Проектирование здоровосберегающего пространства на уроках истории средствами личностного - ориентированного образования

Учитель истории и обществознания

Беляева Екатерина Алексеевна

Рассказово 2022

Здоровье человека – тема для разговора достаточно актуальная для всех времен и народов. Состояние здоровья российских школьников вызывает серьезную тревогу специалистов.

Исследования ИВФ РАО позволяют проранжировать школьные факторы риска по убыванию значимости и силы влияния на здоровье учащихся:

Стрессовая педагогическая тактика;

* Несоответствие методик и технологий обучения возрастным и функциональным возможностям школьников;
* Несоблюдение элементарных физиологических и гигиенических требований к организации учебного процесса;
* Недостаточная грамотность родителей в вопросах сохранения здоровья детей;
* Провалы в существующей системе физического воспитания;

Интенсификация учебного процесса;

* Функциональная неграмотность педагога в вопросах охраны и укрепления здоровья;
* Частичное разрушение служб школьного медицинского контроля;
* Отсутствие системной работы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни.

Таким образом, традиционная организация образовательного процесса создает у школьников постоянные стрессовые перегрузки, которые приводят к поломке механизмов саморегуляции физиологических функций и способствуют развитию хронических болезней.

На сегодняшний день необходимы специальные меры по сохранению и укреплению здоровья школьников, созданию здоровье сберегающих условий обучения.

Поэтому учителю необходимо найти резервы собственной деятельности в сохранении и укреплении здоровья учащихся. В связи с этим, не случайно, одним из направлений деятельности современной школы является сохранение здоровья подрастающего поколения. Для этого используются здоровьесберегающие технологии.

По мнению В.В. Серикова, здоровьесберегающие педагогические технологии должны обеспечить развитие природных способностей ребенка: его ума, нравственных и эстетических чувств, потребности в деятельности, овладении первоначальным опытом общения с людьми, природой, искусством.

«Здоровьеформирующие 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:

1. условия обучения ребенка в школе (отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания);

2. рациональная организация учебного процесса (в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями);

3. соответствие учебной и физической нагрузки возрастным возможностям ребенка;

4. необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим.

В любом случае, термин «здоровьесберегающие образовательные технологии» можно рассматривать и как качественную характеристику любой образовательной технологии, ее «сертификат безопасности для здоровья», и как совокупность тех принципов, методов педагогической работы, которые, дополняя традиционные технологии обучения и воспитания, наделяют их признаком здоровьесбережения.

В качестве основополагающих принципов здоровьесберегающих технологий можно выделить:

1.Создание образовательной среды, обеспечивающей снятие всех стрессобразующих факторов учебно-воспитательного процесса.

2.Творческий характер образовательного процесса

3.Обеспечение мотивации образовательной деятельности.

4. Построение учебно-воспитательного процесса в соответствии с закономерностями становления психических функций.

5.Учет системного строения высших психических функций.

6.Предпочтение значимого осмысленного содержания при освоении нового материала, обучение «по единицам, а не по элементам», принцип целостности.

7.Осознание ребенком успешности в любых видах деятельности.

8.Рациональная организация двигательной активности

9. Обеспечение адекватного восстановления сил.

10.Обеспечение прочного запоминания.

Здоровьесберегающие технологии, применяемые в учебно-воспитательном процессе, можно разделить на четыре основные группы:

*1. Технологии, обеспечивающие гигиенически оптимальные условия образовательного процесса.*(Обстановка и гигиенические условия в классе, количество видов учебной деятельности, средняя продолжительность и частота чередования видов деятельности, количество видов преподавания,наличие и место методов, способствующих активизации,место и длительность применения ТСО, поза учащегося, чередование позы, наличие, место, содержание и продолжительность на уроке моментов оздоровления,наличие мотивации деятельности учащихся на уроке,психологический климат на уроке, эмоциональные разрядки на уроке, момент наступления утомления и снижения учебной активности, темп окончания урока)

*2. Технологии оптимальной организации учебного процесса и физической активности школьников.*(Правильная организация урока, использование всех каналов восприятия, учет зоны работоспособности учащихся, распределение интенсивности умственной деятельности, уместное и правильное применение физкультпауз.)

*3. Разнообразные психолого-педагогические технологии, используемые на уроках и во внеурочной деятельности педагогами и воспитателями.*

(Снятие эмоционального напряжения. Создание благоприятного психологического климата на уроке. Охрана здоровья и пропаганда здорового образа жизни. Комплексное использование личностно-ориентированных технологий.)

*4. Образовательные технологии здоровьесберегающей направленности:*

Педагогика сотрудничества – её можно рассматривать как создающую все условия для реализации задач сохранения и укрепления здоровья учащихся и педагогов.

Цель школы, реализующей ПС,— разбудить, вызвать к жизни внутренние силы и возможности ребёнка, использовать их для более полного развития личности. Важнейшая черта этой педагогики – приоритет воспитания над обучением – позволяет в рамках формирования общей культуры личности последовательно воспитывать культуру здоровья школьника.

Технология уровневой дифференциации обучения на основе обязательных результатов была разработана В. В. Фирсовым как один из вариантов развития технологии уровневой дифференциации. Среди классификационных параметров этой группы технологии потенциальная положительная связь с воздействием на здоровье учащихся видится в таких, как система малых групп среди типов управления познавательной деятельностью, целевая ориентация на обучение каждого учащегося на уровне его индивидуальных возможностей и способностей.

Технология психологического сопровождения разработана М.Ю. Громовым и Н.К. Смирновым. В её основе – активное участие психологов в образовательном процессе школы, превращение школьного психолога в одну из ключевых фигур учебно-воспитательного процесса, основанного на принципах здоровьесбережения.

На современном этапе внедрения здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс необходимо определить: как же решаются поставленные задачи на уроках истории и обществознания.

Одним из направлений работы стало использование работы в режиме двигательной активности.На каждом уроке в любом классе надо проводить физкультминутки. Но как сделать так, чтобы ребенок, не делал физическую разминку просто, потому что надо, а наряду с этим получил и положительные эмоции. А ведь эмоциональная среда на уроке, тоже важный компонент здоровьесберегающих технологий. Поэтому физкультминутка на уроке истории должна отличаться от физкультминутки на любом другом уроке. Необходимо сделать физкультминутку «исторической». Подобрать «свой» текст под каждую тему.

Примеры физкультминуток на уроках истории:

*Урок по истории Древнего мира «Древнее Междуречье»*

Учитель: Ребята, давайте, попробуем «оживить» хвалебную песню древне шумерской богини плодородия Иштар, заменяя некоторые слова движениями.

Когда ты встаешь и восходишь на востоке – гонишь мрак, то вся земля торжествует

(Встали, руки вверх, потянулись)

От лучей твоих оживают цветы и растения на полях

(Кистями рук делаем «фонарики»)

Птицы взлетают из гнезд и поют тебе хвалу

(Руки в стороны, изображаем взмахи крыльев)

Сияние твое проникает в глубины вод, а на поверхности реки плещутся рыбы

(Вытянуть руки перед собой, кистями изображаем плеск рыб)

Люди просыпаются, поднимают руки к тебе и принимаются за работу

(Руки вверх, потянулись, опустили руки, сели на место)

*Урок истории по теме «Измерение времени. Счет лет в истории»*

Учащиеся стоят рядом со своими рабочими местами. Учитель задает детям вопросы, предполагающие ответы «да» или «нет». Ребята отвечают определенными движениями: «да» - поднимают руки вверх, «нет» - приседают, поставив руки на пояс (движения, по договоренности, могут быть другими)

первый месяц весны – апрель (нет)

в году – 12 месяцев (да)

в феврале – 30 дней (нет)

новый год начинается 31 декабря (нет)

четверть часа – это 15 минут (да)

век – это срок в тысячу лет (нет)

в сутках – 25 часов (нет)

день больше, чем сутки (нет)

часы - прибор для отсчета времени (да)

первый месяц года – январь (да)

Во избежание усталости учащихся следует чередовать различные виды работ: самостоятельная работа, работа с учебником (устно и письменно), творческие задания – необходимый элемент на каждом уроке. Они способствуют развитию мыслительных операций памяти и одновременно отдыху обучающихся. Необходимо организовывать выполнение разноуровневых заданий, индивидуально дозируя объём учебной нагрузки. Различные тестовые задания с выбором ответа, с открытым ответом; задания на перегруппировку; на распознавание ошибок, на поиск ошибок позволяют избежать монотонности на уроке.

Другими формами двигательной активности являются ролевые игры на уроках, «инсценирование» исторических сюжетов и поиск решений исторических и обществоведческих задач, работа в группах, когда обучающиеся двигаются, пересаживаются во время занятия.

Примеры игровых моментов на уроках истории и обществознания

*Игра-лото «География Смутного времени»*

*урок истории по теме «Смутное время» (7 кл.)*

Эту игру лучше проводить между двумя командами. Каждая команда получает игровой лист, на котором в полях написаны названия городов. У каждой команды свой игровой лист, города на котором не повторяют города на игровом листе другой команды. У ведущего карточки с характеристикой какого-либо города, по которым надо определить его название. Та команда, у которой на игровом листе «присутствует» этот город, не называя его, забирает карточку с характеристикой у ведущего и закрывает соответствующее поле на своем игровом листе. Победительницей становится команда, которая быстрее закроет свой игровой лист, не допустив при этом ошибок.

Первый русский город, куда направился в 1604 году Лжедмитрий I. Путивль.

Город, вблизи которого находился Ипатьевский монастырь. Кострома.

Город, занятый шведами и заявивший о своем отделении от России. Новгород.

Город, героическая оборона которого в течение почти 2 лет сковывала основные силы польских войск. Смоленск.

Город, в котором началось формирование Второго ополчения. Нижний Новгород.

«Резиденция» самозванца Лжедмитрия II. Тушино.

В этом городе объявился новый самозванец Лжедмитрий III. Псков.

Город, в котором правил Лжедмитрий I. Москва.

Город, жители которого выступили инициаторами создания Первого ополчения. Рязань.

Город, в котором был создан временный правительственный орган «Совет всей Земли». Ярославль.

Место гибели Лжедмитрия II. Калуга.

Место загадочной смерти царевича Дмитрия. Углич.

*Игра «Профессии»*

*урок обществознания по теме «Проблема выбора профессии» (6 кл.)*

Смысл игры сводится к тому, что команды (ряды) по очереди называют профессии (род занятий), причем каждая последующая профессия должна начинаться с последней буквы предыдущей (см. пример). В том случае, если название предыдущей профессии заканчивается на «й, ь, ъ, ы», название следующей профессии должно начинаться на предпоследнюю букву. Побеждает команда, назвавшая профессию последней.

Геолог – геодезист – терапевт – токарь – режиссер – рудокоп – продавец – цензор – регулировщик – кондитер – резчик – кутюрье – егерь – рыбак – конюх – химик.

Учитель должен на уроках истории и обществознания создать спокойную и заинтересованную атмосферу для того, чтобы решить задачу сохранения комфортной эмоционально-психологической среды в коллективе. Если обучающийся спокоен и уверен в себе, если он уходит с занятия довольным, то можно с уверенностью сказать, что и здоровье его тоже в порядке, так как положительные эмоции снижают утомление, вызванное учебным процессом.

Для рациональной организации учебной деятельности учащихся использовать на уроках видеоматериалы, средства ИКТ, обеспечивается индивидуальный и дифференцированный подход в процессе обучения; обязательность дифференцированных заданий. Учет интенсивности и длительности самостоятельной работы, разработка таблиц оценки трудности уроков, выделение мотивационных линий урока. Со обучающимися с ОВЗ должна быть организована индивидуальная работа, которая предусматривает меньшую нагрузку, дополнительное разъяснение во время и после занятий.

С целью пропаганды здорового образа жизни на уроках обществознания можно проводить:

Занятия по темам: «Мы за здоровый образ жизни», «Береги здоровье смолоду». Акции «Нет — нецензурным словам», «Нет — наркотикам», «Нет – курению». Может пропагандироваться здоровый образ жизни и на каждом уроке истории и обществознания с помощью решения воспитательных задач урока, например, в 5 классах при рассматривании темы «Спарта» акцентируется внимание учащихся на том, что спартанцы специально и насильно поили вином илотов, чтобы посмеяться над ними и показать подрастающей спартанской молодёжи пагубное воздействие вина;на уроках обществознания в 7 классах, изучая психолога — возрастные особенности подросткового возраста, подчёркивается, что подражание «взрослому» образу жизни – всего лишь иллюзия, которая может привести к пагубным последствиям, единственный путь, чтобы избежать эти последствия — осознанные понимание и контроль своего поведении.

Главной задачей преподавателя истории и обществознания должна стать необходимость обоснованно и доказательно показать обучающимся важность бережного отношения к самому себе.

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.

Литература

1. Борисова И.П. Обеспечение здоровьесберегающих технологий в школе//Справочник руководителя образовательного учреждения.– 2020
2. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе/авт.-сост. С.А. Цабыбин.-Волгоград: Учитель. 2009.
3. Здоровьесберегающая деятельность школы в учебно-воспитательном процессе: проблемы и пути их решения//Школа.–2015.–№3
4. Земскова В.П. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе // РОНО. – 2011. - №9
5. Науменко Ю.В. Здоровьесберегающая деятельность школы// Педагогика.–2005.–№6
6. Севрук А.И. Здоровьесберегающий урок. Школьные технологии.–2004.–№2
7. Селевко Г.К. Современные образовательные технологии.М.: Просвещение, 1998.
8. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. - М.: АПК и ПРО, 2002
9. Цабыбин, С. А. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе. – Волгоград: Учитель, 2009.
10. Чупаха И.В. Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе: научно-практический сб. инновац. опыта/ И.В. Чупаха, Е.З. Пужаева, И.Ю. Соколова. - М.: Илекса; Ставрополь: Сервисшкола,2001