дело не только личное, но и общественное.

Проблема здоровья студентов сегодня как никогда актуальна. В настоящее время можно с уверенностью утверждать, что значение педагога в сохранении и укреплении здоровья подрастающего поколения сегодня больше, чем значение врача.

По данным статистики заболеваемость подростков за последние пять лет увеличилась. При этом увеличение заболеваемости подростков отмечено по всем классам болезней. Довольно высокий показатель заболеваемости детей туберкулёзом. Зарегистрированы ВИЧ – инфекции детей в возрасте до 14 лет. При этом некоторые подростки состоят на диспансерном учёте по поводу социально значимых заболеваний: сифилиса, нарко- и токсикоманией. Растёт алкоголизм в возрасте до 14 лет. Низок уровень физической подготовки. А ведь это будущее поколение России!

Рост заболеваемости среди молодого поколения страны, в том числе среди учащихся СПО, требует неуклонного совершенствования здоровьесберегающего воспитания и образования. Существует несколько определений, что такое здоровьесберегающие образовательные технологии:

**Здоровьесберегающие образовательные технологии** — это системный подход к обучению и воспитанию, построенный на стремлении педагога не нанести ущерб здоровью учащихся (Н.К. Смирнов).

**Здоровьесберегающая образовательная технология** — система, создающая максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья всех субъектов образования (учащихся, педагогов и др.). В эту систему входит:

- Использование данных мониторинга состояния здоровья учащихся, проводимого медицинскими работниками, и собственных наблюдений в процессе реализации образовательной технологии, ее коррекция в соответствии с имеющимися данными.
- Учет особенностей возрастного развития школьников и разработка образовательной стратегии, соответствующей особенностям памяти, мышления, работоспособности, активности и т.д. учащихся данной возрастной группы.
- Создание благоприятного эмоционально-психологического климата в процессе реализации технологии.
- Использование разнообразных видов здоровьесберегающей деятельности учащихся, направленных на сохранение и повышение резервов здоровья, работоспособности.

Цель здоровьесберегающей педагогики - обеспечить выпускнику образовательного учреждения высокий уровень реального здоровья, вооружая его необходимым багажом знаний, умений, навыков, необходимых для ведения здорового образа жизни, и воспитывая у него культуру здоровья. Тогда диплом о профессиональном образовании будет действительно путевкой в счастливую самостоятельную жизнь, свидетельством умения молодого человека заботиться о своем здоровье и бережно относиться к здоровью других людей.

Постановка задачи здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе может рассматриваться в двух вариантах. Здоровьесберегающие технологии должны соответствовать фундаментальному принципу медицины и педагогики: "Не навреди!" и обеспечивать условия обучения, воспитания, развития, которые не оказывают негативного воздействия на здоровье студентов. Эта задача аналогична концепции охраны труда студента. В традиционном понимании здоровьесберегающие технологии - это предупреждение травматизма и других очевидно вредных воздействий на здоровье студента.

Реализацию здоровьесберегающих образовательных технологий следует понимать как не только охрану здоровья учащихся, но и формирование, укрепление их здоровья, воспитание у них культуры здоровья, стремления грамотно заботиться о своем здоровье.

Организация здоровьесберегающего, здоровьеразвивающего образовательно-воспитательного процесса сегодня становится важнейшей задачей педагогических коллективов образовательных учреждений.

Формирование у студентов ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих во многом зависит от создания в учебном заведении организационно-педагогических условий, способствующих решению этой важной проблемы.

Формирование здоровья подрастающего поколения зависит от усилий преподавателей всех специальностей, при этом здравотворческая деятельность будет тем эффективнее, чем выше уровень культуры здоровья всех субъектов образовательного процесса. Однако сегодня главной проблемой остается отсутствие приоритета здорового образа жизни в обществе, недостаточное понимание молодежью места здоровья в образовательном пространстве, оторванность от окружающей среды, от традиционно-педагогической культуры народа.

Создание образовательно-воспитательного пространства, доброжелательной системы отношений в учебном заведении и микросоциуме, благоприятная психологическая, духовная атмосфера, будет способствовать повышению эффективности здорового образа жизни учащейся молодежи.

В последние годы наблюдается повышенное внимание к сохранению здоровья учащихся, так как здоровьесбережение вошло в число инновационных педагогических задач. Поскольку здоровье сугубо индивидуально, довольно сложно создать в образовательных учреждениях

некие универсальные условия, которые гарантировали бы сохранение и развитие здоровья субъекта педагогического процесса, но можно активизировать субъективную позицию личности человека.

Критериями состояния здоровья и физического развития ребенка выступают: показатели соматического развития; общая активность (физическая, познавательная, общественная деятельность); овладение школьниками основами личной санитарии и гигиены; физическая культура в целом как база двигательной активности.

Важнейшая часть любой здоровьесберегающей технологии - это физическое воспитание учащихся. Уроки физической культуры занимают лишь незначительную долю недельного режима учащихся. В связи с этим данные уроки надо использовать не только в целях повышения двигательной активности и физической подготовленности, но и с тренировочной и оздоровительной направленностью. В большей степени они должны отвечать образовательным задачам, иметь инструктивную направленность, должны способствовать вооружению студентов способами саморазвития. Но не только уроки физкультуры могут принести пользу здоровью учащихся. В рамках различных мероприятий в колледже учащимся можно предлагать написание изложений по научно-практическим статьям о формировании здорового образа жизни. Эти виды работ хотя и не свойственны определенным учебным предметам, но активизируют детей, вносят новизну, побуждают к исследованию, формируют мировоззрение, воспитывают правильное отношение к своему здоровью.

Условие и составная часть практической реализации ЗОТ: формирование культуры здоровья учащихся - одна из важных задач всех образовательных учреждений, которая может быть успешно решена лишь при наличии необходимого уровня культуры в этой сфере у самого учителя. Поэтому уделяется внимание подготовке, повышению квалификации, непрерывному обучению по этим вопросам педагогов, психологов.

Большую роль в вопросах здоровьесбережения играют [кураторы](#) групп, которые должны не только уметь с позиций здоровьесбережения планировать и проводить [оздоровительные мероприятия](#), но и осуществлять мониторинг нравственного здоровья учащихся, просвещать и привлекать родителей к формированию и поддержке здорового образа жизни в семье.

Задача профилактики и сохранения здоровья учащихся в профессиональных учебных заведениях считается вторичной по отношению к базовому учебно-воспитательному процессу. Это резко снижает эффективность работы по сохранению и укреплению здоровья учащихся и педагогов.

Необходимо, чтобы компетентностный подход к созданию здоровьесберегающей среды соответствовал объективным потребностям всех участников образовательного процесса. Здоровьесберегающие технологии на каждом уровне педагогического взаимодействия свои. В системе "учитель - ученик" здоровье детям берегут уроки, организованные грамотно. В системах "учитель - председатель методического объединения" и "учитель -

заместитель директора" здоровье субъектов сберегут правильно организованные внутренний контроль и система методической работы.