

Муниципальная бюджетная общеобразовательная учреждение
Кочетовская общеобразовательная средняя школа

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ НА УРОКАХ ГЕОГРАФИИ

Выполнила : Блудова Алла Владимировна
учитель географии

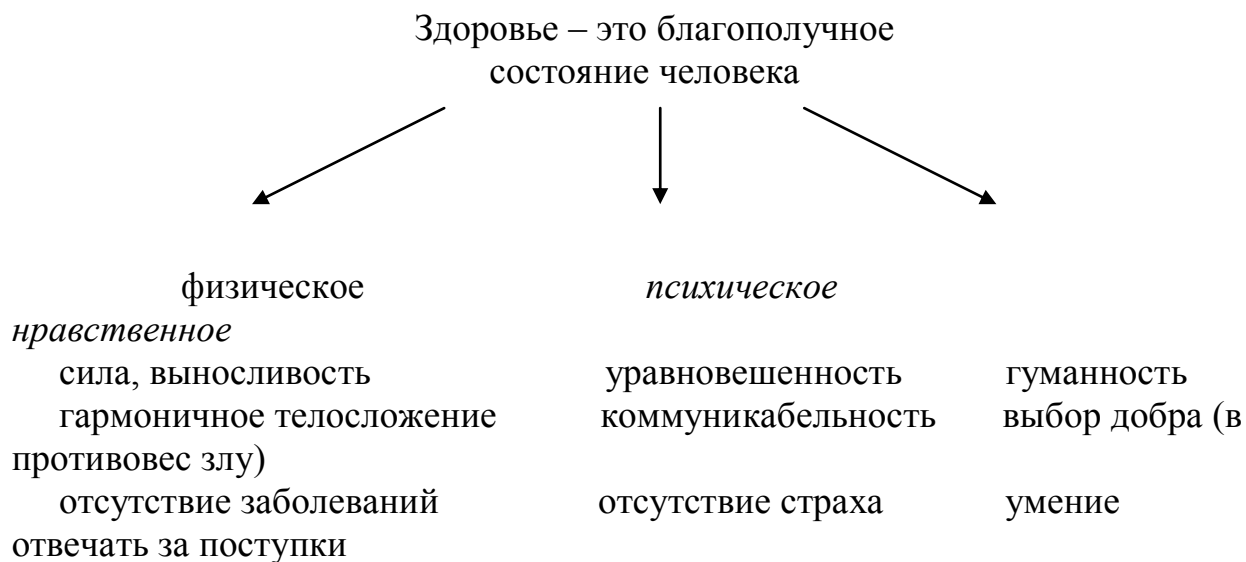
«Применение здоровьесберегающих технологий на уроках географии».

«Здоровье – это такое состояние духа, эмоционально – психической и физической сферы жизнедеятельности человека, которое создает наиболее

благоприятные условия для расцвета его личности, его талантов и способностей, для осознания им своей неразрывной связи с окружающим миром, своей ответственности за него».

Шаталова Г.С. Философия здоровья. М.: Елен и К., 1997

Признаки здорового человека



Здоровьесберегающие технологии - совокупность приемов, способов и методов организации учебно-воспитательного процесса без ущерба для здоровья школьников и педагогов. (см. приложение- «Единственная красота, которую я знаю...»)

Цель здоровьесберегающих технологий обучения отвечающего педагогическому принципу: «Не навреди!»- обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Проблемы здоровья населения России, в частности здоровья подрастающего поколения, является причиной для беспокойства государственных организаций, общества и самих граждан. Сегодня происходят качественные изменения в осознании обществом ценностей жизни и здоровья каждого ребенка. Поэтому одним из приоритетных направлений государственной политики в сфере образования является работа по сохранению и укреплению здоровья обучающихся детей.

Цель здоровьесберегающих технологий обучения - обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по ЗОЖ, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Ухудшение здоровья детей школьного возраста в России стало не только медицинской, но и серьезной педагогической проблемой. По статистике состояния здоровья большую группу составляют дети, находящиеся «между здоровьем и болезнью». В процессе обучения дети, подростки, юноши и девушки пытаются привыкнуть жить в условиях ограниченной свободы и очень нуждаются в понимании и конструктивной помощи со стороны взрослых.

1 Здоровьесберегающие технологии на уроках географии в современной школе.

Здоровьесберегающие технологии - совокупность приемов, способов и методов организации учебно-воспитательного процесса без ущерба для здоровья школьников и педагогов. Состояние здоровья подрастающего поколения - важнейший показатель благополучия общества и государства, не только отражающий настоящую ситуацию, но и дающий прогноз на будущее. Особенно велика в процессе здоровьесбережения роль учителя-предметника. В арсенале каждого учителя должны быть такие средства и методики, которые позволяют параллельно с главной задачей – качественным обучением – решать проблемы сохранения и укрепления здоровья обучающихся, сберечь нервную систему ребенка, снять стрессы и напряжение, пагубно влияющие на здоровье учащихся. Если для участников учебного процесса будут созданы оптимальные условия: гуманизация содержания урока, целесообразные формы организации учебного процесса, эффективные методы обучения, разнообразные виды поддержки ученика, право свободного выбора, комфортная пространственная среда, то это будет способствовать адаптации участников образовательного процесса на уроке.

Применение здоровьесберегающих технологий дает возможность создавать на уроке атмосферу доверия и взаимопонимания для развития личности ребенка и, в конечном счете, снижают риск школьных стрессов, которые отрицательно влияют не только на психическое, но и физическое здоровье школьников

Я считаю одной из самых важных задач педагогов школы, чтобы наши дети были здоровыми, жизнерадостными, а значит успешными. Тогда они с удовольствием каждый день будут приходить в школу, где их ждут.

Ещё в глубокой древности существовали медицинские рекомендации, направленные на создание условий, содействующих развитию детей.

В процессе воспитания человека в семье, детском саду, в школе здоровье либо формируется и развивается, либо утрачивается. Причин много.

Профессионализм педагогов, позволяющий дать знания подрастающему поколению, должен быть дополнен осознанным желанием сохранить и укрепить здоровье ребёнка, защитить его от страданий, унижения личности, изгнав боль и страх. Забота о будущем ребёнка предполагает уважение к его эстетическому чувству, поддержку его тяги к прекрасному, являющейся фундаментальным качеством человека разумного.

2 Психолого-педагогические технологии здоровьесбережения

Использование игровых технологий. Этот прием позволяет решить одновременно несколько различных задач: позволяют снять эмоциональное напряжение, обеспечить психологическую разгрузку учащихся, дать им сведения развивающего и воспитательного плана, показать практическую значимость изучаемой темы, побудить к активизации самостоятельной познавательной деятельности и т.п.

На начальном этапе обучения географии это могут быть игровые задания для обобщения знаний («физические сказки», кроссворды, задачи-загадки и т.д.). Для старших классов можно использовать задания фантастического или детективного содержания, также активизирующие творческий потенциал. Задания на обобщение материала могут быть представлены в виде рекламы того или иного физического явления, прибора или закона.

Здесь же можно отметить и прием использования литературных произведений, например: при формировании экологической культуры с помощью поэтических образов иллюстрирующих то или иное воздействие человека на природу.

3 Создание благоприятного психологического климата на уроке.

Одним из важнейших аспектов является именно психологический комфорт школьников во время урока. С одной стороны, таким образом

решается задача предупреждения утомления учащихся, с другой стороны, появляется дополнительный стимул для раскрытия творческих возможностей каждого ребенка.

Доброжелательная обстановка на уроке, спокойная беседа, внимание к каждому высказыванию, позитивная реакция учителя на желание ученика выразить свою точку зрения, тактичное исправление допущенных ошибок, поощрение к самостоятельной мыслительной деятельности, уместный юмор или небольшое историческое отступление – вот далеко не весь арсенал, которым может располагать педагог, стремящийся к раскрытию способностей каждого ребенка.

Учащиеся входят в класс не со страхом получить плохую оценку или замечание, а с желанием продолжить беседу, продемонстрировать свои знания, получить новую информацию. В процессе такого урока не возникает эмоциональный дискомфорт даже в том случае, когда ученик с чем-то не справился, что-то не смог выполнить. Более того, отсутствие страха и напряжение помогает каждому освободиться внутренне от нежелательных психологических барьеров, смелее высказываться, выражать свою точку зрения.

К тому же, каждый ученик уже более спокойно реагирует на полученную оценку, если он сам понимает ее обоснованность. Оценивая свои ошибки, ученик сразу же видит и пути их исправления. Неудача на уроке, воспринимаемая как временное явление, становится дополнительным стимулом для более продуктивной работы дома и в классе. Педагог поощряет стремление ученика к самоанализу, укрепляет его уверенность в собственных возможностях.

Следует заметить, что в обстановке психологического комфорта и эмоциональной приподнятости работоспособность класса заметно повышается, что, в конечном итоге, приводит и к более качественному усвоению знаний, и, как следствие, к более высоким результатам.

По окончании урока ученики покидают класс с хорошим настроением, поскольку в течение этого времени отрицательные факторы практически отсутствовали.

4 Охрана здоровья и пропаганда здорового образа жизни.

Охрана здоровья ребенка предполагает не только создание необходимых гигиенических и психологических условий для организации учебной деятельности, но и профилактику различных заболеваний, а также пропаганду здорового образа жизни.

Как показывают исследования, наиболее опасным фактором для здоровья человека является его образ жизни. Следовательно, если научить человека со школьных лет ответственно относиться к своему здоровью, то в будущем у него больше шансов жить, не болея. На сегодняшний день очень важно вводить вопросы здоровья в рамки учебных предметов. Это позволит не только углубить получаемые знания и осуществить межпредметные связи, но и показать ученику, как связан изучаемый материал с повседневной жизнью, приучить его постоянно заботиться о своем здоровье.

На уроках географии практически любая изучаемая тема может быть использована для освещения тех или иных фактов, способствующих формированию правильного отношения учеников к своему здоровью. Сюда же можно отнести и профилактику детского травматизма, несчастных случаев, связанных с неправильным поведением ребенка в окружающей среде.

Говоря о климате, целесообразно коснуться вопроса о выявлении особенностей погоды на здоровье, для условий жизни и хозяйственной деятельности населения. При изучении звуковых явлений очень полезными оказываются факты, иллюстрирующие опасное влияние низких звуковых частот (к примеру, в рок-музыке, так популярной у подростков) на функционирование внутренних органов. В урок, посвященный водным ресурсам, обязательно включаются вопросы, воздействия связанных с ними опасных природных явлений на живые организмы.

5 Комплексное использование личностно ориентированных технологий.

Среди здоровьесберегающих технологий можно особо выделить технологии личностно ориентированного обучения, учитывающие особенности каждого ученика и направленные на возможно более полное раскрытие его потенциала. Сюда можно отнести технологии проектной

деятельности, дифференцированного обучения, обучения в сотрудничестве, разнообразные игровые технологии (о них уже шла речь выше).

Личностно ориентированное обучение предполагает использование разнообразных форм и методов организации учебной деятельности. При этом перед учителем встают новые задачи: создания атмосферы заинтересованности каждого ученика в работе класса; стимулирования учащихся к высказываниям и использованию различных способов выполнения заданий без боязни ошибиться; создания педагогических ситуаций общения на уроке, позволяющих каждому ученику проявлять инициативу, самостоятельность, избирательность в способах работы; создание обстановки для естественного самовыражения ученика.

Для решения этих задач могут применяться следующие компоненты:

- 1.Создание положительного эмоционального настроения на работу всех учеников в ходе урока
- 2.Использование проблемных творческих заданий
- 3.Стимулирование учеников к выбору и самостоятельному использованию разных способов выполнения заданий
4. Применение заданий, позволяющих ученику самому выбирать тип, вид и форму материала (словесную, графическую, условно-символическую)
- 5.Рефлексия. Обсуждение того, что получилось, а что нет, в чем были ошибки, как они были исправлены.

Исходя из вышеизложенного, становится очевидным, что эти технологии позволяют параллельно решать и задачи охраны здоровья школьников, как в психологическом, так и в физиологическом аспектах. Именно благодаря использованию современных технологий оказывается возможным обеспечить наиболее комфортные условия каждому ученику, учесть индивидуальные особенности каждого ребенка, а следовательно, минимизировать негативные факторы, которые могли бы нанести вред его здоровью.

Заключение.

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.

Здоровьесберегающие технологии не могут быть вырваны из общей системы образования, они способствуют грамотному и рациональному использованию других приемов и средств обучения, развития и воспитания. Основой современной педагогики является не только стремление к максимальному развитию творческих и познавательных способностей каждого отдельного индивидуума, но и забота о воспитании физически и нравственно здорового поколения граждан.

Мастер-класс

Мастер-класс я проведу в 6 классе. Мы знаем, что география 6 класса самый сложный для восприятия курс. Он включает много новых понятий, определений и насыщен практическими работами. На 35 часов – 12 работ. Объявление на уроке о выполнении практической работы редко вызывает положительные эмоции учащихся. Во многом это объясняется их однообразным выполнением. Оно предполагает чаще всего анализ карт и таблиц. Поэтому я стараюсь сделать эти работы более разнообразными, красочными, чтобы они затронули и чувственную сторону развития ребят вызвали у них положительные эмоции.

Предложенные уроки проводится в темах: «Земная кора и литосфера», «Атмосфера». В последний включены элементы здоровьесберегающих технологий как для учащихся так и для их родителей. Этот материал часто включают в олимпиадные задания.

Разнообразные формы проведения таких уроков позволяют мне повлиять на эмоциональное состояние учащихся. А эстетическое чувство является фундаментальным качеством человека разумного.

Методическая разработка «Использование здоровьесберегающих технологий на уроках и внеурочных занятиях по географии»

Быть здоровым - это естественное стремление человека. Здоровье означает не просто отсутствие болезней, но и физическое, психическое и социальное благополучие.

Ориентация на идеи гуманизации и гуманитаризации в народном образовании неразрывно связана с проблемой комфортности личности, чувством удовлетворенности в реализации своих способностей и потребностей. Известно, к каким последствиям (психологическим и социальным) приводит не отвечающая способностям и возможностям ребенка учебная нагрузка (умственная и физическая): чрезмерная — вызывает перегрузку, перенапряжение организма и негативное отношение к процессу образования; заниженная — снижает интерес к учебной деятельности, не развивает в должной мере способности ученика. При этом

невозвратно теряются задатки одаренности. Именно это наблюдается при унифицированных требованиях, единых программах школьного образования, не учитывающих индивидуальных особенностей учащихся. В настоящее время принято рассматривать образовательный процесс параллельно с оздоровительным, поскольку гармоничное развитие подрастающего поколения подразумевает наряду с реализацией интеллектуального потенциала личности формирование духовности, нравственности и здоровья индивида. В последние года накоплено достаточно много данных о том, что проблему здоровья нельзя решить только силами органов здравоохранения. Основной задачей в своей работе вижу дополнение образовательной программы по географии системой оздоровительных физических упражнений. Так, в начальном курсе географии на практической работе по выполнению глазомерной съемки участка местности, где отрабатываются учебные навыки работы с компасом, ученики в течение 40 мин находятся в постоянном движении на свежем воздухе. Целесообразно класс разделить на маленькие группы, тем самым задействовать в работе каждого ученика.

Зная, что активность работы головного мозга во второй половине урока начинает снижаться, использую учебные задания с небольшими передвижениями по классу. Например, в VII классе по теме «Природные зоны земного шара», где главной целью урока является определение особенностей органического мира каждого материка, используются шаблоны рисунки растений и животных, которые получают ученики, подбегая по очереди к столику, а затем к настенной карте «Природные зоны мира» и крепят шаблон. Тем самым они повторяют и закрепляют учебный материал, работая с географической картой.

Даже на уроках географии в X классе при изучении политической карты и типологии стран современного мира можно предложить Эстафету на скорость мышления с перемещениями по классу. На доске размещены три магнитных планшета с указанием названий стран. Ученики по желанию условно делятся на три команды. Каждая получает конверт с заданием, где могут быть наименования столиц, шаблоны самих государств, государственных атрибутов, условные знаки полезных ископаемых и т.д. По

сигналу каждый участник эстафеты вскрывает конверт у доски и прикрепляет шаблон к указанному названию государства. Побеждает команда, которая быстро и правильно разместит шаблоны.

Особое место и значение имеют уроки-экскурсии, уроки-практикумы на местности, где главными целями являются уменьшение психологической нагрузки на учеников в связи с большой теоретизацией учебного материала, достижение усвоения учащимися особенностей природных компонентов и физико-географических процессов своей местности, в движении по маршруту.

Кроме того, на уроке используются географические физкультминутки для разгрузки психо-физического напряжения.

Физкультминутка во время урока может быть полезной и для здоровья, и для ума, если в нее вкладывается географический смысл. С особым удовольствием в таких разминках участвуют пяти и шестиклассники.

Примеры упражнений

1. «Указатель» .

Дети выходят из-за парт и складывают впереди себя вытянутые руки в виде указателя. Учитель задает вопросы:

- В каком направлении находится Москва?
- Покажите, в какой стороне от нас Белое море?
- Куда течет река Волга?
- Где находится северный полюс? и т.п.

Ученики должны сориентироваться относительно сторон горизонта и повернуться, как указатель, в направлении искомого объекта. За минуту, стремясь выполнить задание как можно быстрее, дети поворачиваются 5—6 раз, что вполне достаточно для снятия усталости. Попутно отрабатываются навыки ориентирования, знание географической номенклатуры, умение представлять карту, как образ пространства.

2. «Компас».

Упражнение, подобное предыдущему, но выполняется с руками, разведенными в стороны на уровне плеч. Кроме того, совершаются повороты головы, так как лицо должно смотреть, как стрелка компаса, в сторону

севера. Амплитуда и скорость движений увеличиваются за счет темпа заданий:

- Стрелка компаса смотрит на север.
- Азимут 180 градусов.
- Азимут 270 градусов.
- Магнитная аномалия (Стрелка” беспокоится) и т. д.

3. «Флюгер»

Ученики поднимают руки вперед на уровне плеч и ладонями наружу, как флюгарка. Отрабатывается важное географическое понятие о том, что ветер называется по той стороне горизонта, откуда дует:

- Ветер дует с севера.
- Ветер юго—восточный.
- Штиль.
- Ветер переменных направлений и т.п.

4. «Географический театр»

Учащимся предлагается представить те или иные процессы и явления в динамике, как пантомиму: «Цунами», «Ураган», «Шторм», «Айсберг», «Ветровые волны», «Смерч», «Тропический ливень», «Землетрясение», «Извержение Вулкана», «Снежная лавина» и т. д. Каждый старается изображать, как можно артистичнее, в движение вовлекается все тело.

Все географические физкультминутки проходят энергично, нескучно, помогают учиться, играя. Происходит и физическая, и психологическая релаксация.

Список использованной литературы

1. Вайнер Э.Н. Формирование здоровьесберегающей среды в системе общего образования// Валеология.-2004.-№1.-С.21-26.
2. Здоровьесберегающая деятельность школы в учебно-воспитательном процессе: проблемы и пути их решения//Школа.-2005.-№3.-С.52-87.
3. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии: школьник и компьютер. - М.: Вако, 2007.
4. Львова ИМ. Физкультминутки//«Начальная школа», 2005. - № 10. С. 86
5. Науменко Ю.В. Здоровьесберегающая деятельность школы// Педагогика.-2005.-№6.-С.37-44.
6. Петров К. Здоровьесберегающая деятельность в школе//Воспитание школьников.-2005.-№2.-С.19-22.
7. Севрук А.И. Здоровьесберегающий урок/ А.И. Севрук, Е.А. Юнина// Школьные технологии.-2004.-№2.-С.200-207.
8. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. - М.: АПК и ПРО,2002.-121с.
9. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе/Н.К.Смирнов. - М.АРКТИ,2003.-270с.