

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ
САРАТОВСКИЙ КОЛЛЕДЖ КУЛИНАРНОГО ИСКУССТВА

**Реализация здоровьесберегающих образовательных технологий в
учебном процессе**

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА

Саратов 2014

Составитель: Волкова Н.В. преподаватель

Рецензент: Водолагина Ирина Юрьевна, доцент, КПН, доцент кафедры
спортивных дисциплин СГУ им. Н.Г. Чернышевского

Реализация здоровьесберегающих образовательных технологий в учебном процессе / Методические
указания для преподавателей образовательных учреждений среднего профессионального
образования /Н.В. Волкова – Саратов, 2014. – 24 с.

Данное методическое пособие представляет материал для организации учебных действий
студентов по изучению тем дисциплины с учетом здоровьесберегающих технологий.
Методическое пособие рекомендовано для преподавателей по специальности 260807
«Технология продукции общественного питания»

План

1. Концепция здоровьесберегающего образования.
2. Понятие «здоровье» как основополагающее в характеристике данного типа образовательных технологий.
3. Культура здорового образа жизни личности.
4. Определение понятия «здоровьесберегающие образовательные технологии».
5. Классификация здоровьесберегающих технологий.
6. Методическое сопровождение деятельности педагога по реализации здоровьесберегающих образовательных технологий.

Охрану здоровья детей можно назвать приоритетным направлением деятельности всего общества, поскольку лишь здоровые дети в состоянии должным образом усваивать полученные знания и в будущем способны заниматься производительно-полезным трудом.

Существует более 300 определений понятия «здоровье». Согласно определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.

Физическое здоровье:

- это совершенство саморегуляции в организме, гармония физиологических процессов, максимальная адаптация к окружающей среде (педагогическое определение);
- это состояние роста и развития органов и систем организма, основу которого составляют морфологические и функциональные резервы, обеспечивающие адаптационные реакции (медицинское определение).

Психическое здоровье:

- это высокое сознание, развитое мышление, большая внутренняя и моральная сила, побуждающая к созидательной деятельности (педагогическое определение);
- это состояние психической сферы, основу которой составляет статус общего душевного комфорта, адекватная поведенческая реакция (медицинское определение).

Социальное здоровье - это здоровье общества, а также окружающей среды для каждого человека.

Нравственное здоровье - это комплекс характеристик мотивационной и потребностно-информационной сферы в жизнедеятельности, основу которого определяет система ценностей, установок и мотивов поведения индивида в обществе.

Духовное здоровье - система ценностей и убеждений.

В характеристике понятия «здоровье» используется как индивидуальная, так и общественная характеристика.

В отношении индивида оно отражает качество приспособления организма к условиям внешней среды и представляет итог процесса взаимодействия человека и среды обитания. Здоровье формируется в результате взаимодействия внешних (природных и социальных) и внутренних (наследственность, пол, возраст) факторов.

Признаки индивидуального здоровья

- Специфическая и неспецифическая устойчивость к действию повреждающих факторов
- Показатели роста и развития
- Текущее функциональное состояние и потенциал (возможности) организма и личности
- Наличие и уровень какого-либо заболевания или дефекта развития
- Уровень морально-волевых и ценностно-мотивационных установок

В связи с этим целостный взгляд на индивидуальное здоровье можно представить в виде четырехкомпонентной модели, в которой выделены взаимосвязи различных его компонентов и представлена их иерархия:

Соматический компонент - текущее состояние органов и систем организма человека, - основу которого составляет биологическая программа индивидуального развития, опосредованная базовыми потребностями,

доминирующими на различных этапах онтогенетического развития. Эти потребности, во-первых, являются пусковым механизмом развития человека, а во-вторых, обеспечивают индивидуализацию этого процесса.

Физический компонент - уровень роста и развития органов и систем организма, - основу которого составляют морфофизиологические и функциональные резервы, обеспечивающие адаптационные реакции.

Психический компонент - состояние психической сферы, - основу которого составляет состояние общего душевного комфорта, обеспечивающее адекватную поведенческую реакцию. Такое состояние обусловлено как биологическими, так и социальными потребностями, а также возможностями их удовлетворения.

Нравственный компонент - комплекс характеристик мотивационной и потребностно-информационной сферы жизнедеятельности, - основу которого определяет система ценностей, установок и мотивов поведения индивида в обществе. Нравственным здоровьем опосредована духовность человека, так как оно связано с общечеловеческими истинами добра, любви и красоты.

Подобное выделение компонентов здоровья, в некоторой степени условно, однако позволяет, с одной стороны, показать многомерность взаимовлияний разных проявлений функционирования индивидуума, с другой - более полно охарактеризовать различные стороны жизнедеятельности человека, направленные на организацию индивидуального стиля жизни.

Здоровье человека, в первую очередь, зависит от стиля жизни. Этот стиль персонифицирован. Он определяется социально-экономическими

факторами, историческими, национальными и религиозными традициями, убеждениями, личностными наклонностями. **Здоровый образ жизни** объединяет все, что способствует выполнению человеком профессиональных, общественных, семейных и бытовых функций в оптимальных для здоровья условиях и определяет направленность усилий личности в сохранении и укреплении индивидуального и общественного здоровья.

Здоровый образ жизни:

- благоприятное социальное окружение;
- духовно-нравственное благополучие;
- оптимальный двигательный режим (культура движений);
- закаливание организма;
- рациональное питание;
- личная гигиена;
- отказ от вредных пристрастий (курение, употребление алкогольных напитков, наркотических веществ);
- положительные эмоции.

Приведенные характеристики позволяют сделать вывод, что культура **здорового образа жизни личности** - это часть общей культуры человека, которая отражает его системное и динамическое состояние, обусловленное определенным уровнем специальных знаний, физической культуры, социально-духовных ценностей, приобретенных в результате воспитания и самовоспитания, образования, мотивационно-ценостной ориентации и самообразования, воплощенных в практической жизнедеятельности, а также в физическом и психофизическом здоровье.

с южном, западом, севером.

нотегочин идетипочин, означающий оптимализацию. Но это не означает, что оно не может быть достигнуто в результате действия других факторов, таких как географическое положение, экономическая структура, политика или социальные условия. Важно отметить, что для достижения оптимальной производительности необходимо учитывать все эти факторы, а не только один из них. Для этого можно использовать различные методы, такие как моделирование, экспериментальное исследование или математическое моделирование. Но самое главное - это определение приоритетных направлений для дальнейшего развития.

Задача перед нами.

Самое главное, что мы должны сделать, это определить основные факторы, влияющие на производительность. Для этого нам потребуется провести анализ различных факторов, таких как географическое положение, экономическая структура, политика или социальные условия. Но самое главное - это определение приоритетных направлений для дальнейшего развития. Для этого можно использовать различные методы, такие как моделирование, экспериментальное исследование или математическое моделирование. Но самое главное - это определение приоритетных направлений для дальнейшего развития.

«Здоровьесформирующие 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:

- условия обучения ребенка в школе (отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания);
- рациональная организация учебного процесса (в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями);
- соответствие учебной и физической нагрузки возрастным возможностям ребенка;
- необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим.

Под **здоровьесберегающей образовательной технологией** (Петров) 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 эту систему входит:

1. Использование данных мониторинга состояния здоровья учащихся, проводимого медицинскими работниками, и собственных наблюдений в процессе реализации образовательной технологии, ее коррекция в соответствии с имеющимися данными.

2. Учет особенностей возрастного развития школьников и разработка образовательной стратегии, соответствующей особенностям памяти, мышления, работоспособности, активности и т.д. учащихся данной возрастной группы.

3. Создание благоприятного эмоционально-психологического климата в процессе реализации технологии.

4. Использование разнообразных видов здоровьесберегающей деятельности учащихся, направленных на сохранение и повышение резервов здоровья, работоспособности (Петров О.В.)

Основными компонентами здоровьесберегающей технологии выступают:

- **аксиологический**, проявляющийся в осознании учащимися высшей ценности своего здоровья, убежденности в необходимости вести здоровый образ жизни, который позволяет наиболее полно осуществить намеченные цели, использовать свои умственные и физические возможности. Осуществление аксиологического компонента происходит на основе формирования мировоззрения, внутренних убеждений человека, определяющих рефлексию и присвоение определенной системы духовных, витальных, медицинских, социальных и философских знаний, соответствующих физиологическим и нейропсихологическим особенностям возраста; познание законов психического развития человека, его взаимоотношений с самим собой, природой, окружающим миром. Таким образом, воспитание как педагогический процесс направляется *на формирование ценностно-ориентированных установок на здоровье*, здоровьесбережение и здравотворчество, построенных как неотъемлемая часть жизненных ценностей и мировоззрения. В этом процессе у человека развивается

эмоциональное и вместе с тем осознанное отношение к здоровью, основанное на положительных интересах и потребностях.

- **гносеологический**, связанный с приобретением необходимых для процесса здоровьесбережения знаний и умений, познанием себя, своих потенциальных способностей и возможностей, интересом к вопросам собственного здоровья, к изучению литературы по данному вопросу, различных методик по оздоровлению и укреплению организма. Это происходит благодаря процессу формирования знаний о закономерностях становления, сохранения и развития здоровья человека, овладению умениями сохранять и совершенствовать личное здоровье, оценке формирующих его факторов, усвоению знаний о здоровом образе жизни и умений его построения. Этот процесс направлен на формирование системы научных и практических знаний, умений и навыков поведения в повседневной деятельности обеспечивающих ценностное отношение к личному здоровью и здоровью окружающих людей. Все это ориентирует студента на развитие знаний, которые включают факты, сведения, выводы, обобщения об основных направлениях взаимодействия человека с самим собой, с другими людьми и окружающим миром. Они побуждают человека заботиться о своем здоровье, вести здоровый образ жизни, заранее предусматривать и предотвращать возможные отрицательные последствия для *собственного организма и образа жизни*.
- **здравьесберегающий**, включающий систему ценностей и установок, которые формируют систему гигиенических навыков и умений, необходимых для нормального функционирования организма, а также систему упражнений, направленных на совершенствование навыков и умений по уходу за самим собой, одеждой, местом проживания, окружающей средой. Особая роль в этом компоненте отводится

соблюдению режима дня, режима питания, чередования труда и отдыха, что способствует предупреждению образования вредных привычек, функциональных нарушений заболеваний, включает в себя психогигиену и психопрофилактику учебно-воспитательного процесса, использование оздоровительных факторов окружающей среды и ряд специфических способов оздоровления ослабленных.

- **эмоционально-волевой**, который включает в себя проявление психологических механизмов — эмоциональных и волевых. Необходимым условием сохранения здоровья являются положительные эмоции; переживания, благодаря которым у человека закрепляется желание вести здоровый образ жизни. Воля — психический процесс сознательного управления деятельностью, проявляющийся в преодолении трудностей и препятствий на пути к поставленной цели. Личность с помощью воли может осуществлять регуляцию и саморегуляцию своего здоровья. Воля является чрезвычайно важным компонентом, особенно в начале оздоровительной деятельности, когда здоровый образ жизни еще не стал внутренней потребностью личности, а качественные и количественные показатели здоровья еще рельефно не выражаются. Он направлен на формирование опыта взаимоотношений личности и общества. В этом аспекте эмоционально-волевой компонент формирует такие качества личности, как организованность, дисциплинированность, долг, честь, достоинство. Эти качества обеспечивают функционирование личности в обществе, сохраняют здоровье, как отдельного человека, так и всего коллектива.
- **экологический**, учитывающий то, что человек как биологический вид существует в природной среде, которая обеспечивает человеческую личность определёнными биологическими, экономическими и

производственными ресурсами. Кроме того, она обеспечивает ее физическое здоровье и духовное развитие. Осознание бытия человеческой личности в единстве с биосферой раскрывает зависимость физического и психического здоровья от экологических условий. Рассмотрение природной среды как предпосылки здоровья личности позволяет нам внести в содержание здравотворческого воспитания формирование умений и навыков адаптации к экологическим факторам. К сожалению, экологическая среда образовательных учреждений не всегда благоприятна для здоровья учащихся. Общение с миром природы способствует выработке гуманистических форм и правил поведения в природной среде, микро- и макросоциуме. В то же время природная среда, окружающая школу, является мощным оздоровительным фактором.

- **физкультурно-оздоровительный компонент** предполагает владение способами деятельности, направленными на повышение двигательной активности, предупреждение гиподинамии. Кроме того, этот компонент содержания воспитания обеспечивает закаливание организма, высокие адаптивные возможности. Физкультурно-оздоровительный компонент направлен на освоение личностно-важных жизненных качеств, повышающих общую работоспособность, а также навыков личной и общественной гигиены.

Представленные выше компоненты здоровьесберегающей технологии позволяют перейти к рассмотрению ее **функциональной составляющей**.

Функции здоровьесберегающей технологии:

формирующая: осуществляется на основе биологических и социальных закономерностей становления личности. В основе формирования личности лежат наследственные качества, определяющие индивидуальные физические и психические свойства. Дополняют формирующую воздействие на личность социальные факторы, обстановка в семье, классном коллективе, установки на сбережение и умножение здоровья как базы функционирования личности в обществе, учебной деятельности, природной среде;

информационно-коммуникативная: обеспечивает трансляцию опыта ведения здорового образа жизни, преемственность традиций, ценностных ориентаций, формирующих бережное отношение к индивидуальному здоровью, ценности каждой человеческой жизни;

диагностическая: заключается в мониторинге развития учащихся на основе прогностического контроля, что позволяет соизмерить усилия и направленность действий педагога в соответствии с природными возможностями ребенка, обеспечивает инструментально выверенный анализ предпосылок и факторов перспективного развития педагогического процесса, индивидуальное прохождение образовательного маршрута каждым ребенком;

адаптивная: воспитание у учащихся направленности на здравотворчество, здоровый образ жизни, оптимизировать состояние собственного организма и повысить устойчивость к различного рода стрессогенным факторам природной и социальной среды. Она обеспечивает адаптацию школьников к социально-значимой деятельности.

рефлексивная: заключается в переосмыслении предшествующего личностного опыта, в сохранении и приумножении здоровья, что позволяет соизмерить реально достигнутые результаты с перспективами.

интегративная: объединяет народный опыт, различные научные концепции и системы воспитания, направляя их по пути сохранения здоровья подрастающего поколения.

Типы технологий

- **Здоровьесберегающие** (профилактические прививки, обеспечение двигательной активности, витаминизация, организация здорового питания)
- **Оздоровительные** (физическая подготовка, физиотерапия, аромотерапия, закаливание, гимнастика, массаж, фитотерапия, арттерапия)
- **Технологии обучения здоровью** (включение соответствующих тем в предметы общеобразовательного цикла)
- **Воспитание культуры здоровья** (факультативные занятия по развитию личности учащихся, внеклассные и внешкольные мероприятия, фестивали, конкурсы и т.д.)

Выделенные технологии могут быть представлены в иерархическом порядке по критерию субъектной включенности учащегося в образовательный процесс:

- **Внесубъектные:** технологии рациональной организации образовательного процесса, технологии формирования здоровьесберегающей образовательной среды, организация здорового питания (включая диетическое) и т.п.
- **Предполагающие** пассивную позицию учащегося: фитотерапия, массаж, офтальмопротезы и т.п.
Предполагающие активную субъектную позицию учащегося различные виды гимнастики, технологии обучения здоровью, воспитание культуры здоровья.

Классификация здоровьесберегающих технологий.

По характеру деятельности здоровьесберегающие технологии могут быть как частные (узкоспециализированные), так и комплексные (интегрированные).

По направлению деятельности среди частных здоровьесберегающих технологий выделяют: медицинские (технологии профилактики заболеваний; коррекции и реабилитации соматического здоровья; санитаоногигиенической деятельности); образовательные, содействующие здоровью (информационно-обучающие и воспитательные); социальные (технологии организации здорового и безопасного образа жизни; профилактики и коррекции девиантного поведения); психологические (технологии профилактики и психокоррекции психических отклонений личностного и интеллектуального развития).

К комплексным здоровьесберегающим технологиям относят: технологии комплексной профилактики заболеваний, коррекции и реабилитации здоровья (физкультурно-оздоровительные и вальеологические); педагогические технологии, содействующие здоровью; технологии, формирующие ЗОЖ.

Анализ проведения урока с позиций здоровьесбережения

Педагогу в организации и проведении урока необходимо учитывать:

- 1) обстановку и гигиенические условия в классе (кабинете): температуру и свежесть воздуха, рациональность освещения класса и доски, наличие/отсутствие монотонных, неприятных звуковых раздражителей и т.д.;
- 2) число видов учебной деятельности: опрос учащихся, письмо, чтение, слушание, рассказ, рассматривание наглядных пособий, ответы на вопросы, решение примеров, задач и др. Норма – 4-7 видов за урок. Частые смены

одной деятельности другой требуют от учащихся дополнительных адаптационных усилий;

3) среднюю продолжительность и частоту чередования различных видов учебной деятельности. Ориентировочная норма – 7-10 минут;

число видов преподавания: словесный, наглядный, аудиовизуальный, самостоятельная работа и т.д. Норма – не менее трех;

5) чередование видов преподавания. Норма – не позже чем через 10-15 минут;

6) наличие и выбор места на уроке методов, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения самих учащихся. Это такие методы, как метод свободного выбора (свободная беседа, выбор способа действия, выбор способа взаимодействия; свобода творчества и т.д.); активные методы (ученики в роли учителя, обучение действием, обсуждение в группах, ролевая игра, дискуссия, семинар, ученик как исследователь); методы, направленные на самопознание и развитие (интеллекта, эмоций, общения, воображения, самооценки и взаимооценки);

7) место и длительность применения ТСО (в соответствии с гигиеническими нормами), умение учителя использовать их как возможности инициирования дискуссии, обсуждения;

8) позы учащихся, чередование поз;

9) физкультминутки и другие оздоровительные моменты на уроке – их место, содержание и продолжительность. Норма – на 15-20 минут урока по 1 минутке из 3-х легких упражнений с 3 – повторениями каждого упражнения;

10) наличие у учащихся мотивации к учебной деятельности на уроке (интерес к занятиям, стремление больше узнать, радость от активности,

интерес к изучаемому материалу и т.п.) и используемые учителем методы повышения этой мотивации;

11) наличие в содержательной части урока вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни; демонстрация, прослеживание этих связей; формирование отношения к человеку и его здоровью как к ценности; выработка понимания сущности здорового образа жизни; формирование потребности в здоровом образе жизни; выработка индивидуального способа безопасного поведения, сообщение учащимся знаний о возможных последствиях выбора поведения и т.д.;

12) психологический климат на уроке;

13) наличие на уроке эмоциональных разрядок: шуток, улыбок, афоризмов с комментариями и т.п.;

В конце урока следует обратить внимание на следующее:

14) плотность урока, т.е. количество времени, затраченного учениками на учебную работу. Норма - не менее 60 % и не более 75-80 %;

15) момент наступления утомления учащихся и снижения их учебной активности. Определяется в ходе наблюдения по возрастанию двигательных и пассивных отвлечений у детей в процессе учебной работы;

16) темп и особенности окончания урока:

- быстрый темп, «скомканность», нет времени на вопросы учащихся, быстрое, практически без комментариев, записывание домашнего задания;
- спокойное завершение урока: учащиеся имеют возможность задать учителю вопросы, учитель может прокомментировать задание на дом, попрощаться с учащимися;

- задержка учащихся в классе после звонка (на перемене).

Вопросы и задания:

1. Дайте определение понятиям "Здоровье" и "Здоровый образ жизни".
2. Назовите основные источники учебных перегрузок в ОУ.
3. Укажите основные направления здоровьесберегающей работы в ОУ.
4. Назовите основные составляющие здорового образа жизни. Как вы реализуете их в своей жизни?
5. Назовите 10 причин сказать "Нет" наркотикам.
6. Какими способами управления своим самочувствием и работоспособностью Вы владеете?
7. Умеете ли Вы избегать конфликтные ситуации?
8. Выберите наиболее полное определение понятию здоровьесберегающие образовательные технологии:
 - Это технологии, в которых сохранение и укрепление здоровья является важнейшим приоритетом, обеспечивается на технологическом уровне в принципах работы, задачах, методах, программах, реализуется и подтверждается результатами мониторинга.
 - Это совокупность принципов, приемов, методов педагогической работы, которые дополняют традиционные технологии обучения, воспитания, развития задачами здоровьесбережения.
 - Комплексная работа по сохранению и укреплению здоровья.
9. Какие образовательные технологии с большой вероятностью наносят ущерб здоровью учащихся и педагогов?
 - Традиционная технология, чрезмерная интенсификация образовательного процесса, использование приемов авторитарной педагогики.
 - Проблемное обучение, игровые технологии
 - Дистанционное обучение
10. Какие главные задачи решаются с помощью организационно – педагогических образовательных здоровьесберегающих технологий?

-Создание условий безопасного для здоровья обучения, предотвращение дезаптационных состояний, переутомления, гиподинамии, дистресса, определение структуры и организации учебного процесса, объема учебной нагрузки

-Все аспекты воздействия учителя на здоровье ученика: выбор используемых на уроке приемов, методов, технологий, осуществление психолого-педагогического сопровождения всех элементов образовательного процесса

11.Какие главные задачи решаются с помощью психолого–педагогических образовательных здоровьесберегающих технологий?

-Все аспекты воздействия учителя на здоровье ученика: выбор используемых на уроке приемов, методов, технологий, осуществление психолого-педагогического сопровождения всех элементов образовательного процесса

-Создание условий безопасного для здоровья обучения, предотвращение дезаптационных состояний, переутомления, гиподинамии, дистресса, определение структуры и организации учебного процесса, объема учебной нагрузки

12.Какие главные задачи решаются с помощью учебно–воспитательных образовательных здоровьесберегающих технологий?

-Реализация программ по обучению здоровью и ЗОЖ, предупреждение вредных привычек, просвещение родителей.

-Формирование и укрепление психологического здоровья, повышение ресурсов психологической адаптации с помощью социально – психологических тренингов, программ социальной и семейной педагогики.

13.Какие главные задачи решаются с помощью социально адаптирующих и личностно развивающих образовательных здоровьесберегающих технологий?

-Формирование и укрепление психологического здоровья, повышение ресурсов психологической адаптации с помощью социально-психологических тренингов, программ социальной и семейной педагогики.

-Реализация программ по обучению здоровью и ЗОЖ, предупреждение вредных привычек, просвещение родителей.

14.Что из перечисленного наиболее эффективно, чтобы сбросить вес:

- отказ от завтрака, обеда или ужина
- сокращение потребления алкоголя
- исключение из рациона крахмалосодержащих продуктов.

15.Как правильно дышать:

- ртом
- носом
- ни один из вариантов не хуже и не лучше другого.

16. Используя собственные наблюдения за семейным воспитанием, опишите, в какой степени среда и воспитание в конкретной семье влияют на формирование здоровья ребенка (можете использовать пример своей семьи, близких, знакомых).

Литература

1. Вашлаева Л.П., Панина Т.С. Теория и практика формирования здоровьесберегающей стратегии педагога в условиях повышения квалификации// Валеология.-2011.-№4.-С.93-98.
2. Волошина Л. Будущий воспитатель и культура здоровья//Дошкольное воспитание.-2011.-№3.-С.117-122.
3. Здоровье и образование: из опыта работы учреждений образования Нижегородской области/ Министерство образования и науки Нижегородской области. - Н.Новгород: Нижегородский гуманитарный центр, 2010.-214с.
4. Здоровьесберегающая деятельность школы в учебно-воспитательном процессе: проблемы и пути их решения//Школа.-2013.-№3.-С.52-87.
5. Здоровьесберегающее образование: теорет. и приклад. аспекты: сб. ст./ Перм. гос. пед. ун-т [и др.]. - Пермь: Кн. мир; Звезда,2012.-205с.
6. Новые здоровьесберегающие технологии в образовании и воспитании детей: [гендер. подход в обучении и воспитании: психол. аспект]/ С.Чубарова, Г. Козловская, В. Еремеева // Развитие личности.-№2.- С.171-187.
7. Опыт реализации комплексной стратегии образования, формирующего здоровье школьников: сб. статей и научно-методических разработок/ Под ред. Ю.В. Науменко. – Волгоград: Изд-во ВГИПК РО,2013.-236с.- (Приложение к журналу «Учебный год», №8. Серия «Здоровьесбережение». Вып.2).
8. Степанова М., Александрова И., Седова А. С позиций сбережения детского здоровья: новые шкалы трудности учебных предметов//Директор школы.-2011.-№4.-С.87-91.
9. Степанова М. Инновации в образовании: размышления гигиениста//Народное образование.-2011.-№1.-С.29-33.
10. Теория и практика обеспечения психологического здоровья детей в образовании (на примере проекта «Здоровьесберегающие и

психотерапевтические технологии как средство развития предпосылок к саморегуляции психических состояний у детей 4-9 лет» «Психологическое здоровье учащихся в условиях модернизации образования»)/А.В.Шувалов.- М.:АПКиПРО,2013.-36с.

11. Школа здоровья: пособие для учителей и родителей: Специальное приложение к журналу «Лицейское и гимназическое образование». - 2013.-№1.-(Серия «Педагогические советы»).

Электронные ресурсы

1. Павлова М. Методические рекомендации по интеграции программы «Основы здорового образа жизни» в учебно-воспитательный процесс образовательного учреждения: [Электронный ресурс] Саратовский институт повышения квалификации и переподготовки работников образования.- //<http://health.best-host.ru>.-Саратов,2011
2. Биология: <http://www.chat.ru/~dronisimo/homepage1/anatom1.htm>
3. Биология, обучающая энциклопедия:
<http://www.informika.ru/text/database/biology/>
4. Здоровье и образование www.valeo.edu.ru

РЕЦЕНЗИЯ

Фамилия, имя, отчество автора Волкова Наталья Вячеславовна

Должность Преподаватель физической культуры

Название методической разработки «Реализация здоровьесберегающих образовательных технологий в учебном процессе»

Полное название образовательного учреждения ГАПОУ СО СККИ

Фамилия, имя, отчество рецензента Водолагина Ирина Юрьевна

Должность, место работы доцент, КПН, доцент кафедры спортивных дисциплин СГУ им. Н.Г. Чернышевского

В рецензируемой работе Наталья Вячеславовна рассматривает физическую культуру как эффективное средство развития личности ребенка; изучает проблему формирования здоровьесберегающей составляющей в обучении физической культуре; выявляет особенности познавательной деятельности детей; разрабатывает рекомендации, способствующие социальной адаптации студентов.

Методическая разработка представляет собой обоснование проблемы на основе различных литературных источников. Цель методической разработки отражается в логической последовательности поставленных задач и предполагаемых результатов.

Работа написана грамотным языком, хорошо читается и воспринимается. Выводы автора, сделанные по ходу рассмотрения проблемы, аргументированы, убедительны. Содержание разработки соответствует выбранной проблеме.

Методическая разработка «Реализация здоровьесберегающих образовательных технологий в учебном процессе» Волковой Н.В. может быть оценена положительно и рекомендована для работы как методические рекомендации по использованию здоровьесберегающей технологии на уроках.

Доцент кафедры спортивных дисциплин
СГУ им. Н.Г. Чернышевского, доцент, КПН



И.Ю. Водолагина