

Яковенко Елена Павловна
Учитель биологии и химии

Тема работы:

«Урок химии-урок о здоровье»

В мире существует две главные проблемы: здоровье нашей планеты и здоровье людей, живущих на ней. От решения этих проблем зависит и настоящее, и будущее человечества. К сожалению, медицинские работники констатируют значительное снижение числа абсолютно здоровых детей (их остается не более 10-12%); стремительный рост числа функциональных нарушений и хронических заболеваний, которые регистрируются более чем у 50- 60% школьников; резкое увеличение доли патологии нервной системы, органов чувств, сердечно-сосудистой и пищеварительной систем, опорно-двигательного аппарата, почек и мочевыводящих путей; увеличение числа школьников, имеющих несколько диагнозов (у 20% старшеклассников в анамнезе 5 и более диагнозов).

Налицо существенное ухудшение здоровья детей в нашей стране, связанное, в основном, с возрастанием объема и усложнением характера учебной нагрузки, усложнением характера взаимоотношений «ученик-учитель» и межличностных отношений внутри класса, недостатком двигательной активности, неправильным питанием учащихся, несоблюдением гигиенических требований в организации образовательного процесса, отсутствием у учащихся элементарных знаний о том, как стать здоровыми.

В связи с этим, не случайно, одним из направлений деятельности современной школы является сохранение здоровья подрастающего поколения. Для этого используются здоровьесберегающие технологии, предполагающие совокупность педагогических, психологических и медицинских воздействий, направленных на защиту и обеспечение здоровья, формирование ценного отношения к нему.

Химия – серьёзный и сложный предмет. На уроках химии учащиеся знакомятся с основными законами жизни, с органической и неорганической материей. Преподавание предметов цикла естествознания позволяет органично вписывать принципы здоровьесбережения в темы уроков, в различные задания, как на уроках, так и во время подготовки домашнего задания, и во время внеклассных мероприятий по тематике «ЗОЖ». На уроках обучающимся приходится много писать, а потому учитель должен уделять особое внимание здоровьесберегающим образовательным технологиям. На уроках химии обучающиеся знакомятся со строением различных веществ входящих в состав своего организма и влияющие на него, физиологическими реакциями организма на воздействие данных веществ, а

также с правилами работы с данными веществами для сохранения своего здоровья. Обучающиеся знакомятся с составом пищевых продуктов, их энергетической ценностью, с потребностью человека в энергии, получаемой с пищей, обращается внимание на необходимость своевременного и сбалансированного питания. Проводится работа по повышению культуры приема пищи, а также соблюдению основных гигиенических требований. При изучении химии обучающиеся выполняют серию лабораторных и практических работ, направленных на изучение химического состава продуктов питания. Самостоятельная творческая и проектная деятельность учащихся является показателем заинтересованности не только в получении необходимых знаний, развития познавательной активности, но и в приобретении навыков и умений для дальнейшего практического применения в повседневной жизни. На уроках химии обучающиеся знакомятся с законами материи, со свойствами органических и неорганических веществ, знакомятся с веществами, с которыми они сталкиваются каждый день, учатся с ними обращаться, определяют их полезные, вредные, а иногда и опасные для человека свойства. Выполняя лабораторные и практические работы, обучающиеся учатся готовить растворы различной концентрации, выращивают кристаллы из соли, получают различные газы. Знакомясь с техникой безопасности на уроках, школьники узнают как вести себя при отравлениях или других воздействиях веществ, содержащихся в бытовой химии.

Основные группы здоровьесберегающих технологий, которые могут использоваться в образовательном учреждении учителем это - педагогические и гигиенические.

Педагогические состоят в умении построить урок таким образом, чтобы минимизировать нагрузку на организм и психику ребенка, и при этом добиться эффективного усвоения знаний.

Самыми простыми и важными из подобных педагогических приемов являются:

- частая смена видов деятельности на уроке (от пяти и более раз);
- рациональное распределение нагрузки по времени урока (самая напряженная работа должна приходиться на его середину);
- использование игровых и ролевых форм работы (кроме всего прочего, так можно ненавязчиво заставить детей двигаться);
- создание атмосферы сотрудничества (дети имеют право на вопросы, на свое мнение);
- создание благоприятной эмоциональной атмосферы (шутка или литературная цитата не сделают урок несерьезным).

Гигиеническая составляющая технологии сохранения здоровья включает в себя:

- условия в помещении (температура, освещенность, вентиляция, режим уборки);
- организацию рационального питания;
- соответствие режима занятий санитарным нормам и возрастным особенностям учащихся;
- правильный подбор мебели и других предметов, используемых во время занятий;
- учет состояния здоровья ученика при организации его рабочего места.

Основными требованиями к уроку с комплексом здоровьесберегающих технологий можно назвать:

- рациональная плотность урока (время, затраченное школьниками на учебную работу) должна составлять не менее 60% и не более 75-80%;
- в содержательной части урока должны быть вопросы, связанные со здоровьем учащихся, способствующие формированию у обучающихся ценностей здорового образа жизни и потребностей в нём;
- количество видов учебной деятельности должно быть несколько;
- в урок необходимо включать виды деятельности, способствующие развитию памяти, логического и критического мышления;
- необходимо формировать внешнюю и внутреннюю мотивацию деятельности учащихся;
- на уроке нужно создавать благоприятный психологический климат и обязательно ситуации успеха и эмоциональные разрядки;
- необходимо для увеличения работоспособности и подавления утомляемости включать в урок физминутки.

Реализацию направления здоровьесбережения я организую при проведении учебных занятий по темам: «Качественные реакции», «Кислород» «Соединения азота», «Оксиды углерода», «Вода», «Минеральные удобрения», «Соединения серы», «Спирты», «Белки», «Жиры», «Углеводы», «Фенолы», «Тяжелые металлы», «Галогены» и т.д.

При изучении темы: «Кальций и его соединения» на уроке «Жесткость воды», я ставлю перед учениками следующие цели в рамках здоровьесбережения:

образовательные:

- поговорить о заболеваниях зубов и их профилактике;
- познакомить с правилами ухода за зубами;

развивающие:

- развитие продуктивного логического мышления;

- развитие психических познавательных процессов (ощущение, восприятие, внимание и т.д.)

воспитательные:

- прививать навыки личной гигиены, сохранения и укрепления здоровья;
- воспитывать чувство ответственности за сохранность своего здоровья.

Достижение на уроке этих целей способствуют сохранению и укреплению здоровья учеников. Классические уроки по химии не всегда отвечают на практические вопросы о современной, повседневной, бытовой и наблюдаемой стороне явлений. В этой ситуации возникла необходимость найти новые методы и формы уроков, которые привлекут интерес к предмету химии, расширят кругозор, будут способствовать развитию критического мышления, устранению перегруженности учеников и формированию здорового образа жизни.

Огромную роль в укреплении здоровья учащихся играет и экологическое пространство: проветривание, озеленение, освещение кабинета. Благоприятно на здоровье и настроение влияют запахи, лучший источник которых – растения. Кроме этого решается воспитательная задача: дети, привлеченные к уходу за растениями, приучаются к бережному отношению к ним, ко всему живому, получая основы экологического воспитания здоровья.

На уровне школы с использованием здоровьесберегающих технологий решаются следующие задачи:

- создание оптимальных гигиенических, экологических и других условий для образовательного процесса;
- обеспечение организации образовательного процесса, предотвращающей формирование у обучающихся дезадаптивных состояний: переутомления, гиподинамии, дистресса и т.п.;
- обеспечение школьников в период их пребывания в школе питанием, способствующим нормальной работе пищеварительной системы и обмену веществ в соответствии с современными медико-гигиеническими требованиями;
- включение в учебные планы школы всех классов занятий, позволяющих целенаправленно подготовить обучающихся к деятельности по сохранению и укреплению своего здоровья, сформировать у них культуру здоровья, воспитать стремление к ведению здорового образа жизни;
- обеспечение подготовки (повышение квалификации, переподготовка) всего педагогического коллектива по вопросам здоровья, подготовки всех учителей и специалистов к внедрению в работу школы здоровьесберегающих образовательных технологий;

- обеспечение охраны здоровья педагогов и создание условий, позволяющих им грамотно укреплять свое здоровье;
- проведение мониторинга состояния здоровья обучающихся;
- проведение тематической работы с родителями обучающихся, направленной на формирование в их семьях здоровьесберегающих условий, здорового образа жизни, профилактику вредных привычек.

От того, насколько работа каждого учителя отвечает задачам здоровьесбережения, в конечном счете, зависит результат влияния школы на здоровье учащихся. Организовать обучение учителя таким технологиям - задача руководства; использовать их в своей работе, отслеживая результаты, - задача каждого учителя.

Литература.

1. Антипова, Л. П. Использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе/Л. П. Антипова //Начальная школа.-2011.-№8.- С.106-108
2. Андреева, И. Г. Сохранение и укрепление здоровья школьников – актуальное направление развития содержания образования на этапе инновационного становления России/И. Г. Андреева //Стандарты и мониторинг.- 2011.-№3.-С.15-19
3. Анализ специалистов отделения СГМ (заведующий В.А.Барсуков) организационного отдела ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Смоленской области» по данным форм федерального статистического наблюдения, предоставленным Смоленским областным медицинским информационно-аналитическим центром Департамента Смоленской области по здравоохранению.
4. Будаева, Н.А. Здоровьесберегающий подход к организации обучения в начальной школе /Н.А. Будаева //Начальная школа плюс до и после.- 2011.- №3.-С.32-36
5. Борисова И.П. Обеспечение здоровьесберегающих технологий в школе//Справочник руководителя образовательного учреждения.-2005.-№10.
6. Гурьев, А.В. Особенности планирования основных направлений работы по сохранению здоровья субъектов учебно-воспитательного процесса в общеобразовательной школе /А.В. Гурьев //Стандарты и мониторинг.- 2011.- №3.-С.20-26
7. Казин Э.М. «Здоровьесберегающие технологии в школе», М.: 1999.
8. Колесникова М.Г. Здоровьесберегающая деятельность учителя // Естествознание в школе.-2005.-№5.

9. Науменко, Ю. В. Примерная программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни младших школьников /Ю. В. Науменко //Управление начальной школой.-2011.-№3.-С.48-61
10. Петров В. О. Здоровьесберегающие технологии в деятельности учителя сельской школы / Сельская школа как личностно-ориентированная образовательная система: Материалы научно-практической конференции (май 2004г.). Вып.1-Ростов — н/Д: РГПУ, 2004.
11. Смирнов Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. — М.: АПК и ПРО,2002.-121с.
12. Тверская Н. В. Здоровьесберегающий подход в развитии успешности ученика // Образование в современной школе. — 2005. — № 2.
13. Интернет- ресурс:<http://www.openclass.ru/node/47746>