**Е.А. Гуринова,**

учитель географии

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа № 41»

г. Белгород, РФ

**Здоровьесозидание на уроках географии в современной школе**

**Ключевые** **слова**

здоровьесбережение, здоровьесозидание

**Аннотация**

В статье рассмотрены формы здоровьесозидающей деятельности на уроках естественнонаучного цикла и психолого-педагогические условия ее формирования.

Одной из основных задач современного образования является формирование личности, обладающей духовным, психическим  и физическим здоровьем, адаптированным к условиям современного общества. Главным условием достижения цели образования является высокий уровень состояния здоровья и физической активности обучающихся, возможность вести здоровый образ жизни.

Перед учителем стоит проблема: как организовать здоровьесозидающую деятельность на уроке?

С одной стороны, это такая организация процесса обучения, которая позволяет рационально соотносить содержание и объем учебного материала, методов и форм учебно-познавательной деятельности возрастным и индивидуальным возможностям обучающихся, сохраняет умственную и физическую работоспособность, формирует культуру здоровья, способствует реализации целей обучения, развития и воспитания здоровой личности.

С другой стороны, педагогу необходимо знать причины, ухудшающие здоровье школьников на уроке: сокращение произвольной двигательной активности учащихся; недостаточная освещенность рабочих мест; недостаточный воздухообмен в помещении; чрезмерная интенсивность умственного труда и утомительность учебной нагрузки; чрезмерная продолжительность урока и отдельных видов деятельности(письмо, чтение, просмотр фильмов, презентаций); стрессовая среда на уроке; неспособность обучающегося справиться с учебной нагрузкой вследствие игнорирования его индивидуальных особенностей (состояние здоровья, медлительность, несоответствие требований способностям школьника); конфликт ребенка с детским коллективом и др. [2].

Экологическая здоровьесозидающая деятельность образовательного учреждения на ступени основного общего образования включает:

​ •создание экологически безопасной здоровьесберагающей инфраструктуры;

​ •рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся;

​ •эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы;

​ •реализации модульных образовательных программ и просветительской работы с родителями, которая должна способствовать формированию у обучающихся экологической культуры, ценностного отношения к жизни, здоровью, качеству окружающей среды, умению вести здоровый и безопасный образ жизни [4].

Эффективная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся направлена на повышение качества учебного процесса, предупреждение чрезмерного функционального напряжения и утомления, создание условий для снятия перегрузки, чередования труда и отдыха обучающихся. Это предполагает:

• соблюдениесанитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организацийна всех этапах обучения;

• использование методов и методик обучения, адаптированных возрастным возможностям и особенностям обучающихся (использование методик, прошедших апробацию);

• использование обучающимися рациональных способов и приёмов работы с учебной информацией и организацией учебного труда;

• внедрение любых инноваций в учебный процесс только под контролем специалистов;

• строгое соблюдение всех требований к использованию технических средств обучения (компьютеров, аудиовизуальных средств);

• индивидуализацию обучения (учёт индивидуальных особенностей развития: темпа развития и темпа деятельности), работу по индивидуальным программам основного общего образования;

• эффективную и соответствующую требованиям организацию уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера в основной школе [4].

Эффективность реализации здоровьесозидания зависит от деятельности каждого педагога, в том числе от организации учебного процесса на уроках учителей естественнонаучных дисциплин.

Как осуществляется здоровьесозидающая деятельность на уроках географии, химии, физики?

В качестве здоровьесозидающих элементов используем зарядку для глаз, физкультминутку, применяем использование игровых технологий, оригинальных заданий и задач, введение в урок исторических экскурсов, позволяющих снять эмоциональное напряжение. Здоровьесозидающая направленность таких уроков требует строгого отбора средств и методов преподавания, среди которых отдаем предпочтение активным  формам обучения для мотивации учащихся к практической деятельности.

Одним из важнейших аспектов является психологический комфорт школьников во время урока (предупреждение утомления учащихся, появляется дополнительный стимул для раскрытия творческих возможностей учащихся). Доброжелательная обстановка на уроке, внимание к каждому высказыванию, спокойная беседа, позитивная реакция учителя на желание ученика выразить свою точку зрения, тактичное исправление допущенных ошибок, поощрение к самостоятельной мыслительной деятельности – все это помогает педагогу раскрыть способности каждого ребенка [3].

Здоровьесозиданию в учебном процессе способствует смена видов деятельности, режимов работы, проведение физических минуток, расслабления. Положительную роль в этом играют нестандартные формы уроков: уроки с групповыми формами работы, уроки-творчества, уроки-конкурсы, игры, дискуссии, соревнования, консультации, экскурсии. Например, эффективность проведения урока-экскурсии заложена в том, что учащиеся общаются с природой, могут наблюдать изменения в жизни окружающего мира более целенаправленно. Необычность данного типа урока повышает работоспособность учащихся, активизирует их интерес к познанию, воспитывает любовь к окружающему, благотворно воздействует на психику школьников, на состояние его психического и физического здоровья [5].

В качестве проверки домашнего задания можно использовать следующие формы: взаимный опрос; эвристическая беседа; творческие домашние задания: составление ребусов; кроссвордов;  географических  сказок; • мини-сочинений, химических и физических видеоопытов, микропрезентаций.

Применение наглядности на уроках способствует развитию различных видов памяти: образной, ассоциативной, словесно-логической. Элементы театрализации на уроках являются прекрасным средством для снятия психоэмоционального напряжения. Так, дети участвуют в постановках при подготовке к предметной неделе.

При рассмотрении особенностей учебного процесса в преподавании географии можно выделить две группы критериев реализации здоровьесозидания: формирование и развитие престижа здорового образа жизни, воспитание активной жизненной позиции через содержание учебного материала; сохранение и укрепление здоровья учащихся, снижение умственной утомляемости через организацию учебной деятельности.

На начальном этапе обучения географии можно применять 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.

Стоит отметить и прием использования литературных произведений, например: при формировании экологической культуры с помощью поэтических образов иллюстрирующих то или иное воздействие человека на природу. Использование поэзии на уроках географии. В этот момент процесс обучения как бы скрыт от учащихся, они воспринимают это как некоторое отступление от темы, что позволяет им также снять накопившееся напряжение. К тому же, введение в урок литературных или исторических отступлений служит не только психологической разгрузкой, но и установлением и укреплением межпредметных связей, а также и воспитательным целям. Наибольшую заинтересованность у учащихся всех возрастов вызывают уроки по аналогии с телевизионными играми — КВН, «Что? Где? Когда?», «Следствие ведут знатоки». Применение нетрадиционных форм урока позволяет решить различные задачи: снимает эмоциональное напряжение, обеспечивает психологическую разгрузку.

Развивающие упражнения, например физкультминутка «Широта и долгота» (учащиеся делятся на 4 группы, один учащийся на карте показывает географический объект, присесть должны те, из 4-х групп, широта и долгота заданного объекта относится именно к ним), «Определение силы ветра в баллах» (показать силу ветра: 0 б. – штиль – не шевелятся, 3 б. – шевелятся пальцы, 6 б. – шевелятся руки, и.т.д.) способствуют развитию у учащихся коммуникативных навыков, двигательной активности, концентрации внимания, воображения, а также познавательных и языковых способностей.

Таким образом, психолого-педагогическими условиями созидания здоровья выступают:

​ •формирование здоровьесозидающей среды, использование в повседневной жизни способов сохранения и укрепления здоровья;

​ •ориентация процесса здоровьесозидания на систему личностно значимых духовно-нравственных ориентиров, определяющих содержание жизнедеятельности каждого человека;

​ •совместная здоровьесозидающая деятельность всех участников образовательного процесса (учителей, обучающихся, родителей);

​ •формирование готовности по созиданию здоровья, включающей: ценностные ориентации в отношении здоровья, систему знаний о нем, здоровом образе жизни, потребность в формировании здорового образа жизни, осознанное и позитивное отношение к своему здоровью; стремление сохранить, укрепить и приумножить свое здоровье.

Список использованной литературы:

1.​ Ирхин В. Формирование культуры здоровья на уроках физики.- М.:Чистые пруды, 2008.

2.​ Ирхин В., Ирхина И. Учитесь на здоровье. - М.:Чистые пруды, 2008.

3.​ Колесникова М.Г. Здоровьесберегающая деятельность учителя// Естествознание в школе.-2005.-№5.-С.50-55.

4.​ Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения. Основная школа / [сост. Е. С. Савинов]. - М.: Просвещение, 2011.

5.​ Смирнов Н.К. «Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе. – М.: АРКТИ, 2005.

© Гуринова Е.А., 2023