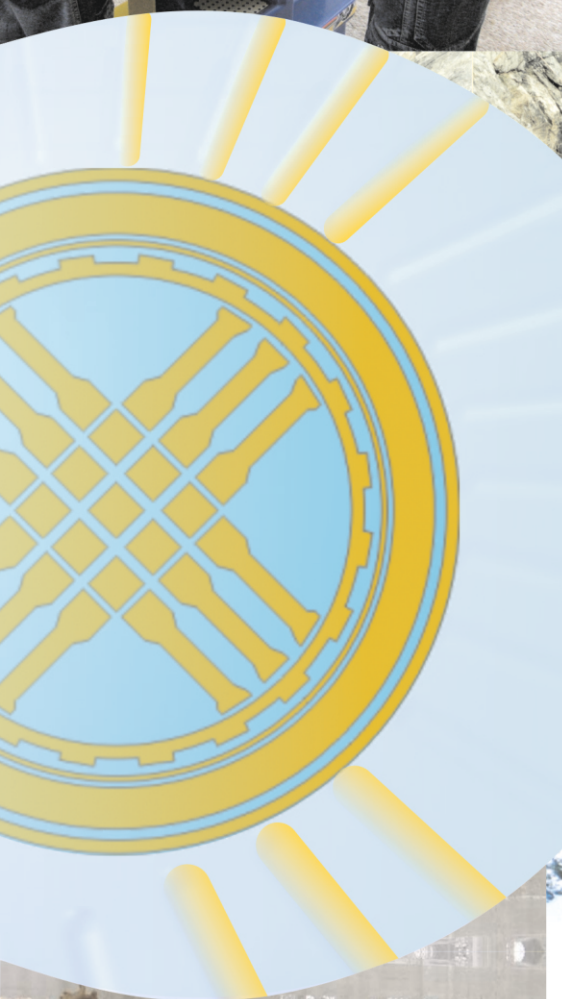


Выпуск № 2(13)

**Маусым
Июнь
June**

2013



Тема номера:

**Здоровьесберегающие
ТЕХНОЛОГИИ**

БІЛІМ БЕРУДЕГІ ИННОВАЦИЯЛАР ИННОВАЦИИ В ОБРАЗОВАНИИ INNOVATIONS IN EDUCATION

- Ғылыми – әдістемелік журнал • Научно – методический журнал •
- Scientific – methodical magazine •

Редакционный совет

Кузнецов А. А.

руководитель проекта,
начальник ГУ “Отдел образования города Усть-Каменогорска”

- Абдуллина Л. И.** - кандидат филологических наук, доцент, ВКГУ им С. Аманжолова
- Байхонова С.З.** - кандидат педагогических наук, директор ВКО ИПК ПРО
- Ганусова Н.П.** - председатель Горкома профсоюза работников образования
- Ескалиев А.С.** - ученый секретарь ВКГУ имени С.Аманжолова
- Завалко Н.А.** - доктор педагогических наук, профессор, ВКГУ им С. Аманжолова
- Кикина М. И.** - кандидат педагогических наук, доцент, директор КГУ “Средняя школа №29” акимата города Усть-Каменогорска
- Куленова Ш.Б.** - заместитель начальника ГУ “Отдел образования города Усть-Каменогорска”
- Лантушенко Н.Н.** - заведующий методическим кабинетом ГУ “Отдел образования города Усть-Каменогорска”
- Нургазиев А.К.** - заместитель акима города Усть-Каменогорска по социальным вопросам
- Сахариева С.Г.** - кандидат педагогических наук, доцент, ВКГУ им С. Аманжолова
- Тлеукенов О.Р.** - директор КГУ “Средняя профильная школа № 45” акимата города Усть-Каменогорска
- Хаукка Л.А.** - научный руководитель КГУ “Средняя школа №24” акимата города Усть-Каменогорска

Искаков Б.А.

главный редактор,
директор КГУ “Ресурсный центр-школа дистанционного и профильного обучения” акимата города Усть-Каменогорска

Биткенбаева Б.Б.

ответственный редактор, заместитель директора по ОЭР
КГУ “Ресурсный центр-школа дистанционного и профильного обучения” акимата города Усть-Каменогорска

Корректоры: **Абдуллина Л.И.**, к.ф.н., доцент, ВКГУ им. С.Аманжолова
Сахариева С.Г., к.п.н., доцент, ВКГУ им. С.Аманжолова
Ескалиев А.С., ученый секретарь, ВКГУ имени С.Аманжолова

Дизайн и верстка: Сафарова Н.С., Пономарева Е.А.

Теория и методология образования

Ахаева Н.В.	Научно-педагогические подходы к организации здоровьесберегающей деятельности в образовательном учреждении.....	2
Милкина Г.А.	Создание здоровьесберегающей среды в начальный период обучения в школе	7
Шаяхметова Г.А.	Здоровьесберегающие технологии на уроках русского языка в классах с государственным языком обучения.....	11
Катанова С.Д.	Бастауыш мектеп жағдайында денсаулық сақтау технологияларын қолданудың ерекшеліктері.....	13
Суханова Е.Э.	Возможности курса самопознание в реализации задач здоровьесбережения школьников.....	15

Проблемы образования и пути их решения

Русанов В.П., Гончарова М.С.	Здоровьесберегающие образовательные технологии в школе.....	19
Задорожнюк Т.Г.	Реализация образовательной области «Здоровьесбережение» в коррекционной работе с детьми с нарушениями речи.....	23
Ельчубаева Г.Б.	Оқушылардың салауатты өмір сүру дағдыларын денсаулық сақтау технологиясы негізінде қалыптастыру.....	26
Кобзева Л.Г.	Использование валеологического компонента на предметах естественнонаучного цикла инвариантной части учебного плана.....	30
Чепуштанова И.М.	Здоровьесберегающие технологии на уроках русского языка и литературы при обучении детей с ограниченными возможностями.....	33

Мастер—класс

Дериглазова Л.И., Шмурыгина Т.В.	Внеклассное мероприятие по самопознанию во 2 классе. Тема: «Здоровому – всё здорово!»...	36
Суханова Е.Э.	Конспект урока самопознания.....	39

Экспертиза инноваций

Куземко Л.П.	О реализации пилотного проекта Детского фонда ООН «ЮНИСЕФ» по профилактике суицида среди несовершеннолетних в учреждениях образования города Усть-Каменогорска.....	43
Чемарева М.А.	Здоровьесберегающие технологии в работе школьного учителя.....	47
Есемканова М.Б.	Здоровьесберегающий компонент в учебно-воспитательной деятельности начальной школы.....	49

Вести из ИНК

Байхонова С.З.	Управление информационно-методическим обеспечением повышения квалификации педагогических кадров (региональный аспект)..	52
-----------------------	---	----

Штрихи к портрету ученого

Авторская научная школа Н.А. Завалко.....	57
---	----

Страница Горкома Профсоюза.....	58
--	-----------

Словарь.....	60
---------------------	-----------



Уважаемые наши учителя!

Разрешите представить Вам 13-ый выпуск нашего журнала, который, мы надеемся, стал за это время вашим настольным изданием. Вполне закономерно, что он посвящен одной из самых актуальных проблем (среди всех актуальных!) – здоровьесберегающим педтехнологиям. Что может быть важнее здоровья нашего будущего поколения и нашего с вами, в том числе! Отрадно заметить, что каждый из вас осознает безусловную приоритетность постановки проблемы: в основе реформирования отечественного образования – развития, здоровая личность и ученика, и учителя. Вместе с тем, современные вызовы общества, стрессы, связанные с огромными потоками информации делают всех нас физиологически и психологически уязвимыми, и только общими усилиями мы можем выстроить систему мер по охране и укреплению здоровья детей с учетом важнейших характеристик образовательной среды. Вашему вниманию предлагаются самые разные практики учебной и внеучебной деятельности, в рамках которых педагоги и психологи, воспитатели и представители школьной администрации внедряют и апробируют пути и приемы такой насущной технологии. На самом деле, материалов поступило в редакцию много, но, мы уверены, что еще не все возможности исчерпаны, и разговор по этому вопросу мы продолжим в наших следующих выпусках.

Закончился очередной учебный год, отзвенели «Последние звонки», пережили ЕНТ – впереди долгожданное лето! Хорошего вам отдыха новых креативных идей и... встретимся на августовском педсовете!

Искаков Б.А.



Научно–педагогические подходы к организации здоровьесберегающей деятельности в образовательном учреждении

Ахметова Н.В.

к.п.н., директор КГУ «Валеологическая специализированная школа–комплекс для одаренных детей»

Мақалада психология-педагогикалық әдебиетті талдау негізінде білім берудің денсаулық сақтау функцияларын жүзеге асыруда жүйелілік тәсілдің рөлі дәлелденеді.

In article on the basis of the analysis of psychologo- -pedagogical literature the role of system approach locates in realization of health saving functions of education.

Современная социально-экономическая ситуация ставит перед отечественными учеными и обществом в целом ряд сложных проблем. Среди них – динамически ухудшающееся состояние здоровья детей и школьников, что подтверждают медицинские, психолого-педагогические и социологические исследования. Одна из актуальных задач казахстанского общества – создание такой образовательной системы, которая не только приобщала бы человека к культурным ценностям, но и сохранила и развивала бы его здоровье. В связи с этим особую значимость приобретает решение основных задач в деятельности образовательного учреждения: предоставление качественного базового образования, формирование потребности здорового образа жизни, сохранение и укрепление здоровья учащихся и учителей.

Прежде чем исследовать проблему на теоретическом уровне, необходимо выявить методологическую основу, позволяющую реализовать паритет между развитием образовательной системы и сбережением здоровья учащихся в процессе обучения. На наш взгляд, в качестве такого основания имеет смысл использовать системный подход, отражающий всеобщую связь и взаимообусловленность явлений и процессов окружающей действительности.

Системный подход предполагает рассмотрение человеко-системных отношений в образовательных процессах.

При этом те или иные средства осуществления здоровьесберегающих образовательных процессов предстают в системном виде. Деятельность же участников образования рассматривается лишь с позиции межсистемных связей.

Одной из важных предпосылок системного подхода является взаимодействие педагогов и учащихся в целях развития индивидуальных способностей и сохранения здоровья в образовательном процессе. Существенную роль играет направленность человеко-системных отношений на единение в общих аспектах функционирования. Учет межсистемных связей педагогических средств осуществления здоровьесберегающих образовательных процессов, безусловно, может способствовать системному подходу и связи между здоровьем и развитием способностей учащихся.

Необходимо так же отметить, что между результатами, качеством образования и здоровьем учащихся существует единство. При этом социальную ценность представляют как крепкое здоровье, так и высокое качество обучения. Поэтому при оценке образовательных результатов обе эти характеристики следует считать ведущими критериями их качества. Обеспечение качества образовательных процессов требует единства педагогических мер, направленных на улучшение (по крайней мере, не

ухудшение) здоровья учащихся и рост их образованности. По нашему мнению, в этом и заключается суть понятия здоровьесбережение учащихся в образовательном процессе.

Если же рассматривать феномен здоровья как развивающуюся систему, то следует обратить внимание на его подвижность. То есть, физиологические и психологические процессы, происходящие в организме, то находятся в норме, то сопровождаются какими-либо отклонениями в зависимости от разных обстоятельств. Поэтому системный подход дает возможность целостного рассмотрения педагогических средств, применение которых в образовательном процессе так или иначе способствует повышению образованности, качества обучения без ущерба для состояния здоровья. Таким образом, педагогические средства осуществления здоровьесберегающих образовательных процессов предстают в виде специфической образовательной системы. Элементами такой системы могут выступать: содержание образования, технологии реализации образовательных процессов, методики и т.д. Следует иметь в виду, что эти элементы определяются целями, на достижение которых ориентируются в процессе её проектирования. В функциональном аспекте система педагогических средств обеспечивает достижение результатов образовательного процесса, например усвоение учащимися содержания образования и сохранение их здоровья.

Таким образом, функциональность образовательных систем означает реализацию человеко-системных отношений, направленных на реализацию участниками педагогического процесса функций в осуществлении здоровьесберегающих образовательных процессов. Критерием рациональности здесь выступает качество достигаемых результатов образовательного процесса, рассматриваемого через призму здоровья учащихся. Немаловажную роль играют специально создаваемые здоровьесберегающие условия для успешного функционирования образовательных систем. Естественно, функционирование образовательных систем следует сопровождать обоснованными профилактическими мерами с целью предупреждения тех или иных негативных результатов в развитии в образовательном процессе и здоровье. Особенно здесь следует

подчеркнуть взаимосвязи между теми аспектами соответствующих средств, которые предполагают выполнение умственной деятельности и проявление двигательной активности учащихся.

В последнее время педагогическая наука подошла к осознанию того, что в образовательных процессах недостаточно ориентироваться лишь на присвоение учащимися определенных знаний, умений и навыков. В этом случае прослеживается связь с таким актуальным направлением, как личностно-ориентированный подход. То есть результат образования предполагает, во-первых, усвоение обучающимися предметного опыта, представленного образовательным стандартом, а, во-вторых, в приобретении личностного опыта, существующего в деятельности.

Практическая деятельность общеобразовательной школы за последние 5 лет показывает, что с каждым годом увеличивается количество детей, испытывающих затруднения в обучении в связи с ухудшением их физического и психического (совокупность установок, качеств и функциональных способностей, которые позволяют индивиду адаптироваться к среде) здоровья.

По оценке состояния здоровья детей и подростков накоплена обширная научно-методическая литература и проведено ряд научных исследований (Г.Л. Апанасенко; А.Г. Хрипкова, Д.Е. Колесов; В.И. Козлов; А.А. Баранов, Н.А. Матвеева; В.Ф. Базарный; Д.И. Зеленская; Ю.А. Ямпольская; Е.С. Скворцова; А.А. Александров; В.Р. Кучма, Л.М. Сухарева, Г.Н. Сердюковская, Л.М. Сухарева, Б.З. Воронова, Г.Л. Шаршахина; Г.И. Ступенева, В.А. Кирюшин, Л.М. Цурган; А.Г. Сухарев; Б.Р. Кучма; и др.) [1].

Школа, составляющая социальную сферу, в которой дети находятся в течение значительной части времени, нередко создает для них трудности различного уровня. По данным ВОЗ, школа для детей оказывается причиной четырех комплексов проблем. Первый из них связан с поступлением в школу, из-за перехода от игры к труду, от семьи к коллективу, от нестесненной активности к дисциплине. Во-вторых, ученику приходится приспосабливаться к давлению, оказываемому на него требованиями учебного процесса. В-третьих, «технизация» общества, требующая усложнения учебных программ, её компьютеризация увеличивает трудности освоения школьных занятий. В четвертых,

из-за присутствия в школе элемента соревнования, связанного с ориентацией на высокие показатели, как правило, отстающих осуждают.

Учитывая, что наиболее уязвимым возрастом оказывается тот, на который приходится пребывание в школе, Л.С. Выготский подчеркивал, что «эмоциональное чувственное переживание непосредственно вплетено в наши мыслительные процессы и составляет неотъемлемую часть всех наших суждений и высказываний» [2]. Но качество психического или эмоционального состояния человека не закладывается в неизменной форме при рождении или вскоре после его рождения. Школа – это один из многих факторов, который может сыграть положительную роль в этом процессе.

Следовательно, именно школе принадлежит большая роль в формировании здоровья подрастающего поколения – в возникновении или предотвращении «школьных» заболеваний. Чтобы решить столь сложную проблему, необходимы совместные усилия педагогов, родителей (семьи) и психологов. Важно «оздоровление» образовательного процесса коммуникативных отношений в образовательной среде. Учитель должен обладать определенными навыками для того, чтобы помочь детям в овладении суммой знаний, умений и навыков, раскрытии индивидуальных способностей, осознании и развитии их.

Обозначенные проблемы здоровья современных детей и подростков нуждаются в пристальном внимании не только медицинских работников, но и педагогов, родителей, общественности. Особое место и ответственность в этом оздоровительном процессе отводится образовательной системе, которая может и должна сделать образовательный процесс здоровьесберегающим.

Анализ литературы показывает, что все факторы, влияющие на здоровье детей, условно можно разделить по их происхождению на 4 группы: биологические, включая наследственность; социальные, включая образ жизни, который во многом социально обусловлен; экологические, т.е. состояние природной среды; факторы внутренней среды – условия и методы воспитания и обучения детей и подростков. В нашем исследовании мы рассмотрим социальные факторы и факторы внутренней среды сохранения здоровья детей и

подростков.

Как считает А.Г. Сухарев [3], ведущими формирующими факторами для детей и подростков оказываются режим дня, экология, внутренняя среда помещений, организация физического воспитания, медико-санитарная помощь и т.д. Автор подчеркивает, что основной путь укрепления здоровья детей и подростков – создание благоприятных социально-экономических условий.

В.Р. Кучма считает, что под «здоровым образом жизни» следует понимать поведение, способствующее повышению защитных свойств организма, включая в себя оптимальный режим различных видов деятельности и отдыха, рациональное питание, оптимальную двигательную активность, физическую культуру, закаливание, соблюдение правил личной гигиены, медицинскую активность и динамическое слежение за своим собственным здоровьем, позитивное экологическое поведение. Здоровый образ жизни, по его убеждению, несовместим с вредными привычками [4].

Здоровый образ жизни, как считает И.И. Соковня-Семенова, это комплекс оздоровительных мероприятий, обеспечивающих гармоничное развитие и укрепление здоровья, повышение работоспособности людей, продление их творческого долголетия, включая в себя отказ от вредных привычек, оптимальный двигательный режим. Следует отметить, что здоровый образ жизни – это гармоничное сочетание и оптимальное соответствие разных способов жизнедеятельности людей: производственной, потребительской, культурно-психологической, социально-биологической и др. В нем обнаруживается относительное единство и согласованность трех уровней жизни человека: социального, психологического, социобиологического. Здоровый образ жизни обеспечивается развитием тех же систем отношений, в которых проявляется и здоровье, а именно: «человек-общество», «человек-природа». Здоровый, гармоничный образ жизни, психическое здоровье должны стать естественной, органичной потребностью человека, восприняв которую он будет следовать ей без принуждения на протяжении всей своей жизни. Формирование психического здоровья предполагает не только гигиену тела, но и психогигиену, самовоспитание духовной сферы, нравственной жизненной позиции,

чистоты помыслов (М.Р. Битянова, М.И. Буянов, Н.Л. Кряжева, М.И. Чистякова) [5].

Делая заключение об исследованиях авторов на проблему понимания здорового образа жизни, мы считаем, что воспитание потребности в здоровом образе жизни у детей должно включать в себя систему социально создаваемых ситуаций с целью обеспечения действий по достижению результатов, из которой нельзя исключить ни одного компонента, не нарушив системности. Только при этих условиях необходимо придерживаться философского определения здорового образа жизни. С точки зрения системного подхода, здоровый образ жизни подразумевает духовно-нравственное здоровье, стремление к овладению жизненными ценностями, воспитывается через культуру здоровья такими основополагающими понятиями, как доброта, красота, знание и вера.

Прививать положительное отношение к здоровому образу жизни у детей следует с самого раннего возраста. У них необходимо формировать установку на долгую и здоровую жизнь. Факторы школьной среды действуют комплексно и практически постоянно в течение всего периода обучения, поэтому даже в случае минимального влияния каждого из факторов их суммарное воздействие велико. Кроме того, негативные влияния школьных факторов приходится на наиболее чувствительный к любым неблагоприятным воздействиям период интенсивного роста и развития организма ребенка. Опасность влияния усиливается и тем, что воздействия на рост, развитие и состояние здоровья детей проявляются не сразу, а накапливаются в течение нескольких лет. К тому же, микросимптоматика этих нарушений не привлекает внимание педагогов и родителей до тех пор, пока они не переходит в выраженную патологию. Причем, одной из причин неблагоприятного самочувствия учащихся, встречающихся в современной школе, являются современные школьные программы, образовательные стандарты рассчитанные на здорового, физически крепкого ребенка (таких детей в школе 2% - по данным медицинской статистики), неадаптированные под новые программы учебники, а так же огромные по объему домашние задания; школьная мебель, не соответствующая санитарно-гигиеническим требованиям, нарушения воздушно-теплового режима, низкий уровень двигательной активности учащихся и др.

По мнению М.М. Безруких, меры,

позволяющие снизить влияние школьных факторов риска, классифицируются на основе механизмов их формирования [6]:

- модернизация структуры и содержания образования, выделение приоритетных задач школы, сохранения и укрепления здоровья;

- разработка и включение в учебный процесс новых методик и закономерностей развития ребенка;

- формирование ценности здоровья и здорового образа жизни всех участников образовательного процесса;

- развитие компетентности в вопросах здоровья;

- привлечение родителей и общественности к проблемам сохранения и укрепления здоровья детей и подростков.

В.Н. Касаткин в своих исследованиях дает научное обоснование сложившейся проблемы сохранения здоровья учащихся и формирования у них культуры здоровья в образовательных учреждениях. Основные причины, по его мнению, тормозящие процесс внедрения в школы знаний о здоровье и здоровом образе жизни, следующие: недостаточное понимание приоритета обучения здоровью в вопросе охраны здоровья школьников; не разработана концепция формирования культуры здоровья, не определены цели, задачи и содержание валеологического образования на уровне школьных программ, и, как следствие, недостаточно учебников по валеологии; существующие программы валеологического образования проработаны только на уровне разделов информации, которую необходимо донести до ребенка, отсутствуют дидактические и методические материалы; основная масса образовательных программ посвящена отдельным вопросам и никак не связана с базисным учебным планом; отсутствие источников информации о возможных проектах и хорошо зарекомендовавших себя программах здоровья; недостаточная методическая проработка и научная база для создания здоровьесберегающей системы; отсутствие целенаправленного финансирования разработок в области образовательных программ здоровья; отсутствие формальных связей школ с системой здравоохранения; недостаточно освещен вопрос гигиенической оценки технологий здоровьесберегающим потенциалом организма ребенка; не получили должного развития и научного обоснования вопросы быстрой, доступной и качественной диагностики состояния здоровья школьников [7].

Здоровье является интегральным понятием и должно рассматриваться согласно таким направлениям, как: педагогическое, медицинское, валеологическое (здоровьесберегающее), психологическое.

Сущность здоровьесберегающего образования одаренных детей состоит в сохранении их здоровья в учебно-воспитательном процессе, а так же в необходимости создания предметно-информационной образовательной сферы, в рамках которой обеспечивается свобода выбора и средств удовлетворения своих базовых потребностей.

Ведущими формирующими факторами для детей и подростков оказываются организация здоровьесберегающего образовательного процесса, режим дня, экология, внутренняя среда помещений, организация физического воспитания, медико-санитарная помощь и т.д. То есть, основной путь укрепления здоровья детей и подростков – создание благоприятных социально-экономических условий.

Таким образом, мы определили, что здоровьесберегающее образовательное пространство – это специально организованная образовательная среда, направленная на сохранение и укрепление психического, физического и нравственного здоровья учащихся, включающая ресурсные возможности образовательной системы в укреплении установок на поддержание здорового образа жизни, которая определяется как поведение, способствующее повышению защитных свойств организма, включая в себя оптимальный режим различных видов деятельности, отдыха, рациональное питание, оптимальную двигательную активность, физическую культуру, закаливание, соблюдение правил личной гигиены, медицинскую активность и динамическое слежение за своим собственным здоровьем, позитивное экологическое поведение. Все это основывается на принципе психологической комфортности, что предполагает снятие по возможности всех стрессообразующих факторов образовательного процесса; создание в школе и на уроке атмосферы, расковывающей детей. Реализация принципа психологической комфортности позволяет учителям не только укрепить эмоциональное

состояние своих воспитанников, но и повысить их работоспособность и творческую активность.

Здоровьесберегающее образовательное пространство предполагает организацию предметно-развивающей среды (выявление и развитие индивидуальных, психофизиологических особенностей детей дошкольного и школьного возраста), содержание непрерывного образования (Государственный стандарт образования, соответствие способов освоения содержания образования его развивающему и здоровьесберегающему характеру, соответствие содержания образования потребностям учащихся), и полное взаимодействие субъектов образовательного процесса (педагогов, родителей, учащихся).

Следовательно, для формирования здоровьесберегающего пространства в общеобразовательном учреждении важно учитывать все составляющие здоровья, реализуемые как через учебную, так и внеучебную деятельность учащихся, а так же оздоровление микроклимата.

Список литературы:

1. Апанасенко Г.Л. Валеология и фундаментальная наука // Валеология. – 2008.- №3. - С.4-15.
2. Выготский Л.С. История развития высших психических функций // Собр. соч.: в 6 т. - М., Педагогика. - 1983. – 392с.
3. Базарный В.Ф. Какие истины скрываются за строительством отечественной школы на так называемой «вертикальной основе», или «Что значит знать?». Образование и здоровое развитие учащихся. - М.: Ключ, 2005. – С. 36.
4. Кучма В.Р. Теория и практика гигиены детей и подростков на рубеже тысячелетий. – М.:Издательство НЦЗДРАМН. -2001.- 367 с.
5. Шепель В.М. Человековедческая компетентность менеджера // Управленческая антропология. – М.:Народное образование. – 1999.- 431 с.
6. Безруких М.М. Сонькин В.Д., Зайцева В.В., Безобразова В.Н. / Анализ здоровьесберегающей среды в учреждениях общего образования / М.М. Безруких, // Валеология. – 2005. - №4. - С.85-93.
7. Касаткин В.Н. Комплексная программа здоровья в школе // Школа здоровья. -1997. - №3. -С.7-19.





Создание здоровьесберегающей среды в начальный период обучения в школе

Милкина Г.А.

заместитель директора по УР
КГУ «Средняя школа №26»
акимата города Усть-Каменогорска

Мақалада оқушылардың оқу материалын меңгеру үрдісінде ойлау және тәжірибелік қызметінің әр түрлілігі мен белсенділігін қамтамасыз ететін әдістер жүйесі қарастырылады.

The article examines the system of methods of ensuring the activity and diversity of the cognitive and practical activities of students in the process of training.

«Чистота – основа здоровья,
Здоровье – основа богатства».
Казахская народная пословица

Здоровье ребенка отнесено к приоритетным направлениям социальной политики в области образования Республики Казахстан, поэтому одной из основных задач нового этапа реформирования системы образования становятся сбережение и укрепление здоровья учащихся. Воспитать обучающегося здоровым – значит, с самого раннего детства научить его вести такой образ жизни, который является залогом здоровья нации в целом.

В.А. Сухомлинский говорил: «Забота о здоровье ребёнка – это не просто комплекс санитарно-гигиенических норм и правил и не свод требований к режиму, питанию, труду, отдыху. Это, прежде всего, забота о гармоничной полноте всех физических и духовных сил, и венцом этой гармонии является радость творчества».

Сегодня среди приоритетных национальных проектов, осуществляемых в Казахстане, важное место занимает проект «Школы, способствующие укреплению здоровья» Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ). Это Школа, где человек не чувствует себя неполноценным, одиноким и покинутым. Реализация этой

идеи заложена в целевую комплексную программу «Валеологическое обучение и воспитание школьников», разработанную директором школы №26 г. Усть-Каменогорска Быстрянцева Т.В. в 1999 году. С 2001 г. школа является городской экспериментальной площадкой по этой проблеме и с 2001 г. входит в Национальную Сеть Школ, Способствующих Укреплению Здоровья, и в этом же году решением Акима г. Усть-Каменогорска ей присвоен статус городской экспериментальной площадки по валеологическому обучению и воспитанию.

Данная программа имеет следующую цель: создать благоприятные условия для всестороннего развития детей и сохранения их здоровья. Основными ее задачам являются: предоставить базовое образование, в соответствии с государственным стандартом; укрепить, сохранить здоровье и сформировать валеологическое мышление и культуру педагогов, учащихся и их родителей. А результатом программы выступает: обучение и воспитание нового поколения, здорового физически, психологически, нравственно, с развитым мышлением, адекватно

оценивающее свое место и предназначение в жизни.

Важная составная часть здоровьесберегающей работы школы – это рациональная организация урока. Показателем рациональной организации учебного процесса являются:

объем учебной нагрузки – количество уроков и их продолжительность, включая затраты времени на выполнение домашних заданий;

нагрузка от дополнительных занятий в школе;

занятия активно-двигательного характера: динамические паузы, уроки физической культуры, спортивные мероприятия и т.п.

Здоровьесберегающее обучение:

- направлено на обеспечение психического здоровья учащихся;

- опирается на природосообразность, преемственность, вариативность, прагматичность;

- достигается через учет особенностей класса; создание благоприятного психологического фона на уроке; использование приемов, способствующих появлению и сохранению интереса к учебному материалу; создание условий для самовыражения учащихся; инициацию разнообразных видов деятельности; предупреждение гиподинамии;

- приводит к предотвращению усталости и утомляемости; повышению мотивации к учебной деятельности; прирост учебных достижений.

Для отслеживания состояния здоровья всех субъектов образовательного процесса регулярно проводится мониторинг состояния здоровья, заболеваний опорно-двигательного аппарата, роли физической нагрузки на умственную работоспособность, анализа хронических заболеваний, освобождения от уроков физического воспитания, отнесения к спецмедгруппе и др.

Анализ мониторинга заболеваемости показывает, что многие учащиеся имеют сложные хронические заболевания, поэтому в школе созданы здоровьесберегающие условия:

• сбалансированное горячее питание - рациональное, своевременное, достаточное;

• индивидуальная работа на уроках физической культуры с детьми, отнесенных к специальной медицинской группе;

• соблюдение санитарно-гигиенических норм (рабочее место ребенка, световой, воздушный и тепловой режимы);

• создание положительного морально-психологического климата.

Созданная здоровьесберегающая среда – это целая система, которая направлена на укрепление здоровья всех субъектов УВП и включает:

- расписание занятий в школе оставлено с учетом норм СанПин и ранжирования предметов по шкале И.Г. Сивкова с разгрузочным днем – среда и не превышает предельно допустимую нагрузку в течение учебного дня. Учебные занятия чередуются по уровню сложности;

- в кабинетах соблюдаются световой, воздушно-тепловой режимы, проветривание на переменах. Проведение динамических игр и танцотерапии на переменах, а на уроках - валеопазулы и физминутки с использованием музыкального сопровождения;

- по валеомониторингу заполняются карты развития каждого ребенка на протяжении всех лет обучения с целью отслеживания развития каждого школьника и построение дальнейшей коррекционно-развивающей работы УВП по следующим блокам: «Здоровье»; «Психические процессы»; «Сформированность компетентностей»; «Мотивация», «Социальная сфера»; «Сформированность личностных качеств».

Валеомониторинг личности школьников позволяет выявлять группы учащихся с высоким тревожным уровнем развития психических процессов и слабых ключевых компетенций. Такие учащиеся требуют постоянной педагогической поддержки. Психолог составляет индивидуальные программы по дальнейшему развитию познавательных процессов, которые используют учителя-предметники. Для родителей проводятся индивидуальные консультации и родительские собрания.

Главной составляющей учебной деятельности является урочная деятельность. Использование современных здоровьесберегающих технологий является неотъемлемой частью образования XXI века.

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.

От соблюдения гигиенических и психолого-педагогических условий проведения урока в основном и зависит функциональное состояние школьников в процессе учебной деятельности.

Здоровый урок – это тот урок, в рамках которого удается активно управлять работоспособностью учащихся. Удерживая её на индивидуально-высоком уровне. Здоровый урок – это тот урок, плотность которого задается эффективностью предшествующего отдыха, урок, который сохраняет желание учащихся работать дальше. Здоровый урок – это тот урок, который не научает, а развивает. Создать такой урок и учить каждого в соответствии с его природными возможностями очень сложно. Постоянно приходится искать материал, соответствующий целям урока, способствующий снятию усталости, создавать комфортные условия для учебной деятельности и следовать принципу природосообразности.

Учителя активно внедряют в свою деятельность инновационные технологии: игровую, развивающего обучения, личностно-ориентированную, информационно-компьютерную. На занятиях используют электронные обучающие программы, задачи, загадки, кроссворды, видео и аудио фрагменты, которые позволяют снять эмоциональное напряжение в ходе занятия. Этот прием также позволяет решить одновременно несколько различных задач: обеспечить психологическую разгрузку учащихся, дать им сведения развивающего и воспитательного плана, показать практическую значимость изучаемой темы, побудить к активизации самостоятельной познавательной деятельности. Использование разнообразных форм и методов организации учебной деятельности, создают атмосферу заинтересованности каждого ученика в работе, создают педагогические ситуации общения на уроке, позволяющие каждому ученику проявлять инициативу, самостоятельность. Использование психологических настроев, присутствие доброжелательной обстановки, доверительных отношений позволяет ученикам свободно демонстрировать свои знания, получать новую информацию.

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.

Любовь к детям, отсутствие прямого принуждения, приоритет положительного стимулирования, терпимости к детским недостаткам в сочетании с проявлениями демократизации отношений – правом ребёнка на свободный выбор, на ошибку, на собственную точку зрения способствуют формированию здоровой психики и, как следствие, высокого уровня психологического здоровья.

Качественное образование сегодня невозможно без экономических и экологических знаний, которые становятся надежным способом распространения базовых экономических знаний, средством адаптации школьников к социально-экономическим реалиям современной жизни. С 2005 г. в начальной школе внедряется интегрированный курс «Наш дом» средствами предмета «Познание мира», работу которого возглавляет Дзюба Н.М., учитель начальной школы. Основная задача курса «Наш дом» – формирование ценностно-смысловой компетенции учащихся, а именно способности понимать окружающий мир, осознавать свою роль в мире. Наряду с программой обучения дети осваивают и программу социализации, обусловленную характером межличностных взаимоотношений, складывающихся в процессе учебной и трудовой деятельности, готовности войти во взрослую жизнь. При разработке курса педагоги используют большой объем научной информации, возможности информационных технологий. Эффективность усвоения учащимися программного материала достигается с помощью методов, присущих естественным наукам: проведение наблюдений, опытов, демонстрация натуральных объектов.

С 2006 года школа использует Международные программы 2001-2014 годов «Образование для Всех и Образование для Устойчивого Развития» по формированию жизненных навыков школьников и экологического воспитания учащихся. Воспитание экологической культуры, бережного отношения к природной среде и её ресурсам, внедряется через участие учащихся с родителями в ежегодных акциях:

«Именное дерево», «Кормушка», «Цветущий двор», «Чистый город, чистые дворы, чистая школа», которые предусматривают улучшение и облагораживание окружающей среды как внутри здания, так и на школьной территории. Проведение трудотерапии является одним из немаловажных моментов воспитания ЗОЖ.

Побудить стремление к научно-исследовательской работе, развить интеллектуальные и творческие способности учащихся осуществляется через проведение научно-исследовательской работы школьного общества «Эврика». Особо ценны проекты по здоровому образу жизни и экологические проекты, т.к. заставляют ребят задуматься о красоте, хрупкости природы, бережном отношении к ней. Ежегодно учащиеся начальной школы принимают участие в школьной конференции «Шаг в науку», по итогам которой отбираются проекты на городской конкурс. Победители городских конкурсов проектов: «Мое любимое дерево сирень», Милкина Виктория, 2 класс, 3 место; «Как я выполняю режим дня», Суров Дмитрий, 2 класс, 2 место; «Сколько весит портфель?», Суров Дмитрий, 4 класс, 2 место.

Формирование здорового образа жизни продолжается во внеурочное время через внеклассную деятельность, цель которой вовлечение в разнообразную внеурочную деятельность, формирование у учащихся бережного отношения к здоровью, укрепление его, осознанное ведение и пропагандирование здорового образа жизни,

занятие физкультурой и спортом. Около 73% учеников школы активно посещают клубы и студии по интересам: музыкально-театральную студию «Улыбка», хореографическую студию «Ритм», ИЗО-студию, вокально-хоровую студию «Звонкие голоса», предметные кружки: «Тілашар» и «Қожанасыр әлемінде»; спортивные секции: волейбол, баскетбол, легкая атлетика, акробатика, каратэ-до, фехтование. Все виды этих занятий позволяют формировать левое полушарие ребенка, которое развивает творческие способности личности.

Немаловажное значение в формировании вопросов здоровья, его сохранение и укрепление играет семейное воспитание, т.к. родители в этом заинтересованы больше всего. Нашей общей целью является осуществление целенаправленного сотрудничества с родителями, оказание психолого-педагогической помощи в укреплении семейных традиций и в воспитании ребёнка как заботливого и внимательного члена семьи и общества. Наши родители являются активными участниками совместно проводимых праздников, конкурсов, викторин. Стали традиционными праздники «Папа, мама, я – спортивная семья» и коллективный выезд на природу. Вся эта целенаправленная и системная работа помогает учителю вовремя и целенаправленно оказать ребенку педагогическую поддержку, направить к узкому специалисту, правильно регулировать учебную нагрузку, а главное – учить беречь своё дорогое здоровье и формировать навыки здорового образа жизни.





Здоровьесберегающие технологии на уроках русского языка в классах с государственным языком обучения

Шаяхметова Г.А.

учитель русского языка и литературы
КГУ «Средняя школа №27
акимата города Усть – Каменогорска

Мақаладағы көтеріліп отырған мәселелер өзекті, себебі өсіп келе жатқан жас ұрпақтың денсаулығы қазіргі қоғамда ерекше назар аударуды талап етеді. Мақаланы практикалық бағытта қолдануға болады. Автор ұсынып отырған денсаулық сақтау технологиясының кейбір элементтері оқушылардың тек материалды жақсы меңгеруіне ғана емес, денсаулықтарын сақтауға да өз ықпалын тигізеді.

The Problems considered in this article, actual, because the health of growing generation requires special attention in modern world. The Article has a practical directivity. The Author is presented the health saving technologies, as promoting not only the best assimilation of the material, but also the conservation of the health.

Переход на новые образовательные стандарты требует от учителя не только высокой профессиональной компетенции, освоения нового содержания образования, но и овладения современными образовательными технологиями, инновационными программами. Обновление и совершенствование технологии обучения в настоящее время невозможно без использования здоровьесберегающих технологий. Медицинские исследования последних лет свидетельствуют, что здоровье наших детей под угрозой. Поэтому проблема здоровья ребенка имеет первостепенное значение и для нашего государства – Республики Казахстан. Каждый учитель должен стремиться внести свой посильный вклад в сохранение здоровья молодого поколения.

Русский язык и литература – серьёзные и сложные предметы, на которых учащимся приходится много писать, и нам, учителям-словесникам, надо уделять особое внимание здоровьесберегающим технологиям. Что может сделать учитель на уроках русского языка и литературы? Прежде всего, не допускать перегрузки учеников, определяя оптимальный объём учебной информации, учитывать интеллектуальные, физиологические особенности учащихся,

индивидуальные способности каждого ученика.

Самостоятельная работа, работа с учебником (устно и письменно), творческие задания – необходимый элемент на каждом уроке. Они способствуют развитию мыслительных операций памяти и одновременно отдыху ребят.

Применяя на своих уроках технологию модульного обучения (Жанпеисовой М.М.) с внедрением регионального компонента, использую ролевые, ситуационные игры, которые снимали бы усталость. Еще одна особенность обучения данной технологии в том, что ученик вправе выбрать задание исходя из своей внутренней установки на возможность ее выполнения. Так как разноуровневые задания способствуют сохранению здоровья учащихся, я разрабатываю трехуровневые задания. Задания первого и второго уровней предполагают усвоения программного материала, а задания третьего уровня рассчитаны на развитие творчества учащихся.

Одна из ключевых проблем любого обучения – проблема удержания внимания учащихся. И здесь нам могут помочь ИКТ, прежде всего, использование компьютера на уроке.

В 5-м классе при изучении темы «Падежи имени существительного» для осуществления воспитательной цели показываю детям на компьютере видеозапись «Усть-Каменогорск зимой» и даю задания:

1 уровень. Ребята, вы посмотрели сюжет о

Имя существительное	Признаки существительного
небо	безоблачное, чистое, синее и т. д.
снег	
деревья	
иней	
ветер	
сугробы	
воздух	
сосульки	
мороз	

3 уровень. Прочитайте отрывок из стихотворений местной поэтессы Галины Логачевой (*связь с литературой*). Определите падеж выделенных существительных.

Закружилась **метель**, запорошила...

На опавшей **листве** – снега.

Песней звонкою, расхорошею

Превратил их **в жемчуга**.

Ветви **ясени** чуть качаются

Разгорается новый день.

А ты, **зимушка**, раскрасавица;

Ясень теплой **шубой** одень.

Домашнее задание (на выбор)

1-ый уровень: упражнение №4, страница 124.

2-ой уровень: упражнение №5, страница 125.

3-ий уровень: напишите мини-сочинение:

нашем городе зимой. Какие существительные вы можете назвать на тему: «Зима»?

2 уровень. Напишите признаки к названному существительным.

«Зима в нашем городе».

Изучение числительных дает возможность использовать тексты, рассказывающие детям об истории Олимпийских игр, завоеванных медалях нашими казахстанскими спортсменами в разные периоды.

Используя различные стратегии критического мышления на уроке развития речи в 7 классе «Животный мир Восточного Казахстана», читаю произведения о животных, о родном крае, о сохранении животных, о занесении редких животных в Красную Книгу Казахстана.

Далее учащиеся заполняют таблицу «ЗХУ». Они пишут, что знают, что хотят узнать, что узнали о животном мире Восточного Казахстана.

Знаю	Хочу узнать	Узнал (а)
		

Учитывая возрастные особенности учащихся, в каждом классе провожу диктанты на валеологические темы: «Гимн водорослям» (120 сл.); «Грипп» (76сл.); «Как предотвратить близорукость?» (42сл.) и другие.

При изучении наклонений глаголов рассматриваю режим дня школьника с последующим его обсуждением. При изучении односоставных предложений предлагаю творческие задания на тему:

«Береги свое здоровье», «Прогулка или компьютер» и т.д. Ребята могут прочитать собранные ими высказывания, пословицы и поговорки о здоровье на русском языке и перевести их на казахский язык.

Применяю различные тестовые задания с выбором ответа, с открытым ответом; задания на перегруппировку; на распознавание ошибок, на поиск ошибок, что позволяет избежать монотонности на уроке. Так как спокойная, доброжелательная

обстановка урока положительно влияет на работоспособность учащихся, при планировании урока включаю многократные зарядки-релаксации, в общей сложности, отводя на них 3-5 минут. Цель проведения релаксации – снять напряжение, дать детям небольшой отдых, вызвать положительные эмоции, хорошее настроение, что ведёт к улучшению усвоения материала.

Это может быть небольшая *физминутка*, например:

Определить части речи названного слова. Если это существительное – *хлопаем*, если глагол – *топаем*. Бежать, насморк, беречь, температура, болезнь, нездоровится, чувствовать, прививка, гигиена, закаляться, вырасти и т.д.

Правительством Республики Казахстан

реализуется Государственная программа развития здравоохранения «Саламатты Қазақстан», нацеленная на улучшение здоровья граждан Казахстана для обеспечения устойчивого социально-демографического развития страны. И работа по здоровьесбережению должна проводиться систематически и целенаправленно, что является важным условием успешной работы по охране и укреплению здоровья детей.

В ходе всей деятельности в направлении здоровьесбережения на уроках русского языка и литературы вижу определённые положительные результаты: осознание личной потребности в здоровье становится все более прочным и разносторонним.



Бастауыш мектеп жағдайында денсаулық сақтау технологияларын қолданудың ерекшеліктері

Каманова С.Д.

Өскемен қаласы әкімдігінің
«№16 орта мектебі» КММ,
бірінші санатты бастауыш
сынып мұғалімі

В этой статье отражены элементы здоровьесберегающей технологии для учащихся младшего школьного возраста.

In this article is given the importance of using health saving technologies in elementary classes.

Қазіргі уақытта әлеуметтік экономикалық даму кезеңінде денсаулық сақтаудағы жеке тұлғаның рөлі көтерілуде. Елбасымыз Н.Ә.Назарбаев өзінің «Қазақстан – 2030» Стратегиясы» атты Қазақстан халқына жолдауында халықтың әлеуметтік жағдайын жақсартуда денсаулықты сақтаудың маңызы туралы және салауатты өмір сүру салтын дамытудың қоғам үшін аса қажеттігі туралы айтып өткен болатын.

Қазақстан Республикасының Ата заңында, "Білім туралы" Заңында, Білім беруді

дамытудың 2011–2020 жылдарға арналған мемлекеттік бағдарламасында жас ұрпақтың денсаулығын сақтау мен нығайту бойынша белсенді іс-шаралардың қажеттігі мен мемлекеттік маңызды басымдылық ретінде көрсетілетіндігі жайдан емес.

Денсаулық дегеніміз – аурулардың жоқтығы ғана емес, ол физикалық шынығудың белгілі бір деңгейі, психикалық және физикалық сәттіліктің негізі. Денсаулықты сақтау мен қайта қалпына келтіру әр адамның өзіне байланысты. Ол

оған әрекеттенгенде ғана жетеді. Жасалатын әрекет саналы түрде, өз сұранысын қанағаттандыру үшін жасалу қажет. Денсаулықты сақтау үшін салауатты өмір салтына оң ықыластың болғаны жөн. Бұл ретте оқушы тұлғасы ең құнды дүние болып табылады.

Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымының мәліметі бойынша адам денсаулығының 52% оның өмір сүру тәртібі мен жағдайына байланысты екендігін көрсетеді. Қазақстан Республикасының оқушыларды дәрігерлік тексеруден өткізген нәтижесі бойынша балалардың 44,8% ауру екендігі, олардың ішінде 35%-ы үнемі дәрігерлік бақылауда болу керектігін көрсетті.

“Денсаулық” ұғымының мұғалімдер мен оқушылардың денсаулығына байланысты қатынасының маңызы зор, себебі білім беру мекемелері баланы әлеуметтендіру бойынша маңызды буын, ол жерде өзге де құндылықтармен бірге, денсаулықтың құндылығын игереді, өз денсаулығы мен өзге қоршаған адамдар денсаулығын сақтау мотивін қалыптастырады.

Ғылыми мәліметтерге сүйенсек, қазіргі бастауыш сынып оқушыларының денсаулық жағдайына орай, білім беруде денсаулық сақтау парадигмасын жүзеге асыру қажеттігін көрсетеді. Білім беру жүйесі білім беру мекемелерінде оқушының денсаулығын сақтау мен дамытуды қамтамасыз ететін қолайлы денсаулық сақтау ортасын құруды талап етеді. Оқушының оқу мен тәрбиесін денсаулық сақтау тұрғысынан ұйымдастыру дегеніміз – оның рухани және физикалық сәтті жағдайын қорғауға бағытталған психопедагогикалық және санитарлық-гигиеналық негіздеріне сүйенген салауатты өмір салтының принциптерін жүзеге асыру.

Қазақстан Республикасының бүгінгі күнгі білім беру тұжырымдамасы мен білім беру жүйесін реформалаудың негізгі бағыттарындағы оқыту үрдісінің педагогикалық технологиялары ретінде және денсаулық сақтауды ұйымдастырудағы жаңалық ретінде оқу-тәрбие үрдісіне денсаулық сақтау технологиялары енгізілуде. Оқыту мазмұнына жаңалық ендіру оқу үрдісіне қатысушылардан үлкен күш пен еңбекті талап ететін үрдіс. Ол өз кезегінде **ф и з и о л о г и я л ы қ ш а р ш а у м е н п с и х о э м о ц и я л ы қ а р т ы қ ж ү к т е м е т ү р і н д е г і а ғ з а н ы ң ф у н к ц и о н а л д ы қ а х у а л ы н ы ң ә р т ү р л і а у ы т қ у л а р ы н т у д ы р а д ы .** Сол себепті де бастауыш сынып оқушыларында созылмалы аурулар, психиканың бұзылуы және стрестік

жағдайлар көп болады. Сондықтан болар арнайы мамандандырылған мектептерде жалпы білім беретін мектептерге қарағанда оқушылар көп ауырады. Денсаулық сақтау технологияларында күтілетін параметрге адамның (бала, жасөспірім, ересек адам) физикалық, психологиялық, әлеуметтік жағдайының сәтті болуы жатады. Ал педагогикалық технологиялар күтілген параметрлерге жетуді жеңілдететін біршама талаптарға жауап береді. Технологиялардың негізгі ерекшелігі соңғы нәтижені алдын-ала болжай алатындығында.

Технология дегеніміз – білім беру үрдісіне қажетті әдіс-тәсілдер жүйесін және техникалық, адами ресурстарды пайдалану арқылы оқытуды жетілдіре отырып, білімді меңгерту.

Денсаулық сақтау технологияларының мақсаты – оқушының мектепте жүрген кезінде денсаулығын сақтау, оның денсаулығын сақтау туралы білім, білігі мен дағдыларын қалыптастыру, алған білімдерін қолдана білуге үйрету. Барлық денсаулық сақтау технологияларының негізгі ерекшеліктері – оқушылар денсаулығын үнемі экспресс-диагностикадан өткізіп, бақылап отыру және ағзаның қалыпты дамуын бақылап, оқушы денсаулығы туралы қажетті қорытындылар (оқу жылының басы мен аяғында) жасап отыру.

Оқу-тәрбие үрдісіне денсаулық сақтау технологияларын жасау мен ендіруде ғалымдар мынадай бағыттарды ерекше көрсетеді:

а) оқушы ағзасын шынықтыруға негізделген оқу пәндерін тереңдетуге технологиялық жоспарлар жасау;

б) оқушы қатысатын денешынықтыру, спорттық секция мен мектептен тыс спорттық ұйымдардағы денсаулық сақтау компоненттерін жетілдіру;

в) оқытудың мазмұнын оқушы денсаулығын сақтау технологияларына бейімдеу (оқушының демалысын, денсаулығын қалпына келтіруге бағытталған жаңа режимде жұмыс жасау, оқушылардың дұрыс тамақтануы, витаминді тамақтануы, дәрігерлік-гигиеналық қамсыздандыру);

г) оқушының ортасы мен мектептің медико-биологиялық ресурстарын денсаулық сақтау мақсатында тиімді қолдану.

Мұғалімнің алдында жеке-тұлғалық ерекшеліктері бойынша әр түрлі құрамды оқушылар болады. Олардың әр бірінің деңгейіне сәйкес оқу-тәрбие үрдісін

ұйымдастыру мұғалімнен үлкен психологиялық-педагогикалық, кәсіби-педагогикалық біліктілікті қажет етеді.

Гигиеналық талаптарды орындамау оқытудың денсаулық сақтау технологияларының тиімділігін төмендетеді.

Жоғарыда келтірілген құралдарды пайдалануға қойылатын бірден-бір талап – оларды жүйелі, кешенді түрде қолдану қажет. Олар:

- алдын алу әдістері қолданылатын сабақ түрінде;
- функционалдық музыкаларды қолдану;
- сабақты аудио сүйемелдеу;
- жоғары мен төмен белсенділікті қажет ететін сабақтарды кезек қою арқылы;
- жаппай спорттық -сауықтыру іс-шаралары арқылы;
- денсаулық мерекесі;
- табиғатқа серуендеу;

- экскурсия;
- оқушының ата-анасымен жұмыс бағыттарында салауатты өмір салтын насихаттау мақсатында ата-аналар жиналысында денсаулық сақтау технологиялары арқылы ұйымдастыру-теориялық, практикалық сабақтарды өткізу;
- педагогикалық ұжымды оқып үйрету барысында қолданылуы мүмкін.

Сондықтан да бірінші кезекте сынып жетекшісі мен ата-аналар – баланың қызығушылығы мен жас ерекшеліктерін ескеріп, оның рухани және физикалық еркін дамуына жағдай жасап, қорғау қажет. Сынып жетекшісі барлық балалардың физикалық дамуы туралы білу керек, ал балалар өз денсаулығындағы күдікті жағдайлар болса, ол туралы жасырмай айту қажет. Оқушы тек орындаушы ғана емес, сондықтан оның тұлға болып қалыптасуына көмек беру керек.



Возможности курса самопознание в реализации задач здоровьесбережения школьников

Суканова Е.А.

педагог – психолог, учитель самопознания
КГУ «Средняя школа № 36»

Мақалада өзін-өзі тану сабағында жас жеткіншектердің бойында салауатты өмір салтын қалыптастырудың мүмкіндіктері қарастырылады. Өзін-өзі тану пәні бойынша сабақтан тыс уақытта жұмыстың интерактивті түрлері арқылы оқушылардың функционалды сауаттылығын арттыру мәселесі көтеріледі. Мектептің тәрбие жүйесіндегі жұмыс бағдарламасына өзін-өзі тану пәнін ықпалдастыру тәжірибесі берілген.

This article undertakes potentiality of self-knowledge lessons in cultivating healthy life style among teenagers. The main issue of the article is improving learners' functional literacy by using interactive forms in extra-curricular activities. The paper includes experience of integrating self-knowledge into school educational system programme.

«Кто здоров, тот и молод», - сказал Г.Бон. Но нынешние реалии общества неустанно доказывают обратное. Ведь по свидетельству официальных документов здоровье наших детей в последние десятилетия значительно

ухудшилось. Мы часто слышим такое мнение: приходит ребенок в первый класс здоровым, а оканчивает школу глубоко больным. Но и с этой фразой можно поспорить. Ведь если изучить медицинские

карты дошкольников при поступлении в 1-ый класс, то процент здоровых детей составляет 67%, у 30-33% будущих первоклассников выявлены хронические заболевания. Отсюда напрашивается вывод, что дети изначально приходят в школу с проблемами со здоровьем и в течение учебы они его не восстанавливают, а ещё более ухудшают и процент здоровых выпускников снижается до 23%.

Так, по данным статистики, в 5 раз повышается число детей с нарушениями зрения, опорно-двигательного аппарата, в 3 раза увеличивается количество детей с заболеваниями желудочно-кишечного тракта. Следует отметить, что мы берем во внимание только аспект физического здоровья человека, но ведь если в основу понятия «здоровье» положить определение ВОЗ, которое звучит так «Здоровье - это не только отсутствие заболеваний, но и духовное, социальное, физическое и психологическое благополучие личности», то получается, большинство наших первоклассников условно здоровы, так как проблемы нравственной, духовной, психологической составляющей здоровья наших ребят отчетливо видны при первом же знакомстве с будущим учеником. А в течение учебы в школе в 4 раза повышается количество детей с нарушениями психического здоровья.

Исходя из многолетнего опыта психологического сопровождения УВП, работая учителем самопознания с момента внедрения данного образовательного проекта, считаю особенно актуальным использовать потенциал предмета в реализации задач здоровьесбережения школьников различных возрастных категорий в контексте духовно-нравственного воспитания.

Все глобальные проблемы человечества: экологическая, демографическая, политическая отражаются как в зеркале в подрастающем поколении. Кризисы, которые переживает общность людей: индивидуальный, общественный, экологический, выводят духовное здоровье нации на приоритетные позиции.

Исходя из утверждения о том, что 50% здоровья человека зависит от его образа жизни, заставляют нас осознать важность просветительской деятельности в адрес учащихся, которая и будет формировать ценностное отношение к здоровью наших воспитанников и повышать роль примера родителей в воспитании здорового

поколения.

Уроки самопознания содержат массу возможностей для систематической организации работы по формированию базового фундамента здоровья личности. Все разделы и темы содержат материал урока, который позволяет малыми порциями убеждения через яркие примеры, мудрые мысли, философское наследие предков, а главное, через организацию деятельностного подхода на уроках подвести детей к изменениям в собственных убеждениях и смещение акцента с ценностей материального мира на духовные, остающиеся неизменными через века: любовь, истина, ненасилие, вера, милосердие, внутренний покой, праведное поведение.

Структура урока самопознания, приёмы урока позволяют детям задуматься, раскрепоститься, позволить мыслить свободно, не боясь ошибиться и получить неудовлетворительную оценку. Так, прием урока «Размышление над ситуацией» дает возможность учителю организовать обсуждение и выбор выхода из любой трудной жизненной ситуации, которая не оторвана от реальности, а является отражением имеющего жизненного опыта подростков. Приём урока «Упражнение» заставляет учащихся через содержание задания осуществлять проекцию учебного материала на его индивидуальный опыт. Благодаря упражнениям школьники развивают жизненные навыки, а значит идет формирование бытовой формы функциональной грамотности подростка.

Интеграция учебных дисциплин с предметом самопознания позволяет учителю аргументировано доказать вредоносность социально-опасных явлений: табакокурение, алкоголизма, наркомании. Убедить в пагубном влиянии брендовых напитков: таких как кока-кола, пепси-кола, энергетических коктейлей или раскрыть истинный состав излюбленных молодежью чипсов, киришечек на неокрепший организм подростка через базовые предметные знания химии, биологии. Это как раз тот момент, когда получение учебных знаний не является безжизненным багажом абстрактных понятий, а имеет прямое применение в жизни, что обеспечит снижение функциональной безграмотности выпускников, когда изменение жизненной ситуации становится стопорирующим фактором для разновариантного взгляда на принимаемые всеми понятия.

Интеграция самопознания в воспитательную систему работы школы позволит вовлечь в решение задач здоровьесбережения школьников всех участников УВП. В 2012 году была внедрена программа психологического

сопровождения реализации рабочих программ воспитательного отдела школы по формированию духовно-нравственного воспитания. Модель реализации данной программы представлена в схеме 1.



Следует отметить, что учитель самопознания, обладающий профессиональным уровнем психологических знаний, наиболее эффективно решает разноплановые воспитательные цели и задачи.

Механизм реализации программы в контексте решения задач здоровьесбережения учащихся осуществлялся учителем самопознания (педагогом-психологом) через организацию и проведение следующих мероприятий:

- дебаты для учащихся старших классов на тему «Вредные привычки – модная тенденция или слабости подрастающего поколения»;
- конкурс электронных мини-проектов «Как я понимаю понятие ЗОЖ»;
- серия видео лекций по профилактике социально-опасных явлений в подростковой среде;
- разработка коллажей с пропагандой

ЗОЖ.

Интерактивные формы работы с учащимися старших классов являются уникальной возможностью для выработки таких алгоритмов поведения в обществе, формирование таких ценностей и базовых знаний, которые позволяют более успешно социализироваться завтрашнему выпускнику, а значит повысить уровень функциональной грамотности будущих самостоятельных граждан своей страны. Причем, вы видите, что данная работы успешно формирует различные формы ФГ, как то коммуникативная грамотность, компьютерная грамотность, бытовая грамотность.

Также хотелось бы сделать акцент на важности организации работы с родительской аудиторией. Ведь социологические исследования показывают, что влияние семьи на ребенка (40%) сильнее, чем воздействие других факторов: СМИ –

30%, школа-20%, улица-10%. Поэтому убеждение родителей в важности культивирования в семье ценностного отношения к здоровью, пропаганда личным примером ЗОЖ должно стать первостепенным в работе классного руководителя, учителя самопознания, любого учителя-предметника, выходящего на взаимодействие с родителями. Просвещение взрослых – задача не из простых, но деятельностный подход, весомые аргументы, мудрость великих, яркая визуализация обеспечит вовлечение родителей в осознанный процесс изменения себя – своих позиций во взглядах на собственный образ жизни и его проекция на детей. Родительские собрания, мини-тренинги, решение проблемных ситуаций, организация деловых игр, видео-лекции, интерактивные формы, которые заставят родителей быть активными участниками, а не просто пассивными слушателями вовлекают родителей в тесное взаимодействие со школой, а значит, укрепляют детско-родительские отношения, сокращают дистанцию недоверия и отчужденности, которая сейчас повсеместно наблюдается в семьях современных учеников.

Таким образом, использование возможностей содержания уроков самопознания в решении задач здоровьесбережения, интеграция

самопознания с другими учебными дисциплинами и в воспитательную систему работы школы, использование интерактивных форм работы с учащимися и родителями, обеспечивают формирование компетентности будущих выпускников, как наиболее высокий уровень функциональной грамотности учащихся, позволяющий решать задачи в различных сферах жизнедеятельности на базе усвоенных теоретических знаний. Иными словами, способность применять эти знания в практической деятельности, самостоятельно вырабатывать на базе таких знаний практические умения, в том числе и умения, обеспечивающие здоровый образ жизни подрастающего поколения.

Список литературы:

1. Антонова Л.Н. Психологические основания реализации здоровьесберегающих технологий в образовательных учреждениях / Л.Н. Антонова.- М.: МГОУ, 2004. - 100с.
2. Здоровьесберегающая деятельность школы в учебно-воспитательном процессе: проблемы и пути их решения // Школа.-2005.- №3.- С.52-87.
3. Тверская Н.В. Здоровьесберегающий подход в развитии успешности ученика/Н.В. Тверская // Образование в современной школе.-2005, -№2. -С.40-44.





Здоровьесберегающие образовательные технологии в школе

Русанов В.П.,

д.п.н., профессор, ВКГУ им. С.Аманжолова

Гончарова М.С.

старший преподаватель,
ВКГУ им. С.Аманжолова

Авторлар бұл мақалада заманауи мектептегі жұмыстың балалар денсаулығын сақтауға және нығайтуға арналған стратегиялық бағыттарын айқындайды, сонымен қатар денсаулық сақтау технологияларының негізгі түрлері жөнінде баяндайды.

In article authors reveal the strategic directions of work of modern school on preservation and strengthening of health of children, and also main types of health saving technologies are described.

Проблема сохранения и укрепления здоровья учащейся молодежи исключительно важна и актуальна в связи с тем, что в последнее время произошло значительное снижение состояния здоровья среди этой возрастной категории. По данным ВОЗ, практически здоровых детей у нас около 10%, около 40-50% имеют различные заболевания, остальные дети составляют группу «между здоровьем и болезнью». Особенно частыми у детей встречаются заболевания сердечно-сосудистой системы, органов зрения, опорно-двигательного аппарата, нервной системы и др. Так, за период обучения в школе у детей в 1,5-2 раза увеличивается нарушение опорно-двигательного аппарата, в 2 раза заболевания нервными болезнями, аллергическими болезнями в 3 раза, близорукостью в 5 раз. Негативные воздействия особо возрастают при интенсивной учебной нагрузке и несоблюдении режима труда и отдыха [2,4].

Школа пытается реагировать на эти изменения. Педагоги осознают свою причастность и ответственность за неблагополучие в состоянии здоровья учащихся и видят решение проблемы негативного влияния школы на здоровье детей и педагогов в овладении необходимыми здоровьесберегающими образовательными технологиями, цель которых – обеспечить школьнику возможность сохранить здоровье за период обучения в школе, сформировать

необходимые знания, умения, навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни [5].

Перед учителем, готовым использовать в своей работе здоровьесберегающие образовательные технологии, как правило, возникают следующие проблемы:

- необходимо объективно оценить свои достоинства и недостатки, связанные с профессиональной здоровьесберегающей деятельностью, составить план необходимой коррекции и приступить к его реализации;

- пройти необходимое повышение квалификации по вопросам оздоровления детей и использования здоровьесберегающих образовательных технологий в учебном процессе;

- провести «ревизию» используемых в своей работе педагогических методик, приемов в аспекте их предполагаемого воздействия на здоровье учащихся;

- начать целенаправленную реализацию здоровьесберегающих образовательных технологий в ходе проведения учебных занятий и внешкольной работы с учащимися, отслеживая получаемые результаты с помощью объективных методов оценки;

- содействовать формированию в своем образовательном учреждении здоровьесберегающей образовательной среды как эффективному взаимодействию всех членов педагогического коллектива, учащихся и их родителей для создания

условий и реализации программ, направленных на сохранение, *формирование и укрепление здоровья.*

То, что процесс обучения в школе оказывает неблагоприятное воздействие на учащихся известно давно. К основным причинам неблагоприятия здоровья детей относят:

- стрессогенные технологии проведения уроков в школе;
- недостаточную грамотность родителей в вопросах сохранения здоровья детей;
- функциональную 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;
- недостаток двигательной активности в режиме учебного дня;
- чрезмерную интенсификацию образовательного процесса за счет использования современных технологий обучения (развивающего, проблемного, модульно-рейтингового обучения);
- несоблюдение элементарных гигиенических и физиологических требований к уроку (перегрузка учебными занятиями, плохая освещенность классов, недостаток кислорода в помещениях для занятий, неправильная окраска стен, форма учебных столов и др.);
- компьютеризация обучения, создающая дополнительную нагрузку на зрение и психику;
- неправильную организацию питания школьников;
- неэффективно построенную систему физического воспитания, которая приводит к снижению двигательной активности школьников, и не обеспечивает их должную физическую подготовку [4].

Таким образом, существующая система школьного образования имеет здоровьезатратный характер. Она создает у школьников постоянные стрессовые перегрузки, которые приводят к «поломке» механизмов саморегуляции и физиологических функций и способствуют развитию хронических болезней.

Анализ школьных факторов риска показывает, что большинство проблем здоровья учащихся создается и решается в ходе ежедневной практической работы учителей, т.е. связано с их профессиональной деятельностью. Поэтому учителю

необходимо найти резервы собственной деятельности в сохранении и укреплении здоровья учащихся.

Здоровье каждого человека во многом зависит от использования физкультурно-оздоровительных технологий, под которыми понимается способ реализации двигательной деятельности (аэробика, фитнес, шейпинг, оздоровительный бег, плавание, туризм и др.), направленной на достижения и поддержание физического благополучия и на снижение риска развития заболеваний средствами физической культуры и спорта.

Физическая активность школьника должна складываться из двух форм занятий:

- повседневных движений и малых форм физических нагрузок (УГГ, физкультурные паузы, подвижная перемена, прогулки и др.), включенных в режим учебного дня и обеспечивающих поддержания высокого уровня работоспособности школьников течение всего времени обучения;
- больших форм (занятия физической культурой и спортивной тренировкой), дающих значительный прирост физической подготовленности школьников.

Большое профилактическое значение имеют и самостоятельные занятия детьми физическими упражнениями. Ежедневная утренняя гимнастика, прогулки или пробежки на свежем воздухе благоприятно влияют на организм ребенка, повышают тонус мышц, улучшают кровообращение и газообмен, а это положительно влияет на состояние здоровья школьников и их работоспособность. Важен активный отдых и в каникулы: школьники после отдыха в оздоровительных лагерях начинают учебный год, имея более высокую работоспособность [1, 3].

В настоящее время в Республике Казахстан выделяются два стратегических направления работы школ по сохранению и укреплению здоровья школьников:

- медицинское (насыщение школ медицинским оборудованием);
- психолого-педагогическое – обеспечивающее профилактическое направление и исключение вредных факторов воздействия, которые можно разделить на две большие группы:

Первая группа – факторы, непосредственно связанные с образовательным процессом и образовательными учреждениями. К ним мы относим:

- 1) Низкий уровень мотивации детей на сохранение и укрепление индивидуального

здоровья. Родители, зачастую, заботу о здоровье своих детей перекладывают на врача, тем более, что это освобождает их от необходимости «работать над здоровьем детей», жить в постоянном режиме ограничений и нагрузок, необходимых для сохранения здоровья. Подавляющее число болезней возникает вследствие ведения неправильного образа жизни.

2) Воздействие экологических факторов. Территория ВКО – это зона экологического неблагополучия, а это определяет неблагоприятное воздействие на здоровье людей, воды, воздуха, выращенных на этой земле овощей, фруктов, продукции животноводства и др.

3) Воздействие неблагоприятных для здоровья антропогенных и техногенных факторов (электромагнитных полей; социально-психологических стрессов, неизбежных при интенсивных межличностных взаимодействиях, средств массовой информации, рекламы, др.). Все это вызывает неврозы, депрессивные состояния, проявления агрессии, рост потребления алкоголя, наркотиков.

4) Отсутствие целостной и целенаправленной системы формирования культуры здоровья, связанной:

- с проблемой обучения здоровью (зачастую школьники плохо знают, как укреплять свое здоровье);

- с низким уровнем санитарно-гигиенической просветительной работы (чаще всего СМИ ориентирует население на лечение, а не на предупреждение болезней);

- отсутствием «моды» на здоровье (при ранжировании 17 жизненно-важных ценностей, здоровье у школьников занимает 9-10 место, по сравнению, например, с данными в США – 1 место).

5) Несформированность культуры здоровья у преподавателей, неблагополучие их состояния здоровья.

6) «Забалтывание» проблемы здоровья (зачастую реальная деятельность по укреплению здоровья подменяется рассуждением на эту тему, а проблема не реализуется).

Вторая группа – внутришкольные факторы, имеющие непосредственное отношение к проблеме здоровьесбережения детей. К ним мы относим:

1) Интенсификацию и нерациональную организацию учебного процесса, которые связываются с увеличением количества учебного времени в сутки (до 13-15 часов), объемом учебной нагрузки,

несоответствующей гигиеническим требованиям, расписанием занятий по дням недели, внутри учебного дня, включением в режим дня физкультурно-оздоровительных мероприятий и др. Следствие интенсификации – возникновение у учащихся состояния усталости, утомления, переутомления, что создает предпосылки развития острых и хронических нарушений здоровья, развития нервных, психосоматических и других заболеваний.

2) Несоответствие методик и технологий обучения возрастным и функциональным возможностям школьников.

3) «Экзаменационный стресс» в процессе проведения экзаменов. Здесь должны соблюдаться психолого-педагогические и этические нормы и требования, атмосфера справедливости и доброжелательности.

4) Психолого-педагогические факторы (психологический климат в классе, стиль педагогического общения учителей, характер проведения опросов и экзаменов, проблема оценок, индивидуальный подход к ученику, профессиональная подготовленность учителя по вопросам здоровьесбережения на уроках) и др.

Пожалуй, одним из важнейших аспектов здоровьесбережения является именно психологический комфорт школьников во время урока (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 и др.). С одной стороны, таким образом, решается задача предупреждения утомления учащихся, с другой – появляется дополнительный стимул для раскрытия творческих возможностей каждого ребенка. При этом в организации урока выделяют три основных этапа с точки зрения эффективности освоения знаний и здоровьесбережения:

1 этап - 5-25-я минута - 80%;

2 этап - 25-35-я минута - 60-40%;

3 этап - 35-40-я минута - 10%.

Практически все исследователи сходятся во мнении, что урок, организованный на основе принципов здоровьесбережения, не должен приводить к тому, чтобы учащиеся заканчивали обучение с сильными и выраженными формами утомления.

Двигательная активность играет важную роль в жизнедеятельности человека. Она

складывается из различных движений: УГГ, подвижных перемен, прогулки, занятия различными физическими упражнениями и др. Оптимальная суточная двигательная активность школьников составляет 8-12 часов в неделю, или 20-25 тысяч локомоций в сутки [3].

В деятельности учащихся преобладает статический компонент (примерно 80% дневного времени ученик находится в сидячем положении). В то же время для успешной учебы нужна повышенная умственная деятельность, а длительная статика ведет к снижению как двигательной активности, так и работоспособности в целом, при этом увеличивается риск сердечно-сосудистых заболеваний, сахарного диабета, ожирения и др.

В школьной практике, в основном, используются пять видов здоровьесберегающих технологий:

1) Защитно-профилактическая: направлена на защиту школьников от неблагоприятных для здоровья воздействий (поддержание чистоты в учебных помещениях, ограничение предельного уровня учебной нагрузки, исключающее переутомление школьников и др.).

2) Компенсаторно-нейтрализующая: задача – восполнить недостаток того, что требуется организму человека для полноценной жизнедеятельности. Прежде всего, это:

- физкультминутки и физкультпаузы, занятия физическими упражнениями и др., в какой-то степени, нейтрализующие неблагоприятные воздействия статичности занятий и недостаточности физической нагрузки;

- эмоциональные разрядки, снижающие стрессогенные воздействия и психоэмоциональное напряжение;

- йодирование воды, пищи, компенсирующих недостаток йода в организме ребенка;

- витаминизация пищевого рациона, укрепляющая здоровье и мыслительную деятельность школьника.

3) Стимулирующая: позволяет активизировать собственные силы организма ребенка. Сюда мы относим: температурное закаливание организма, физические нагрузки, психорегулирующие приемы,

позволяющие вывести школьников из состояния депрессии и уныния.

4) Информационно-обучающая: обеспечивает школьникам определенный уровень грамотности, необходимый для эффективной заботы о собственном здоровье. К ней относятся образовательные и воспитательные программы, которые обеспечивают формирование потребности в ЗОЖ, предупреждении вредных привычек.

5) Лечебно-оздоровительная: включает в себя лечебную физкультуру, воздействие которой обеспечивает восстановление физического здоровья школьников [6, 7].

Таким образом, внедрение здоровьесберегающих образовательных технологий в учебную деятельность школьников ведет к существенным изменениям – укреплению здоровья, повышению защитных сил организма, улучшению показателей их физического и умственного развития.

Литература:

1) Адаптация организма учащихся к учебной и физической нагрузкам /под ред. А.Г. Хрипковой, М.В. Антроповой. – М.: Педагогика, 1982.-240 с.

2) Бондин В.И. Здоровьесберегающие технологии в системе высшего педагогического образования //Теория и практика физической культуры. – 2004.-№ 10.-С.15-18.

3) Виленский М.Я. Основные существенные характеристики педагогической технологии формирования физической культуры личности //Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2001. - № 3. –С.5-10.

4) Егорычев А.О., Пенчик Б.Н., Бондаренко К.А., Смирнова Ю.А. Здоровье студентов с позиции профессионализма // Теория и практика физической культуры, 2004.-№ 5. –С. 53-56.

5) Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. – М.: АПК и ПРО, 2002. – с. 62.

6) Советова Е.В.. Эффективные образовательные технологии. – Ростов н/Дону: Феникс, 2007. – 285 с.

7) <http://www.shkolnymir.info/>. О.А. Соколова. Здоровьесберегающие образовательные технологии.





Реализация образовательной области «Здоровьесбережение» в коррекционной работе с детьми с нарушениями речи

Задорожнюк Т.Г.

директор КГУ «Детский сад – школа № 62 для детей с нарушениями речи» акимата города Усть–Каменогорска

Мақалада №62 балабақша-мектеп педагогтерінің «Денсаулық сақтау» және «Қатынас» атты білім беру салаларын жүзеге асыруға бағытталған жұмысына қысқаша сипаттама берілген және тіл кемістіктері бар балалармен жүргізілетін коррекциялық-дамыту жұмысын жетілдіруге арналған инновациялық тәсілдердің ерекшеліктері ашылған.

There is the short characteristics of the kinder garden-school №62 teachers job, directed to realize the educational spheres «Health safety» and «Communication», in the article it opens the features of innovational methods to work with children with speeches defect.

В программе Развития образования Республики Казахстан на 2011-2020 годы среди ведущих приоритетов обозначены: проблемы обеспечения полного охвата детей качественным дошкольным воспитанием и обучением, равного доступа детей к различным программам дошкольного воспитания и обучения для их подготовки к школе, а также проблема совершенствования системы инклюзивного образования. В настоящее время одной из ведущих современных тенденций является рост количества детей с тяжелыми, комплексными нарушениями. Например, в детском саду №62 г. Усть-Каменогорска - 260 детей дошкольного возраста, 25 детей младшего школьного возраста, у которых при психолого-педагогическом обследовании, наряду с основным диагнозом «нарушение речи» выявляются сочетанные и сопутствующие нарушения.

В связи с этим наблюдаются: несформированные или недостаточно развитые психические процессы, нейропсихологические синдромы отклоняющегося развития, слабостемнестических процессов, зрительно-пространственные и квази-пространственные трудности, трудности переработки слуховой и зрительной информации, несформированность

произвольных видов деятельности и поведения, внимания и регуляции действий, функции планирования и самоконтроля. Недостаточная сформированность этих функций проявляется как изолировано, так (чаще) и в сочетании, что ведет к значительному снижению возможностей проведения коррекционного процесса, а затем и низкой готовности к обучению, трудностям усвоения школьных предметов и, в целом, приводит к общей и эмоциональной дезадаптации в условиях обучения в массовой школе.

Дети находятся у нас 2, 3, 4 года в зависимости от диагноза – это очень маленький срок для проведения коррекционной работы. Поэтому необходимо через ОЭР отобрать такие технологии, формы, методы, средства, которые помогут нам реализовать основные направления программы «Развитие образования в РК».

Необходимость всестороннего воздействия на личность, совершенствования коррекционно-развивающей работы с детьми с отклонениями в развитии в последнее десятилетие привела к сближению логопедии с лингвистическими, психолингвистическими, медико-биологическими науками. Многие авторы: Е.Н. Линарская, О.Я. Грибова,

Л.Н. Ефименкова и др. в качестве основного дефекта детей с общим недоразвитием речи стали называть дефицитарность языковых способностей. Они связывают с ней недостаточную эффективность коррекционно-педагогической работы, т.е. считают неполной адекватность применяемых методик и способов коррекционно-педагогического воздействия на дефект детей с общим недоразвитием речи.

Традиционные методики преодоления нарушений речи в большинстве случаев позволяли скорректировать дефекты до школы. В первом классе дети показывали хорошие результаты подготовки.

Мы решили проследить судьбу этих детей в школьные годы: как учатся наши выпускники; какие они испытывают затруднения; по каким предметам и какого типа затруднения; можно ли связать эти трудности с недоразвитием речи у детей в прошлом?

Длительные мониторинговые исследования успеваемости выпускников детского сада-школы показали, что дети легко справляются с программой первого и второго классов, в третьем – заметно снижение уровня успеваемости по русскому языку и литературе, в четвертом – по русскому языку (особенно у детей, которые посещали детский сад 1-2 года, а не 3-4, как это необходимо по диагнозу). Работы по русскому языку учащихся 5,6,7 классов изобилуют ошибками. Дети затрудняются письменно и устно излагать мысли.

На основании полученных данных были сделаны выводы:

1. Существующая методика коррекции лексико-грамматического недоразвития у дошкольников нуждается в совершенствовании, т.к. именно это недоразвитие приводит в дальнейшем к трудностям в усвоении правил грамотного письма, чтения и устной речи.

2. Особенность управления качеством оздоровления состоит в том, чтобы, не растеряв прошлый хороший опыт четкого обеспечения здоровьесберегающего подхода и жизнедеятельности ребенка, начать освоение нововведений развивающего характера.

3. Необходим систематический мониторинг качества коррекции развития ребенка.

4. Будущее логопедии за компенсаторными технологиями,

направленными на восполнение нарушенных языковых, речевых и высших психических функций при равноправном участии в педагогическом процессе педагога и воспитанника.

5. Необходима разработка специальной комплексной программы по развитию мелкой моторики рук.

Мы пришли к пониманию того, что необходимы новые подходы, обязательными условиями стали:

1. Использование психосберегающих технологий: совокупности приемов, методов, методик, средств коррекции и подходов к образовательному процессу;

2. Учет индивидуальных особенностей детей, их темперамента, модальности восприятия, типов памяти и т.п.;

3. Наличие благоприятного морально-психологического климата, поддерживающего психическое здоровье детей;

4. Обучение ребенка средствам психологической самозащиты.

Для формирования стойкой мотивации на здоровый образ жизни, полноценное развитие ребенка была проведена работа по формированию у воспитателей и родителей ценностных ориентаций, направленных на сохранение и укрепление здоровья воспитанников; корректировке технологий в зависимости от конкретных условий и специализации детского сада; внесению необходимых поправок в программу; обеспечению индивидуального подхода к воспитанникам; ведению мониторингового обследования здоровья детей; формированию положительной мотивации на здоровый образ жизни.

Разработана программа, направленная на формирование здорового образа жизни. Она реализует шесть направлений:

1. Физкультурно-оздоровительное – это традиционные формы работы с детьми, которые проводятся во всех учреждениях образования, а также инновационные: фитбол - для развития общей моторики; рекреационный туризм (оздоровительный вид); суджок-терапия для развития мелкой моторики рук; специальная комплексная программа по развитию мелкой моторики рук, в которой для поддержания мотивации к работе педагоги используют нетрадиционные методы коррекции:

закрашивание выпуклых изображений через лист бумаги, закручивание и раскручивание пробок разного диаметра, гаек, болтов, рисование двумя руками одновременно (работа с прописями для левой и правой), выкладывание по контуру из трубочек для коктейля, комбинированные поделки из круп (манки, гречки, пшена, риса, гороха, фасоли, кукурузы и др.) бисера, природного материала, выкладывание на пластилиновых пластинках контуров предметов из речных камешков, ракушек, шнуровка положенных друг на друга деталей, конструирование из прищепок, комбинированные штриховки, выкладывание из цветных лоскутов на фланелеграфе, ниткография – формирование на бархатной бумаге силуэтов из ниток, тесьмы, использование цветных клубочков для перематывания, сгибание и разгибание цветной проволоки, плетение и применяют различные материалы: горох, семечки, пшено, фасоль, рис, семена арбуза, тыквы, кукурузы, гречневую, манную крупы, трубочки для коктейля, бисер, яичную скорлупу, мозаику, пробки, пайетки, цветную тесьму, цветные нитки, цветные камешки, пенопластовые шарики, ягоды рябины, засушенные листья, семена клена, тканевые лоскутки, пуговицы, бусинки, кнопки, леска, цветные палочки, пряжу, цветной песок, мелкие веточки, желуди, грецкие орехи, шишки, чешуйки от шишек, тополиный пух, искусственное волокно, перья птиц, ракушки, прищепки, камни мелкие речные, тесто, соломку, салфетки, цветную бумагу, трафареты из картофеля, фантики от конфет, мелкий конструктор, стеклярус, поролон, спички, счетные палочки, веревку, вату, засушенные цветы, костяшки от счет, спичечные коробки.

2. Медико-профилактическое направление, в которое, кроме традиционных, вошли фитотерапия, чеснокотерапия, приготовление обедов на крупяных и овощных подушках.

3. Социально-психологическое направление - создание атмосферы психологического комфорта, осуществление личностно-ориентированного подхода, развитие духовно-нравственных качеств, расширение и обогащение социального опыта детей через применение музейной педагогики, проектной технологии, кружковой работы для осуществления творческой деятельности.

4. Валеологическое просвещение родителей: семинары по ОБЖ ребенка в условиях дома; организация режима дня и

сбалансированного питания дома; работа клуба любителей семейных путешествий; семинар-практикум для родителей по проведению закаливания; практикумы по физкультуре и организации режима двигательной активности; встречи-беседы с представителями спорта и медицины; родительский практикум по организации и проведению закаливания; родительские собрания; консультации; спортивные праздники; “Азбука здоровья” (дневники наблюдений, стендовая информация); анкетирование; клуб «Заботливые родители»

5. Здоровьесбережение сотрудников: работа в комфортных условиях, своевременная оценка профессионального роста, привлечение к управленческой деятельности, работа в профессиональном клубе, укрепление здоровья через традиционные «Здоровье-олимпиады», занятие аэробикой, участие в философских вечерах и др.

6. Коррекционно-развивающее направление

Работа определяется спецификой детского сада-школы. При реализации этого направления инновационными являются: биоэнергопластика, которая ускоряет коррекцию дефектных звуков у детей со сниженными нарушениями кинестетических ощущений, так как рабочая ладонь во многом увеличивает импульсы, идущие к коре головного мозга (от языка); (результативность на 25% выше, чем у детей, не занимающихся по этой методике); «гимнастика мозга», которая развивает логическое мышление; оккупационная терапия, которая позволяет организовать деятельность детей с дефицитом внимания; ЖИПТО – для оптимизации словаря детей; ИКТ – для повышения мотивации к выполнению задания; пескотерапия – для сочетания работы по развитию мелкой моторики рук и формирования творческого воображения, синквейн - для обогащения лексического запаса, развития стихотворного творчества, элементов логического мышления, оперативной памяти, рекреационный туризм (познавательный, эстетический, собирательный виды).

Рекреационный туризм объединяет 2 направления: физкультурно-оздоровительное и коррекционно-развивающее. В них реализуется 4 вида: оздоровительный, познавательный, эстетический, собирательный. Педагогами определены рекреации: внутри детского

сада, на территории детского сада, во дворе соседнего дома (хоккейно-футбольная площадка), стадион на территории ПТШ 15, Набережная Ульбы, Тополевая роща, Октябрьский остров, Аблакетские горы, гора Казахстан, разработана 51 рекреационный поход. Идет разработка новых рекреаций.

Инновации дают детям позитивный настрой на жизнь, ориентир на истинные ценности, на созидание и творчество, на физическое, психическое, эмоциональное благополучие, гармоничное всестороннее развитие, необходимый уровень здорового образа жизни.



Оқушылардың салауатты өмір сүру дағдыларын денсаулық сақтау технологиясы негізінде қалыптастыру

Ельчубаева Г.Б.

Өскемен қаласы әкімдігінің
«№6 мектеп – балабақша кешені» КММ,
бастауыш сынып мұғалімі

Автором рассмотрены проблемы формирования здорового образа жизни как одного из приоритетных направлений развития современного общества. Формирование здорового образа жизни учащихся должно стать одним из основных направлений современной системы образования.

The author determined the criteria of monitoring and examination the results of school's work on Health Care technology, stressing the fact that if the school can give positive answers to all the questions of the monitoring such school can be considered a school working on the principles of Health Care technology and there is nothing dangerous for students' health.

Бала ауру, зағип болса, баладан емес – тәрбиешіден;
Бала тар ойлы, ақымақ болса, бала кінәлі емес – тәрбиеші кінәлі;
Бала сұлулықтан ләззат ала білмейтін мылқау жанды болса, бала айыпты емес – тәрбиеші жазалы...”

Мағжан Жұмабаев

Денсаулық сақтау білім беру технологиялары оқыту мен білім берудің жүйелі тәсілі ретінде педагогтің оқушы денсаулығына зиян келтірмеуге тырысуына негізделген. Балалардың бойында дұрыс жұмыс істей білуді, өз күн тәртібін ұйымдастыруды мектепке келген алғашқы күнінен-ақ бастаған абзал. Балалардың денсаулығы – қоғамның экономикалық, әлеуметтік және саналы жетістіктерін сипаттайтын маңызды көрсеткіштердің қатарына жатады. Қазақстандағы мектеп оқушыларының денсаулық деңгейлері қоғамда, әсіресе мұғалімдер арасында

алаңдаушылық туғызуда. Оқушының денсаулығын сақтау мен нығайтуда қазіргі заманғы қоғамдық ортаның рөлі маңызды екені айқын. Мектеп оқушыларының денсаулықтарына теріс әсер ететін факторларының қатарына мектеп оқушыларының оқу сабақтарымен артықша жүктелулерін, педагог пен оқушылардың арасындағы авторитарлық қарым-қатынастықты, оқыту мен тәрбиелеудегі баланың тұлғалық және жас ерекшеліктерін қажетті деңгейде есепке алынбаушылықтарын, гиподинамияны және т.б. атап көрсетуге болады. Мектептердегі

оқу-тәрбие жұмысын қазіргі заманның талаптарына сәйкес жүргізу, оқушының денсаулығын сақтау мен нығайту мәселелерін тиімді шешу мұғалімдердің бірлескен нәтижелі еңбектеріне байланысты. Педагогика ғылымында осы туындаған мәселені шешудегі тиімді жолдары мен құралдарын негіздеу қажеттілігі туындайды.

Қазіргі мектеп оқушысын салауатты өмір салтына тәрбиелеудің басты міндеттеріне мына төмендегілер жатады:

- халық педагогикасы элементтерін қолдану (ауызша халық шығармашылығы, салт-дәстүрлер, әдет-ғұрыптары, ұлттық ойындар т.б.);

- мектеп оқушысының бойында салауатты өмір салтын қалыптастыруда тиімді психологиялық-педагогикалық шарттарды қолдану;

- «салауатты өмір салты» - ұғымын қалыптастыру;

- салауатты өмір сүру туралы оқушыларды ынталандыру;

- оқушылардың өзін-өзі тәрбиелеуіне көмек көрсету;

- өз денсаулықтарын сақтауда, салауатты өмір сүру дағдыларында жауапкершіліктерін қалыптастыру;

- арнайы денсаулық сақтау технологиясы арқылы салауатты өмір сүру дағдыларын қалыптастыру.

Оқушылардың салауатты өмір сүру дағдыларын зерттеу барысында оның философиялық, педагогикалық зерттеулерде көрініс тапқанын, бұл салада біраз тәжірибе бар екенін байқадық. Педагог-ағартушылар А.Байтұрсынов, М.Жұмабаев, Ж.Аймауытов, М.Дулати, Асан Қайғының шығармаларында жас жеткіншектерге денсаулық сақтау туралы білім беру керек екендігіне көңіл бөлінген. Қазақша жазба мұраларынан жас буынды салауатты өмір салтына тәрбиелеудегі терең ойлы мұрағаттарды кездестіруге болады.

Еліміздің әлемдегі бәсекеге барынша қабілетті елу елдің қатарына кіру стратегиясында Елбасы Н.Ә.Назарбаев: «Білім беру реформасы – Қазақстанның бәсекеге нақтылы қабілеттілігін қамтамасыз етуге мүмкіндік беретін аса маңызды құралдардың бірі», – деп ерекше бөліп көрсетті. Осыған орай әлемдік жаһандану жағдайларына байланысты біздің елдегі жалпы білім беру мектептерінің алдында оқушыларды салауатты өмір салтына бейімдеу талабы тұр.

Салауатты өмір салты мәселесін анықтау проблемасындағы негізгі категория болып

«денсаулық» түсінігі болатынын айта кету керек. Адамның тек сыртқы түрі ғана емес, сонымен бірге ішкі жан-дүниесі де, яғни мінез-құлығы, қабылдауы, ойлауы, іс-әрекеттері, сол немесе басқа әсерлерге бейімі біркелкі бола бермейді. Сонымен, адамның денсаулығы – бұл жалпы адамзаттық және жеке болмыстың күрделі феномені болып саналады. Бүгінгі күні ол кешенді немесе психологиялық, әлеуметтік және жеке тәртіптің көптеген күрделі факторларының, кейде философиялық қасиеттердің өзара әсеріне қатысты болады.

- Салауатты өмір салты – бұл денсаулық проблемасына адамның алдына қойған мақсаттарына қол жеткізудің нақты мүмкіндіктері сияқты, әртүрлі факторлардың әсері болатын өмір сүру барысында қалыптасқан көзқарастар жүйесі;

- Салауатты өмір салты – адамның өзінің шығармашылық деңгейін сол немесе басқа қырынан жүзеге асыруға мүмкіндік беретін адамның өндірістік, тұрмыстық және мәдени жақтарын ұйымдастыру тәсілі;

- Салауатты өмір салты - адамның күнделікті өмір сүруінің түрлі тәсілдері, олар организмнің резервтік мүмкіндіктерін нығайтады, биіктетеді.

Оқушылардың салауатты өмір салтын қалыптастыру ең алдымен оқыту процесінде жүзеге асырылады. Заманауи педагогикада оқыту процесі оқушыны білмегеннен білуге және мұғаліммен бірлесе отырып сәйкес ептілік пен дағдыға үйрету, оқыту ретінде қарастырылады. Оқыту процесі әртүрлі педагогикалық технологиялар негізінде, яғни, осы процесті едәуір тиімді де нәтижелі ететін оқушы мен мұғалімнің күш-жігерін, уақытын, денсаулығын жұмсаудағы әдістер мен тәсілдердің жиынтығы негізінде құрылады. Біздің көзқарасымыз бойынша салауатты өмір салтын дәріптеу туралы сөз болғанда ең алдымен денсаулық сақтау технологиясы туралы айтылуы керек. Әдебиеттердегі талдау, шолудан байқағанымыз оқу құралдарында осындай ұғым анық көрсетілген, оқу материалы педагогикалық процестің ерекшеліктерімен ұштастырылған.

Оқыту технологиясы біздің көзқарас бойынша, үйренушілердің кәсіби маңызды қасиеттерін қалыптастыруға және дамытуға бағытталды. Денсаулық сақтау технологиясы формалардың, құралдардың және әдістердің жиынтығын көрсетеді, олар адамның дене, психикалық, адамгершілік және әлеуметтік жетістігін қолдаудағы оптималды нәтижелерге қол жеткізуге

бағытталған. Денсаулық сақтау технологиясында тұжырымдылық, жүйелілік, тиімділік маңызды болып саналады. Денсаулық сақтау технологиясы жүйе ретінде, біздің пікірімізше, өзара байланыстылықты жоспарлауды және жобалауды, мұғалім мен оқушылардың біріккен қызметін ұйымдастыруды, алға қойған мақсаттарды нәтижелі шешу барысындағы оқыту мен тәрбиелеудің құралдары мен әдістерін түрлендіруді білдіреді. Денсаулық сақтау технологиясының көріністеріне тек осы саладағы білімді, ептілікті, дағдыны игеру деңгейі ғана емес, сондай-ақ мұғалім мен оқушының санитарлық-гигиеналық талаптарды сақтау, педагогикалық еңбекті ғылыми ұйымдастыру да жатады. Біз денсаулық сақтау технологиясын жалпы педагогикалық технологияға жатқызамыз, өйткені салауатты өмір салтын қалыптастыру – оқушыларды оқыту мен тәрбиелеудің басты міндеті болып табылады. Білім беру мекемелерінде денсаулық мәселелері медициналық көзқарастары жағынан қарастырылып, оны денсаулық сақтау технологиясы тұрғысында, яғни оны оқушы бойында қалыптастыру әдіс-тәсілдері, формалары тұрғысында қарастыру арнайы зерттеуді талап ететіндігі анықталады. Мектеп оқушыларының психофизиологиялық, жас ерекшеліктерін есепке ала отырып денсаулықты сақтау технологиясы ұсынылды.

Осы жұмысты жүргізу үшін зерттеу нысаны ретінде Өскемен қаласындағы «№6 мектеп-балабақша кешені» мектебінің бастауыш сыныбы алынды. Педагогикалық ұжым әрбір оқушының жеке тұлға ретінде жан-жақты дамуы үшін барлық жағдай жасауды өз жұмысына мақсат етіп қойды. Аталған мақсаттың жетістіктері ең алдымен, оқушылардың дене, психикалық саулықтарының сақталуы, дамытылуы және нығайтылуымен байланыстырылды. Мектептің жылдық жоспарына оқушылардың денсаулығын дамыту мен тәрбиелеу негізі ретіндегі педагогикалық талаптар мен талдау енгізілді. Мектеп мұғалімдері салауатты өмір салтын қалыптастыруға септігін тигізетін әр түрлі технологиялардың қажеттілігін және оқу процесінде олардың оңтайлы және тиімсіз жақтарын қарастырды. Төмендегідей ұсыныстар берілді:

1. Оқушының мектепке деген қызығушылықтарын, ынтасын анықтау.

2. Оқушылардың оқу жүктемесін, үй

тапсырмасына қанша уақыт бөлінетіндігін ескеру.

3. Мектеп дәретханасының гигиеналық талапқа сай болуы.

4. Балалардың сабақтан кейінгі мектептегі өмірі.

5. Оқушылардың мектеп іс-шараларына белсене, қызыға қатысуы.

6. Дене шынықтыру сабағының мазмұндылығы.

7. Педагогикалық ұжымдағы психологиялық ахуал.

8. Оқушының сырт бейнесі (оқу формасы).

9. Оқушылардың мұғаліммен және басқалармен қарым-қатынасы.

10. Ата-аналардың мектепке деген көзқарасы.

11. Оқушылардың денсаулығын анықтап, нәтижесін мониторингте көрсетіп отыру.

Оқушылар денсаулығына әсер етуші физикалық дайындық, гигиеналық мәдениет, тамақтануды ұйымдастыру мен күн тәртібін сақтау, сыртқы орта (әлеуметтік, экономикалық, экологиялық) әсерлері, әлеуметтік-психикалық жағдайлар, мектептегі сауықтыру жұмыстары сияқты көрсеткіштер бойынша жүргізілді. Мектептің оқу процесіне салауатты өмір салтын қалыптастырудың эксперименттік бағдарламасы енгізілді. Ондағы денсаулығы нашарлаған оқушыларды айқындау әдістемесін жасау; оқушылардың салауатты өмір салтын қалыптастыру бойынша оқу пәндерінің ғылыми негізін анықтау; денсаулық сақтау технологиясын кезеңдер бойынша енгізу; өз денсаулығына саналылықпен қарау; спорттық сыныптарды ұйымдастыру арқылы балаларды денешынықтыру мен спортқа ынталандыру; мектепте денсаулықты нығайтуға ықпал ететін білім ортасын құру. Эксперименттік жұмыстар барысында басты назар мектеп ұжымында қолайлы психологиялық климат қалыптастыруға арналды. Мектептің көптеген мұғалімдері оқытудың жеке дара және дифференциалды түрлерінде жұмыс істеді. Оқушылармен жұмыс жүргізуде әрбір баланың физиологиялық ерекшеліктерін, темпераментін, қызығушылық ерекшелігін, ақыл-ойын, қажеттіліктері мен қабілеттерін ескеруге мүмкіндік беретін жеке тұлғалық-бағдарлы технологиялар белсенді түрде қолданылды. Оқытудың жеке дара бағдарланған жүйесімен айналыса отырып, ішкі дау-жанжалды, қиындықты болдырмау тәсілдерін игерді. Бұл олардың эмоцияны, қажеттілік пен талап-тілекті бақылай білуіне мүмкіндік берді, мұның салдары ауруды

болдырмауға игі әсер етті.

Эксперименттік жағдайлар оқу процесіне, оқушыларға сабақтан тыс тәрбие беру жұмыстарына, ата-аналармен жұмыс істеуге

өзгертулер мен толықтырулар енгізуді қарастырды. Мектеп оқушыларының салауатты өмір салтын қалыптастыру көріністері:

№	Салауатты өмір салтын қалыптастыратын компоненттер	Салауатты өмір салтын қалыптастырудың мазмұны
1	2	3
1.	Білімділік	<ul style="list-style-type: none"> - адамның дене мүшелерінің психикалық және адамгершілік дамуының өзара байланысын түсіну; - денсаулық мәнін сипаттайтын ғылыми айғақтарды, түсініктерді, теоретикалық ережелерді білу; - қозғалыс белсенділігінде көрінетін адам ағзасының қасиеттері туралы қысқаша елестету; - өз дене мүшесінің жекелеген ерекшеліктерін білу; - сәйкес мен еркек арасындағы қатынас мәдениеті туралы қысқаша елестету; - қоғамда толыққанды өмір сүру үшін денсаулықтың маңызды екендігін сезіну; - елеулі жағдайлардың себептерін білу; - жеке бас гигиенасының негіздерін білу; - жекелеген аурулардың профилактикалық сәттерін білу; - салауатты өмір салтының жеке және қоғамдық маңыздылығын білу;
2	Ептілік пен дағдылар	<ul style="list-style-type: none"> - сәттілік қозғалыс сәттері мен ойындар арқылы қозғалыстық қабілетті дамыту ептілігі; - дұрыс тамақтану ептілігі мен дағдысы; - алдына мақсат-міндет қою, және оларға дене психикалық, адамгершіліктік жетілуге қажетті қол жеткізу қызығушылығын таңдай білу ептілігі мен дағдысы; - құрамында зиянды химиялық элементтері бар заттармен жұмыс жасауда қауіпсіздікті сақтау ептілігі; - ағзаның биоэнергетикалық потенциалын арттыру ептілігі; - қол тәртібін дұрыс ұйымдастыру, ой еңбегі қызметін тиімді ұйымдастыру ептілігі; - экстремалды жағдайларда өзіне және өзгеге қысым көрсете білу ептілігі мен дағдысы;
3	Іс-сәттер	<ul style="list-style-type: none"> - өзінің және айналасындағылардың денсаулығын сақтау; - салауатты өмір салтына және осы проблеманы ашып көрсететін жаңа мәліметтерге, ғылыми идеяларға деген қызығушылықты қызығушылығы бар іс-сәттер; - рационалды, дұрыс тамақтану; - валеологиялық кеңестер негізінде адамгершіліктік, дене және психикалық саулықтарының қалыптасуына қол жеткізу мақсатындағы тәртіп стилін, өмір салтын жетілдіруге ұмтылу; - елеулі жағдайларды: темекі шегу, маскәлемдік пен нашарлықты қабылдамау.

Зерттеу барысында анықтағанмыздай, осы технологияны кешенді қолдау оқушылардың бойында салауатты өмір салтын тиімді қалыптастыруды іске асырады.

Оқытудағы тұлғалық-бағыт ережелеріне негізделі отырып, біз педагог пен мектеп оқушыларының өзара қарым-қатынастықтарын анықтап ұйымдастыру,

педагогикалық процесті жетілдіру мақсатында сабақтар мен сыныптан тыс іс-шаралар ұйымдастырдық. Жанұя, әлеуметтік, материалдық және экологиялық факторларға байланысты салауатты өмір салтын қалыптастырудағы бірқатар ауытқушылықтар мен тосқауылдарды ескере отырып, мектеп оқушыларының бойында салауатты өмір салтын қалыптастыру бойынша ұсыныстар берілді:

- Оқушының өмір салтына, денсаулығына көзқарасын арттыру;

- Оқушылардың дене және психологиялық саулығын арттыру және нығайту;

- Оқу және сабақтан, мектептен тыс уақытта жат әдеттермен айналыспауын қадағалау.

Денсаулық сақтау ортасын құруға бағытталған технологиялармен қатар, оқу жүктемелерінің тиімді режімдерін ұйымдастыру, санитарлы-гигиеналық талаптарды сақтау, тамақтану, қозғалыс белсенділіктерін арттыру бойынша құралдар мен әдістемелер әзірленді. Ұжымдағы қолайлы психологиялық орта, оқушылардың денсаулық сақтау мен нығайту іс-шараларын іске асыру, білім ортасының педагогикалық

процеске қатынасушылардың денсаулығына, психикалық әрекеттеріне әсерін талдау, білім ортасын сауықтырудағы құралдар мен әдістемелерді денсаулық сақтау технологиясына қатынастыруға негіз болды.

Сонымен, зерттеу нәтижелері оқушылардың бойында салауатты өмір салтын қалыптастыруда біз ұсынған әдістердің жоғары тиімділігін анықтап берді.

ӘДЕБИЕТ

1. Условия эффективности содержания педагогического процесса к осуществлению здоровьесбережения студентов. Международная научно-практическая конференция. Алматы, 2007. С.243-244

2. Оқушылардың әлеуметтік жат әдеттерін ескерту бойынша профилактикалық іс-шараларды ұйымдастыру // Білім – Образование. 2007. №5 (35), 46-47 б.

3. Салауатты өмір салтын тәрбиелеудегі оқушылардың жас ерекшеліктерін ескеру мәселесі. // Бастауыш мектеп. 2006. № 12. 48-50б.



Использование Валеологического компонента на предметах естественнонаучного цикла инвариантной части учебного плана

Кобзева Л.Г.

учитель географии КГУ «Средней школы № 24» акимата города Усть–Каменогорск

Автор мақалада әр түрлі формалар мен әдістер арқылы химия, география, биология сабақтарында валеологиялық компоненттерді енгізу жолдарын ашады. Валеологиялық компоненттер енгізілген тақырыптарға мысал келтіреді.

The author of the article describes including of valeological component at the lessons of biology, geography, chemistry through different forms and methods. There are some examples of the themes with valeological component in the article.

Здоровье народа дороже всего
 Богатство земли не заменит его
 Здоровье не купит никто, не продаст
 Его берегите как сердце как глаз
 Джамбул

Здоровье – бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества. В Послании Президента народу Казахстана указывается на необходимость, чтобы наши граждане были здоровыми на протяжении всей жизни, и их окружила здоровая среда, а мы, учителя, работающие в среднем и старшем звене, должны способствовать в создании здоровьесберегающей среды в школе. Одной из ведущих идей модернизации естественно-научного образования Республики Казахстан является усиление его общекультурного значения, что способствует повышению воспитательного потенциала содержания учебных программ. В процессе формирования у школьников физических, химических, биологических, географических, валеологических и экологических знаний, при освоении учащимися естественно-научного метода познания необходим акцент на воспитание эмоционального-ценностного отношения к природе, чувства ответственности за свое здоровья и здоровья других, за экологическое благополучие.

В нашей школе валеологический компонент предусматривает создание и внедрение его в содержание образования через предметы школьных курсов в частности естественнонаучных дисциплин, а так же через внеклассные мероприятия. Учебные программы предметов биологии, географии, химии включают в себя использование валеологического компонента в содержание материала любой темы изучаемых курсов.

Календарно-тематическое планирование составляется учителями, учитывая внедрение валеологического компонента почти на каждом уроке. Например, на уроках биологии при изучении тем «Нервная система и гуморальная регуляция организма», «Орган зрения», «Пищеварение» для лучшего усвоения материала используются статистические данные по уровню заболеваемости учащихся нашей школы и их профилактике. На лабораторных работах определяется питательная ценность, калорийность продуктов, сравнивается свое питание и правильное, также рассматриваются упражнения для снятия усталости, стресса,

гимнастика для глаз, правила поведения в конфликтных и стрессовых ситуациях. В 9^х-11^х классах при изучении тем о наследственности и изменчивости включаются вопросы о влиянии окружающей среды на здоровье населения.

Тематическое планирование по географии предусматривает изучение тем, включающих в себя валеологический компонент. Например, влияние природных факторов на здоровье человека при изучении темы «Оболочки земли». В экономической географии предусматривается изучение заболеваний, связанных с различными производствами черной, цветной металлургии и их профилактика, соблюдение техники безопасности.

В тематическом планировании по химии, просматривается валеологический компонент при изучении любого химического элемента (хлор, сера, аммиак), включаются вопросы оказания первой медицинской помощи при неправильности обращении, а также заболеваний, к которым могут привести действия этих элементов. Рассматриваются элементы и как лекарственные препараты (мазь серы, кислородные барокамеры, йод).

На различных этапах ведения уроков, которые дают учителя естественных дисциплин, просматриваются критерии удачного сохранения здоровья учащихся:

1. Отсутствие усталости у учащихся.
2. Положительный и эмоциональный настрой.
3. Удовлетворение от сделанной работы.
4. Желание продолжать работу.

Еще одним направлением внедрения валеологического компонента, как выше было сказано, является внеурочная деятельность – классные часы, экскурсии, беседы, интеллектуальные марафоны, городские школьные конкурсы, викторины, научно-практические конференции, экологический марафон, работа «Зеленого патруля» и природоохранная деятельность. Учителя ежегодно организуют экскурсии на промышленные предприятия нашего города, где знакомятся не только с производством, но и теми мерами, которые предпринимают предприятия для сохранения здоровья жителей нашего города. Действительно,

большое впечатление учащихся осталось после посещения ими патолого-анатомического музея. Участие учащихся в НПК показывает, что темы проектов выбраны с учетом валеологического компонента:

1. «Рекреационные ресурсы ВКО и г. Усть-Каменогорска»
2. «Питание и здоровье»
3. Еще раз о воде, «Какую воду мы пьем»
4. «Что мы едем». Целебные свойства мёда.

В рамках городской программы «Земля наш общий дом» «За ЗОЖ» ежегодно учителя естественнонаучного цикла принимают участие и занимают призовые места в конкурсах:

1. «Живи и дай жить другим»
2. «Скажем наркотикам нет»
3. «Лучший наркопост»
4. «Мы против СПИДа»
5. «Остановите СПИД»
6. «Не отнимай у себя завтра»

Мониторинг участия школы в городских конкурсах 2009-2012 учебные годы

название конкурса	2009-2012	2010-2011	2011-2012
городской конкурс видеоклипов, посвященный Всемирному Дню борьбы со СПИДом	II	III	II
городской конкурс на лучший наркопост	I	I	II
городской конкурс на лучший паспорт здоровья «В здоровом теле - здоровый дух»	-	I	I
городской конкурс коллажей «Мы против наркотиков»	-	III	III

Итак, внедрение валеологического компонента в нашей школе и в частности через работу методического объединения осуществляется через учебный компонент, а также внеклассный компонент. Учителями используются разные формы (экскурсии, классные часы, внеклассные мероприятия, конкурсы, викторины, конференции) и методы (частично-поисковый, исследовательский, проектов, наблюдения, статистический, проблемный, объяснительно-иллюстративный).

В заключение хочется привести слова

нашего Президента, который сказал: «На западе каждый гражданин знает, что болезни и самолечение – крайне дорого. Для многих из них это непоозволительная роскошь. Поэтому забота о своем здоровье там возведена в ранг одной из главных ценностей жизни. Очень важно приучать молодое поколение нашей страны к формированию ЗОЖ еще с детства, причем нормы ЗОЖ должны стать естественной потребностью и критерием отношением к себе для каждого человека».





Здоровьесберегающие технологии на уроках русского языка и литературы при обучении детей с ограниченными возможностями

Челушанова У.М.

учитель русского языка и литературы
КГУ «СМШ№ 37» акимата г. Усть-Каменогорска

Бұл мақалада орыс тілі мен әдебиеті сабақтарында мүмкіндігі шектеулі оқушылармен жұмыс жасаған кезде денсаулық сақтау технологиясының әдістері мен тәсілдерінің мазмұны ашылады. Сабақтың әртүрлі кезеңдерінде денсаулық сақтау компоненттерін пайдалануға талдау жасалынады. Оқушының психикалық, физикалық денсаулығына олардың әсер етуі туралы қорытынды шығарылады.

The article reveals the content of methods and techniques devoted to the actual to date the problem of the preservation of the health of children with disabilities in the teaching of Russian language and Literature. The main attention is paid to the technology of preservation of health of children with disabilities, which the author uses in the work. In this article is the analysis of the forms of technology at the different stages of the lesson. The author gives the conclusion about the impact on their mental and physical health of schoolchildren.

Качество учебного процесса, его результативность определяются правильностью выбора учебной технологии, эффективностью методов и приемов обучения. Технологии, позволяющие сформировать структуру урока, разнообразны по содержанию, а методика их применения во многом зависит от типа урока, темы, учебно-воспитательных задач.

В Послании Президента РК Н.А. Назарбаева «Стратегия «Казахстан– 2050» большое внимание уделяется здоровью нации-основе успеха будущего гражданина нашей страны. Задача школы - способствовать формированию здорового образа жизни, поэтому каждый педагог должен использовать все возможности для успешного выполнения этой задачи.

Здоровьесберегающие технологии в образовании - система целенаправленного воздействия на учеников для профилактики и коррекции психо-физических, личностных состояний [3, с.1]. Их специфика заключается в том, что использование здоровьесберегающих факторов не только возможно, но и обязательно. Это следует из того, что при постановке целей и задач учитель должен обеспечивать

психологический комфорт, стремиться к снижению утомляемости детей, а значит к повышению качества знаний, умений и навыков. Применение методов и приемов, обеспечивающих сохранность здоровья школьников с ограниченными возможностями, является необходимым компонентом на всех этапах учебно-воспитательного процесса, так как учащиеся данной категории имеют нарушения психического, а порой и физического развития, страдают различными хроническими заболеваниями.

Уроки русского языка и литературы предоставляют большие возможности для формирования навыков здорового образа жизни, активизации мыслительного процесса посредством использования разнообразных интерактивных форм деятельности, вызывающих интерес у школьников, снимающих стресс и напряжение. Подобная работа возможна на всех этапах: во время организационного момента, при совместном с учащимися целеполагании, при объяснении, закреплении, проверке и контроле.

Огромное значение в качественном проведении урока имеет правильная

организация его вводной части. Организационный момент с использованием физкультурно-музыкальной минутки помогает сформировать позитивный настрой на восприятие содержания учебного материала. В сочетании с нестандартной постановкой проблемного вопроса (стихотворение, загадка и т.д.) физкультурно-музыкальная разминка в начале урока несет в себе большие возможности для осознания учеником собственной значимости, успешности. Учащиеся с задержкой психического развития, нарушениями речи, мыслительной деятельности положительно реагируют на подобное начало урока, начинают ощущать в себе радость ожидания нового, удовольствие от сотворчества с учителем. Школьники избавляются от нежелательной боязни, становятся спокойнее, уравновешеннее.

Например, начать урок русского языка при изучении темы «Имя существительное» в 5-м классе можно с проблемного вопроса – в виде загадки. Музыкальное сопровождение позволит не только проговорить, но и пропеть строки, что создаст эмоциональный настрой, а значит, нацелит учащихся на ситуацию успеха:

Что предмет обозначает?

Как зовут его – скажи,

Посмотри - предметов много,

Их скорее назови.

При изучении русской народной сказки на уроке литературы в вводной части можно использовать элементы инсценирования. Заранее подготовленный ученик вместе с учителем предлагает учащимся изобразить в движениях, сопровождаемых текстом, предстоящие задачи урока:

В сказку мы сейчас войдем,

Чудеса мы в ней найдем.

Встретимся с добром и злом,

Вывод сделаем потом.

Сказкотерапия, арттерапия – важнейшие

составляющие здоровьесберегающих технологий, использование которых особо важно в работе с детьми с ограниченными возможностями. Планируя объяснение нового материала, учитель должен обязательно учитывать особенности мыслительного процесса школьников, их быструю утомляемость, отсутствие способности сосредотачивать внимание на учебном материале длительное время.

Проведение уроков русского языка и литературы в форме сказки возможно практически по любой теме: «В стране частей речи», «Сказочное путешествие по фонетике», «Волшебство в стране знаков препинания», «Сказка в сказке» и т.д. Процесс сотворчества и есть прием арттерапии, позитивно влияющей на состояние здоровья школьника.

Приемы, способствующие активизации процесса усвоения знаний, умений, навыков:

чередование видов деятельности на уроке (выполнение упражнения, ответы на вопросы, тест и т.д.);

групповые виды работ (чтение в парах, в группе; коллективный пересказ, сочинение; прием «помощь друга» и т.д.);

упражнения для эмоциональной разгрузки:

- пальчиковая терапия – способствует развитию моторики пальцев рук;

- динамические паузы: гимнастика для глаз, органов дыхания – снижают состояние стресса;

- ритмически-музыкальные разминки – способствуют расслаблению организма, отдыху;

- фонетические минутки – развивают речевой аппарат, снимают напряжение.

Положительно воздействует на учащихся с ограниченными возможностями сочетание здоровьесберегающих и игровых технологий.

Название темы	Игровые технологии	Здоровьесберегающие
Урок русского языка: зачет по теме «Имя существительное», «Имя прилагательное», «Глагол».	Урок – путешествие на «автомобиле» по частям речи: ✓ прохождение «водительских курсов» - определение части речи; ✓ получение «водительских прав – движение на знаки светофора» - выполнение заданий по темам, по сигнальным карточкам; ✓ «самостоятельное движение по дороге» - морфологический разбор частей речи.	✓ элементы двигательной разминки; ✓ арттерапия (лечение искусством, творчеством).

Название темы	Игровые технологии	Здоровьесберегающие
Урок литературы: В.Брюсов «Колыбельная».	✓ урок-песня, урок-сон «Колыбельная»; ✓ ролевая игра - мама, ребенок (выразительное чтение, пропевание в лицах).	✓ арттерапия (лечение искусством, творчеством); ✓ релаксация (отдых, расслабление).

На этапе контроля и проверки знаний также необходимо использование перечисленных ранее методов и приемов, обеспечивающих сохранность и укрепление здоровья школьников.

Релаксация на заключительном этапе урока дает возможность детям с ограниченными возможностями снять напряжение, расслабиться. Перед релаксацией учитель может предложить школьникам подводящие итог проблемные задания: «Подумайте, чему научил вас урок-сказка, урок-путешествие, урок-фильм?» и т.д. В сочетании с музыкотерапией усиливается эмоциональное состояние удовлетворенности процессом обучения, осознание собственной значимости.

Успешность профессиональной деятельности педагогов, работающих с детьми с ограниченными возможностями, можно определить, помимо

результативности коррекционной работы, сохранностью его собственного психического здоровья и чувством удовлетворенности процессом и результатом своего труда [1, с.2]. Положительные эмоции, возникающие на уроке с применением интерактивных методов и приемов обучения, позволяют и детям, и их педагогу ощутить себя бодрыми, здоровыми, способными на активную деятельность людьми.

Литература

1. Ащуркова С.Н. Здоровьесберегающие технологии в учебно-воспитательном процессе в условиях школы-интерната. – М.:2009.
2. Костенко Л.В. Здоровьесберегающие технологии в школе. – М.:2007.
3. Разводовская О.В. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе. – М.:2010.





**Внеклассное мероприятие по
самопознанию во 2 классе.
Тема: «Здоровому – всё
здорово!»**

**Дериглазова Л.И.
Шмурыгина Т.В.**

учителя начальных классов
КГУ «Школы – гимназии № 11»

«Өзін-өзі тану» пәнінің басты мақсаты – оқушыларды салауатты өмір салтына баулу арқылы рухани-танымдық білімге, жеке тұлға болып үйлесімді қалыптасуына жағдай жасау, себебі дені сау адам ғана ерікті, шаттықты, бақытты бола алады. «Дені саудың – ішкі жан дүниесі сау!» атты екінші сыныптар арасында сыныптан тыс шара қарастырылып өткізілді. Аталмыш жасалымды бастауыш сыныптың оқушыларымен өзін-өзі тану сабағында, салауатты өмір салты сабақтарында немесе сынып сағаттарында қолдануға болады. Егер мұғалімдерге осы сценарий оқушылармен сыныптан тыс шараны қызықты және ерекше өткізуге септігін тигізіп жатса біз разы болар едік.

The main aim of the subject “Self-knowledge” is to encourage students to develop their moral and ethic education, to bring up their personalities by involving them into the healthy way of life, because only a healthy person can be independent and happy. Out-of-class activity “Everything is great for a healthy person” was planned and conducted by us for the second grade pupils. The present lesson plan can be used at the lessons of self-knowledge, healthy way of life classes or for out of class activities for the primary school pupils. We'll be glad if our scenario helps teachers to conduct the present activity in a creative, interesting and unusual way.

Цель: формирование навыков здорового образа жизни.

Задачи:

- приобщать к здоровому образу жизни;
- помочь задуматься о необходимости быть здоровым;
- сделать вывод о том, что способствует здоровью;
- учить следить за своим внешним видом;
- воспитывать аккуратность, бережливость и доброту;

Оформление класса:

карта путешествия, карточки с пословицами, нарисованное дерево, рисунки детей о здоровом образе жизни.

Ход мероприятия

Ведущий: Ребята, сегодня мы собрались с вами, чтобы поговорить о здоровье и узнать, почему здоровому всё здорово. А на какое слово похоже слово «здоровье»? Правильно, слово «здоровье» похоже на слово «здравствуй». Когда люди здороваются, они желают друг другу здоровья. Давайте поздороваемся и мы.

- Дорогие ребята! Посмотрите, друг другу в глаза, улыбнитесь, передайте частичку своего хорошего настроения другому. Вот видите, от ваших улыбок уютнее и светлее

стало в классе.

Ведущий: Расскажу я вам старую легенду:

«Давным-давно, на горе Олимп жили-были боги. Стало им скучно, и решили они создать человека и заселить планету Земля. Стали решать, каким должен быть человек. Один из богов сказал: «Человек должен быть сильным», другой сказал: «Человек должен быть здоровым», третий сказал: «Человек должен быть умным». Но один из богов сказал так: «Если все это будет у человека, он будет подобен нам». И решили они спрятать главное, что есть у человека – его здоровье. Стали думать, решать – куда бы его спрятать? Одни предлагали спрятать здоровье глубоко в синее море, другие – за высокие горы. А один из богов сказал: «Здоровье надо спрятать в самого человека». Так и живёт с давних времён человек, пытается найти своё здоровье. Да вот не каждый может найти и сберечь бесценный дар богов.

Ведущий: Чтобы отыскать здоровье, сохранить его на долгие годы, есть правила. Давайте вспомним их сейчас, они помогут нам вырасти здоровым, крепким, жизнерадостным, готовым к труду, учёбе.

*Получен от природы дар-
Не мяч и не воздушный шар.*

*Не глобус это, не арбуз-
Здоровье. Очень хрупкий груз.
Чтоб жизнь счастливую прожить,
Здоровьем нужно дорожить.
Каждый твёрдо должен знать:
Здоровье надо сохранять.
Нужно правильно питаться,
Нужно спортом заниматься,
Руки мыть перед едой,
Зубы чистить, закаляться,
И всегда дружить с водой.
И тогда все люди в мире
Долго, долго будут жить.
И запомните, здоровье
В магазине не купить!*

Ведущий: - Ребята, а сейчас мы отправимся в путешествие, чтобы узнать, почему здоровье дороже богатства. Посмотрите на карту, как называется страна, в которую мы попадём? «Страна Здоровья».

Ведущий: Да, мы отправимся в необычную страну, в которой вы бываете ежедневно, но частенько даже не замечаете, что гуляли по Стране Здоровья. Для путешествия нам необходимо выбрать вид транспорта, угадайте, на чём мы отправимся путешествовать.

*Братцы в гости снарядились,
Друг за друга прицепились
И помчались в путь далек,
Лишь оставили дымок.*

Ведущий: Вот на таком весёлом поезде мы с вами и отправимся путешествовать. Перед нами карта нашего пути. Давайте посмотрим, на каких станциях мы будем делать остановки.

Ведущий: Итак, начинаем наше путешествие. Наш поезд отправляется.

Ведущий: Станция «Гигиена». Девиз жителей этой станции: «Чистота – залог здоровья».

А что такое «личная гигиена»? Личная – то есть каждый человек выполняет этот девиз. Гигиена – это действия, выполняя которые, жители этой станции поддерживают свое жилище в чистоте и не болеют. Но вот здесь живет очень веселый щенок. Он не хочет соблюдать правила личной гигиены, постоянно путает предметы – какими он должен пользоваться сам, а какими можно пользоваться вместе. Помогите, ребята, этому щенку.

(Работа выполняется в парах. Дети обсуждают, какие предметы должны быть личными, а какими могут пользоваться все члены семьи: полотенце, зубная щётка, зубная паста, расчёска, мыло, вехотка, шампунь)

Ведущий: Молодцы! Вы помогли щенку, и теперь он тоже будет соблюдать правила личной гигиены.

Ведущий: Занимайте свои места, мы едем дальше (звуки поезда)

Станция «Спортивная». Девиз тех, кто здесь живет: «Чтоб здоровым и сильным быть, надо всем со спортом дружить!» Жители этой станции настоящие спортсмены, они быстрые, ловкие, смелые, а давайте узнаем, какими видами спорта они занимаются.

*Там в латах все на ледяной площадке
Сражаются, сцепились в острой схватке.
Болельщики кричат: «Сильнее бей!»
Поверь, не драка это, а — ... (хоккей)*

*Ногами все бьют мяч, пинают,
Как гвоздь в ворота забивают,
Кричат от радости все: «Гол!».
Игру с мячом зовут ... (футбол)*

*Спортсмен оделся в кимоно,
Учил-учил приёмы, но
Не выучил все от и до
И проиграл свой бой в ... (дзюдо).*

*Турнир идёт. Турнир в разгаре.
Играем мы с Андреем в паре.
На корт выходим мы вдвоём.
Ракетками мы мячик бьём.
А против нас — Андрэ и Дэнис.
Во что играем с ними? В ... (теннис).*

*Площадка. Посредине — сетка.
В команде капитаном — Светка.
И каждый ей подстать игрок.
В другой команде — Игорёк.
Он пятерых с собой привёл
Сыграть «партейку» в ... (волейбол)*

*Снаряд есть у боксёров — груша.
А в этом спорте «фрукт» получише.
Там забивает мяч спортсмен
В ворота в виде буквы Н,
На сливу очень мяч похож.
Вид спорта этот назовёшь? (Регби)*

Ведущий: Молодцы!

Ведущий: Ну что, двигаемся дальше? (звуки поезда).

Можно приоткрыть окна, потому что следующая станция «Лесная». Люди здесь здоровы и счастливы, потому что они дышат чистым воздухом, пьют чистую родниковую воду, любуются красотой леса. И они немного боятся пускать нас в свой лес. Давайте покажем, что мы знаем, как вести себя в лесу, как сохранить природу.

Поиграем в игру «Можно-нельзя» (дети отвечают хором).

*Ломать деревья и ветки (нельзя)
Сажать больше деревьев (можно)
Ходить и топтать на лугах цветы (нельзя)
Ходить только по тропинкам (можно)*

Рвать большие букеты цветов (нельзя)
 Любоваться ими (можно)
 Оставлять мусор в лесу (нельзя)
 Собрать мусор в яму и закопать (можно)
 Разжигать костры в лесу (нельзя)
 Беречь лес от пожара (можно)
 В лесу шуметь (нельзя)

(ребята называют правила поведения в лесу)

Ведущий: Спасибо, ребята! Все ваши предложения полезны, просты и вполне выполнимы. Посмотрите, какой красивый лес. Давайте мы здесь немного отдохнем, подышим свежим воздухом.

(физминутка)

Наши нежные цветки
 Распускают лепестки (руки в стороны)
 Ветерок чуть дышит,
 Лепестки колышит (покачивают руками)
 Закрывают лепестки
 Наши алые цветки (руки на пояс)
 Тихо засыпают
 Головой качают.

Ведущий: Ну что отдохнули? А теперь - в путь! Мы направляемся к станции, которая называется

«Режим дня» (звуки поезда)

А что такое режим дня?

Ребята, здесь живет один странный мальчик, который все перепутал. Посмотрите, какой странный у него распорядок дня:

«Прогулка», «Ужин», «Зарядка», «Завтрак», «Подъем», «Школа», «Домашняя работа», «Свободное время», «Сон».

Давайте поможем мальчику составить правильный распорядок дня.

(работа с разрезными карточками)

Ведущий: Молодцы, друзья! Вы замечательно справились с заданием, чтобы быть здоровыми, нужно обязательно соблюдать режим дня.

Ведущий: Едем дальше? (звуки поезда)
 Станция «Правильное питание». Девиз жителей этой станции: «Будешь правильно питаться – со здоровьем будешь знаться!»

Ведущий: Ребята, я предлагаю вам на этой станции стать «садовниками здоровья», давайте вырастим чудо-дерево. Посмотрите, жители этой станции привезли нам целую тележку продуктов. На наше дерево мы должны повесить только те продукты, которые полезны для нашего здоровья.

(в корзине лежат: морковь, пепси-кола, яблоко, чупа-чупс, капуста, колбаса, конфеты, огурцы, газировка, пирожное, жевачка, редиска)

Ведущий: Почему на дереве выросла морковь? В каких фруктах много витамина «С»? Какие овощи и фрукты защищают от вредных микробов?

Ведущий: Молодцы!

Ведущий: Ну, а нам пора двигаться дальше (звуки поезда) и, мы приближаемся к последней станции, которая называется «Литературная». Здесь любят употреблять в разговоре поговорки, пословицы. А вы знаете пословицы о здоровье?

Вам нужно собрать и объяснить пословицы (дети собирают разрезанные пословицы)

Здоровье дороже богатства.

Не спрашивай здоровья, а глянь на лицо.

Береги платье снова, здоровье смолоду.

Здоровья не купишь.

Здоровье дороже денег.

Здоровый урока не боится.

Вечерние прогулки полезны, они удаляют от болезни.

Здоровому всё здорово.

Ведущий: Ну вот, ребята, наше путешествие подошло к концу. Мы с вами отправлялись в путешествие, чтобы узнать, почему здоровому – всё здорово. Докажите,



почему? Теперь мы знаем, как сохранить здоровье на долгие годы. А нам пора подвести итоги.

Ведущий: Ребята, а вам понравилось наше путешествие? Что больше всего понравилось? На какой станции было интереснее всего? (ответы детей)

Ведущий: Ребята, мне тоже очень понравилось с вами путешествовать, с вами

было весело, легко. И я приготовила для вас сюрприз. У меня есть корзина, а в ней красивые, вкусные, а главное полезные яблочки.

Ведущий: А еще, ребята, чтобы сохранить свое здоровье и здоровье окружающих, нам всем необходима доброта.

Давайте хором пожелаем друг другу: “Будьте здоровы!”



Конспект урока самопознания

Суканова Е.Э.

педагог – психолог, учитель самопознания
КГУ «Средняя школа № 36»

Өзін-өзі тану пәнінің сабақ жоспары оқытудың Кембридж жүйесі бойынша біліктілікті арттыру курсына кеңінен көрсетілген сын тұрғысынан ойлау жұмысының түрлері мен тәсілдерін қолданып өңделді. Сабақ АҚТ және оқушыларға жеке-даралап оқыту тәсілі негізінде өткізіледі. Сабақ «Өзін-өзі тану мұғалімі-2013» қалалық байқауының әділқазылар алқасының жоғары бағасына ие болды.

The plan of the lesson on Self-Education was made up using the forms and methods of critical thinking, widely presented during the courses of improving the qualification according to the Cambridge system of education. The lesson is conducted on the basis of ICT and individual differentiated approach to the students. The lesson was highly appreciated by the town competition jury “The Teacher of Self-Education 2013” and got the highest price.

По свидетельству официальных документов здоровье наших детей в последние десятилетия значительно ухудшилось. Мы часто слышим такое мнение: приходит ребенок в первый класс здоровым, а оканчивает школу глубоко больным. Но и с этой фразой можно поспорить. Ведь если изучить медицинские карты дошкольников при поступлении в 1-ый класс, то процент здоровых детей составляет 67%, у 30-33% будущих первоклассников выявлены хронические заболевания. Отсюда напрашивается вывод о том, что дети изначально приходят в школу с проблемами со здоровьем, и в течение учебы они его не восстанавливают, а ещё более ухудшают, и процент здоровых выпускников снижается до 23%. Так по данным статистики в 5 раз увеличивается число детей с нарушениями зрения, опорно-двигательного аппарата, в 3 раза увеличивается количество детей с заболеваниями желудочно-кишечного тракта. Всемирная организация здравоохранения утверждает, что 50% здоровья человека зависит от его образа жизни, значит пропаганда ЗОЖ среди школьников, разносторонняя просветительская деятельность позволят формировать с детских лет ценностное

отношение к своему здоровью.

Предлагаю вам конспект урока самопознания, который разработан с использованием форм и приёмов работы критического мышления, широко представленных на курсах повышения квалификации по Кембриджской системе обучения. Урок проводится на основе ИКТ и индивидуально-дифференцированного подхода к учащимся. Урок был высоко оценен членами жюри городского конкурса «Учитель самопознания-2013» - Гран При.

Тема: Жизнь - бесценный дар...

Цель: расширение представлений учащихся о ценности здоровья как основы полноценной жизни человека, о гармонии физического и духовного здоровья.

Задачи:

раскрыть сущность взаимосвязи полноценной жизни и здоровья человека;
развить представления о здоровом образе жизни;

воспитывать ответственность за сохранение и улучшение своего здоровья;

Оборудование: ИКТ, раздаточный материал для выполнения заданий, стикеры различных цветов, карточки с вопросами для организации беседы, плюшевое сердце.

Этап урока	Деятельность учителя	Деятельность учащегося	Примечание, хронометраж
1. Круг радости	Организация круга в тренинговой зоне кабинета. Объяснение проведения ритуала «Пирамида»	Становятся в круг, выполняют условия ритуала (положительные высказывания в адрес группы)	3 минуты
2. Объявление темы и задач урока	Учитель проводит упражнение «ТАБУ». Задаёт проблемные вопросы для формулировки задач урока со стороны учащихся	Дети с красными карточками, на которых написано слово «ЖИЗНЬ» объясняют его значение, не называя самого слова. Отвечают на вопросы учителя, формулируя задачи урока или возможные запросы на второй урок темы	3 – 5 минут
3. Погружение в тему	Организует чтение стихотворения Татьяны Ярошевич «Жизнь-это каждый твой шаг». Вопросы на осознание идеи произведения.	Чтение тремя учащимися стихотворения. Ответы на вопрос учителя об идее стихотворения.	3-5 минут
4. Беседа	Учитель организывает беседу по вопросам, написанных на карточках и прикрепленных к стульям учащихся. Вывод учителя по существованию прямой закономерности между жизнью и ЗОЖ (Приложение 1.)	Достают карточки с вопросами. Отвечают, образовавшимися группами, дополняя друг друга.	5-7 минут.
5. Задания	Учитель объясняет работу с методом «20 ключей мудреца» (Приложение 2.)	Делятся на группы по цвету стикера, обсуждают задание, готовят спикера для озвучивания мнения группы.	5-7 минут. 3-5 минут от каждой группы
6. Разминка (между защитой 3 и 4-ой групп)	Звучит фонограмма песни В.Высоцкого «Вдох глубокий..»	Организация флеш-моба	2 минуты
7. От сердца к сердцу и цитата урока	Предлагает завершить предложение Жизнь-бесценный дар, поэтому человеку нужно...	Заканчивают предложение. Достают из карманчика, сзади сердечка текст манифеста Матери Терезы (Приложение 3)	5 минут
8. Видеоматериалы	Просмотр позитивного видеоролика «Так хочется		3 минуты

Приложение 1.

Вопросы:

Почему жизнь каждого человека бесценный дар?

Как сохранить этот дар на долгие годы?

В чём смысл здорового образа жизни?

Что такое здоровье по вашему мнению?

Можно ли поставить знак « \Rightarrow » между жизнью и здоровьем?

Здоровье - это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезни или физических дефектов. (определение ВОЗ)

Компоненты здоровья:

Соматическое - текущее состояние органов и систем органов человеческого организма.

Физическое - уровень развития и функциональных возможностей органов и систем организма. Основа физического здоровья - это морфологические и функциональные резервы клеток, тканей, органов и систем органов, обеспечивающие приспособление организма к воздействию различных факторов.

Психическое - состояние психической

сферы человека. Основу психического здоровья составляет состояние общего душевного комфорта, обеспечивающее адекватную регуляцию поведения.

Сексуальное - комплекс соматических, эмоциональных, интеллектуальных и социальных аспектов сексуального существования человека, позитивно обогащающих личность, повышающих коммуникабельность человека и его способность к любви.

Нравственное - комплекс характеристик мотивационной и потребностно-информационной основы жизнедеятельности человека. Основу нравственного компонента здоровья человека определяет система ценностей, установок и мотивов поведения индивида в социальной среде.

Приложение 2.

Ключ «Алфавит» - на каждую букву алфавита написать понятие, связанное с темой урока

Ключ «Вопрос» - придумать 5 вопросов, на которые был бы единый ответ ЗОЖ (текст стр.147)



Ключ «Кирпичная стена» - подвергните сомнению идею, мысль. Попробуйте найти другие подходы и способы решения. (используйте материалы учебника с.141)

Курение успокаивает нервы

Безалкогольные напитки совершенно безвредны для человека

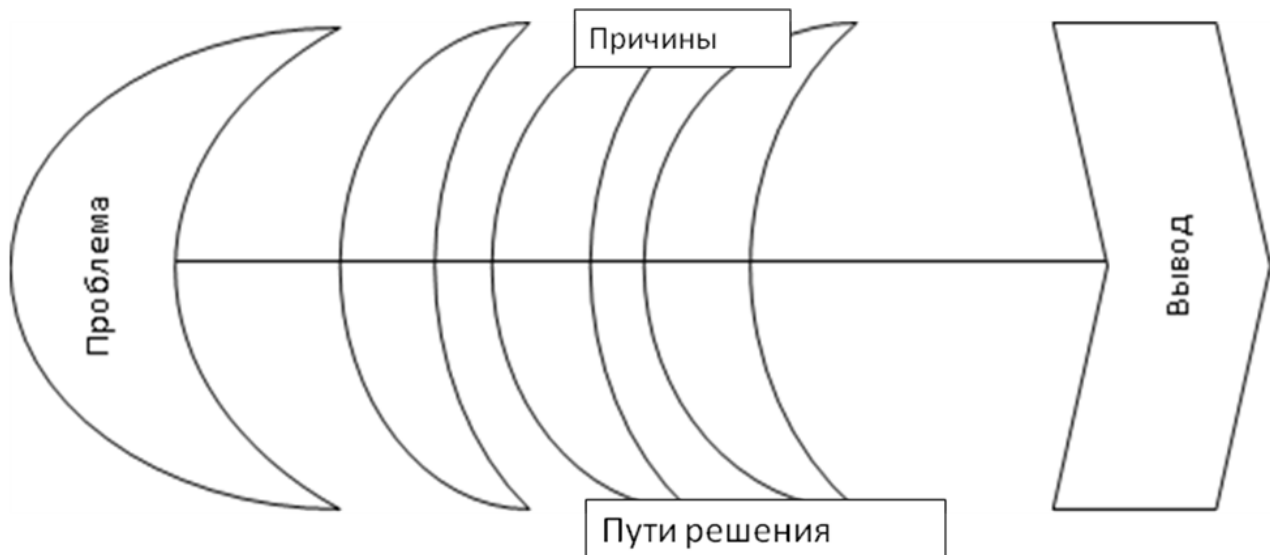
Кока-Кола – напиток, который известен во

всем мире и совершенно безвреден для организма

Чиспы, киреешки – удобный, недорогой продукт для «перекуса»

Ключ «Интерпретация» - обсудите всесторонне проблему.

Приём ФИШБОУН (рыбья кость)



Проблема (распространение вредных привычек среди молодёжи)

Ключ «Предсказания» - предсказать возможные развития события.

Работа в тетрадях стр.69 Задание на выявление положительного и отрицательного влияния на здоровье человека различных социальных явлений, сред и т.д.

Приложение 3.

Манифест матери Терезы.

Жизнь - это возможность, воспользуйся ею.

Жизнь - это красота, восхитись ею.

Жизнь - это блаженство, вкуси его.

Жизнь - это мечта, осуществи ее.

Жизнь - это вызов, прими его.

Жизнь - это долг твой насущный, исполни его.

Жизнь - это игра, стань игроком.

Жизнь - это богатство, не растранижь его.

Жизнь - это имущество, береги его.

Жизнь - это любовь, насладись ею сполна.

Жизнь - это тайна, познай ее.

Жизнь - это завет, исполни его.

Жизнь - это юдоль бедствий, превозмоги ее.

Жизнь - это песнь, спой ее до конца.

Жизнь - это бездна неведомого, ступи в нее, не страшась.

Жизнь - это удача, лови этот миг.

Жизнь так прекрасна, не забуди ее.

Жизнь - твоя жизнь, борись за нее!





О реализации пилотного проекта Детского фонда ООН «ЮНИСЕФ» по профилактике суицида среди несовершеннолетних в учреждениях образования города Усть–Каменогорска

Куземко Л.П.

методист—психолог ГМК, ГОРОО

Мақалада Өскемен қаласында суицидтің алдын алу бойынша БҰҰ ЮНИСЕФ Балалар қорының халықаралық жобасын жүзеге асыру туралы ақпарат, оның бірқатар нәтижелері, сонымен қатар білім беру үрдісіне қатысушылар үшін суицид жасау қаупі бар жағдайларда балаларға көмек көрсету жөнінде ұсыныстар берілген.

Information is given in the article is about realization of international project of the Child's fund of UNISEF, includes recommendations for the participants of educational process on helping children living in Ust-Kamenogorsk in the situation of suicidal risk.

С февраля 2012 года по инициативе акима Восточно-Казахстанской области Б.М.Сапарбаева началась реализация проекта Детского фонда ООН «ЮНИСЕФ» «Исследование распространенности фактов суицида среди несовершеннолетних в ВКО» с участием 4-х международных экспертов. Экспертами ЮНИСЕФ выступили:

- Марко Саркьяпони, суицидолог, доцент Психиатрии факультета Медицины университета Молис (Италия), вице-президент Международной ассоциации предотвращения суицида;

- Сергей Скляр – старший научный сотрудник РГКП «Республиканский научно-практический центр психиатрии, психотерапии и наркологии» Министерства здравоохранения Республики Казахстан;

- Ядранка Мимица, советник ЮНИСЕФ в странах Центрально-Азиатского региона;

- Кадирова Айгуль, координатор программы «Здоровье и развитие молодежи, профилактика ВИЧ/ СПИД» ЮНИСЕФ в Казахстане.

В ходе первого визита, в феврале 2012 года, экспертов ознакомили с ситуацией, сложившейся в городе Усть-Каменогорске по фактам и попыткам суицида, представили систему работы по данному направлению. По результатам составлена Программа «Анализ

распространенности, глубинных причин и факторов риска и защиты в области суицидального поведения в Казахстане», которая начала свое функционирование с июня 2012 года в рамках реализации пилотного проекта в Восточном Казахстане.

Изучение уровня профессионализма психологических служб в феврале 2012 года позволило доверить реализацию пилотного проекта и выработку превентивных мер специалистам из 4-х регионов Восточного Казахстана, при этом максимальное количество объектов – в городе Усть-Каменогорске. Всего в данном проекте участвуют 84 специалиста, из них 15 медицинских психологов, 5 психиатров, 34 школьных психолога, 30 медицинских работников школ.



Основной этап реализации проходил в рамках третьего подпроекта «Оценка распространенности и факторов риска суицидального поведения». Перед его реализацией проведено трехэтапное обучение педагогов-психологов школ, медицинских учреждений, которое позволило повысить уровень знаний специалистов в области суицидологии, а также познакомить с инструментами диагностики для реализации 3-го подпроекта. Использование базового опроса в качестве инструмента позволило расширить зону внимания педагогов-психологов и увидеть перспективы дальнейшей работы с клиентом.

В результате проведенных опросов учащихся создана база данных на 890 детей «группы риска». Отработка данной категории респондентов происходила совместно со специалистами психоневрологического диспансера, психологами медицинских учреждений путем закрепления специалистов за каждой школой и составления алгоритма работы.

Школьными педагогами-психологами были проведены беседы по итогам базовых опросов, в ходе которых выяснялись



Работа с международными экспертами ЮНИСЕФ позволила изменить содержание профилактической работы в условиях школы с учетом их рекомендаций. Повысилось использование продуктивных форм проведения мероприятий с использованием технологий деятельностного типа, кэмбриджской системы обучения, интерактивного оборудования. В 531 мероприятии акции «Я люблю тебя, жизнь!» (март) приняли участие 34477 детей и взрослых, что на 2052 мероприятий больше, чем в 2012 году; в слете «Выбери жизнь!» участвовали 175 подростков; в ходе Всемирного дня предотвращения суицида мероприятиями охвачено более 20-ти тысяч

причины депрессивных состояний, уточнялись формулировки полученных ответов и делались окончательные выводы о принадлежности к той или иной рискованной категории. Далее в рамках работы школьных социально-психологических служб составлены маршруты индивидуального сопровождения несовершеннолетних, попавших в группу риска, включающих консультации с детьми и их родителями, направления на консультацию к психиатрам, юристам Центра поддержки семьи и детства, включение в профилактическую работу (тренинги, занятия, групповые консультации и т.д.). Таким образом, осуществлялась психологическая поддержка учащихся в состоянии суицидального кризиса, проводилось просвещение родителей, разрабатывались превентивные меры вмешательства.

В ходе работы над проектом достигнуты определенные результаты по межведомственному взаимодействию: отработана схема регистрации, оповещения, механизм работы с попытками суицида, совместно с медицинскими учреждениями и УВД.



участников образовательного процесса школ и жителей микрорайонов города. Это позволяет повысить эффективность первичной профилактики.

Количественные показатели проведения внутришкольных мероприятий здоровьесберегающей и жизнеутверждающей направленности для учащихся практически стабильны и составляют 1912-1954 мероприятий ежегодно; для родителей от 1106 в 2011 году до 850 в 2012 году; для педагогов – от 437 до 374. Динамика охвата снижается за счет повышения качества проводимых мероприятий.

Мониторинг деятельности социально-психологических служб позволяет отследить положительную динамику в части обращений за помощью в трудной жизненной ситуации с 1966 до 1303 случаев. Это происходит за счет повышения показателей оказания услуг службы «телефонов доверия» со 118 до 137 звонков ежеквартально, рейдовых мероприятий в семье, требующие повышенного внимания с охватом от 383 до 440 ежегодно. Также о положительной тенденции свидетельствуют показатели индивидуальной помощи: они увеличиваются с 1163 в 2010 году до 1499 в 2012 году; и направления в консультативные центры для оказания специализированной помощи, имеющие стабильную динамику (охват 140-145 случаев в год). Возрастают показатели вовлеченности в организованные формы досуга с 10474 до 12959 несовершеннолетних.

Анализ качественных показателей по фактам и попыткам суицида в городе Усть-Каменогорске показал, что основными причинами по-прежнему остаются низкая родительская компетентность в вопросах воспитания, их незаинтересованность в вопросах конструктивного разрешения проблем, преобладание административного стиля воспитания в семье.

Достигнутые результаты позволят в дальнейшем осуществлять качественную работу с детьми «группы риска» по повышению уровня психологического здоровья, как основной причины аутодеструктивного и отклоняющегося поведения; улучшить эффективность работы социально-психологических служб через повышение их профессиональных навыков в области профилактики суицида; внедрить систему он-лайн консультирования; получить рекомендации по эффективным формам организации профилактической работы с субъектами образовательного процесса; поэтапно повышать уровень профессиональной грамотности родителей и педагогов.

В целом по реализации третьего компонента получены положительные отзывы специалистов, осуществляющих оценку распространенности и факторов риска суицидального поведения и с сентября 2013 года наработанный опыт будет внедряться во все школы города Усть-Каменогорска.

Предлагаю несколько рекомендаций, которыми вы можете воспользоваться.

Как педагогам и родителям вести себя с суицидальным подростком

Если у вас возникают опасения

относительно состояния вашего ребенка или если в семье уже имела место суицидальная попытка, следует предпринять меры по предупреждению суицидального кризиса. Эти действия включают две основных стратегии – постоянную работу по улучшению взаимоотношений в семье, повышению самооценки, самоуважения у ребенка, а также меры по улучшению коммуникации (общения) в семье при выявлении признаков суицидальной угрозы.

Повышение самооценки

Позитивная самооценка защищает подростков и молодых людей от психологического стресса и подавленности, а также помогает им лучше справляться со стрессовыми ситуациями в жизни. Для повышения самооценки можно использовать следующие подходы:

Всегда старайтесь подчеркивать все хорошее и успешное, что присуще вашему ребенку. Ощущение успешности, достижения в чем-то, в том числе прошлые успехи улучшают состояние, повышают уверенность в себе и укрепляют веру в будущее.

Не следует оказывать постоянное давление на подростка или молодого человека или предъявлять чрезмерные требования в отношении все лучших и лучших результатов (в учебе, в жизни и т.д.)

Родителям недостаточно только говорить или думать, что они любят своих детей, им следует их действительно любить. Существует большое различие между тем, когда ты чувствуешь, что тебя любят, и когда тебе только часто повторяют, что любят.

Детей важно принимать такими, какие они есть. Более того, их нужно любить такими, какие они есть. Они должны чувствовать, что их любят не за хорошее поведение и успехи, а потому, что они дети своих родителей.

Поддерживайте самостоятельные устремления ребенка. Не судите его слишком строго. Вообще стремитесь поменьше оценивать. Самостоятельность и собственные умения – эти строительный материал для повышения самооценки.

Самооценка во многом зависит от физического развития, навыков общения среди сверстников. Поощряйте занятия спортом, успехи среди друзей. В конце концов, рано или поздно подросток или молодой человек должен стать независимым от своей семьи и окружающих сверстников, наладить отношения с противоположным полом, подготовить себя к самостоятельной жизни, выработать собственную осмысленную жизненную позицию. В этих

начинаниях ему необходима тактичная и умная поддержка.

Если существует суицидальный риск или уже произошла попытка

Чаще всего подростки и молодежь в состоянии стресса или суицидального риска, а также после совершенной попытки испытывают главную проблему – проблему общения, т.е. неспособность или невозможность обсудить с кем-то возникшие проблемы. Поэтому диалог с человеком в это время является бесценным.

Первым шагом в предупреждении самоубийства всегда бывает установление доверительного общения. Если его достичь не удастся, возникает ситуация, в которой молчание и нарастающее напряжение в отношениях не позволяет осуществить никаких полезных действий для подростка. Страх взрослых спровоцировать суицидальное поведение разговором о самоубийстве, обсуждением суицидальных мыслей и сигналов приводят к отсутствию эффективной коммуникации.

Необходимость беседы с ребенком о его суицидальной попытке – сложная проблема для родителей, поскольку она часто обостряет их собственные психологические конфликты или вскрывает существующие проблемы. В ряде случаев неразрешенные, эмоциональные проблемы родителей выходят на поверхность. Отсюда, с одной стороны, желание и необходимость поговорить с сыном или дочерью, с другой – страх перед этой беседой. В результате проблема не обсуждается и общение не происходит.

Иногда дискомфорт, который испытывают родители, выливается в осознанную или бессознательную агрессию против ребенка. Необходимо помнить, что подростки и молодые люди в состоянии суицидального кризиса являются особенно чувствительными не только к тому, что говорится, но и как это говорится. Порой большую пользу оказывает невербальная коммуникация – «язык жестов и прикосновений».

Родители могут столкнуться с тем, что ребенок отвергает их помощь. На самом деле он одновременно и желает, и не хочет ее, поэтому мягкость и настойчивость, терпение и максимальное проявление сочувствия и любви необходимы для достижения положительного результата в диалоге. Дальше приводятся некоторые практические рекомендации.

Помощь лицам с суицидальными тенденциями или отчаявшимся

1. Вы должны оставаться самим собой.

Остальное воспринимается как обман, пусть и непреднамеренный, звучит фальшиво и не является искренним для вас или вашего ребенка

2. В вашу задачу входит вступить с сыном или дочерью в доверительные отношения, чтобы он смог рассказать вам правду о том, что у него на уме. Нужно, чтобы он чувствовал себя на равных с вами, как с другом.

3. Что именно вы говорите (или не говорите) - не столь важно. Важно, КАК вы это говорите. Если вы не можете найти нужных слов, но переживаете искреннюю заботу, ваш голос, интонация передаст ее.

4. Имейте дело с человеком, а не «Проблемой». Говорите как равный; а не как старший. Если вы попытаетесь действовать как учитель или эксперт, или прямолинейно разрешать проблемы (что обычно и делают родители), это может оттолкнуть вашего ребенка.

5. Сосредоточьте свое внимание. Вслушивайтесь в чувства, а не только в факты, и в то, о чем умалчивается, наряду с тем, о чем говорится. Позвольте человеку, не перебивая, излить душу.

6. Не думайте, что вам следует что-то говорить каждый раз, когда возникает пауза. Молчание дает каждому из вас время подумать.

7. Проявите искренне участие и интерес, не применяйте допроса с пристрастием. Простые, прямые вопросы («Что случилось?», «Что произошло?») для собеседника будут менее угрожающими, чем сложные, «расследующие» вопросы.

8. Направляйте разговор в сторону душевной боли, а не от нее. Ваш сын или дочь хотят рассказать вам о личных и болезненных вещах, которые трудно услышать большинству людей.

9. Постарайтесь увидеть и почувствовать ситуацию глазами вашего ребенка. Будьте на его стороне, не принимайте сторону людей, которым он может причинять боль или которые причиняют боль ему.

10. Дайте возможность сыну или дочери найти свои собственные ответы, даже если вы считаете, что знаете очевидное решение или выход.

11. Во многих случаях решения просто не существует, и ваша роль заключается в том, чтобы оказать дружескую поддержку, выслушать, быть со своим ребенком, который страдает. Предоставление времени, внимания и заботы может показаться недостаточным. Люди в состоянии горя, находящиеся в ситуации, кажущейся безвыходной, могут заставить вас

чувствовать себя беспомощными и глупыми. К счастью, вы не должны обязательно выработать какое-то определенное решение, немедленно изменить жизнь или даже спасти ее. Ваш сын или дочь спасутся сами и изменят свою жизнь. Доверяйте им.

И последнее. Когда вы не знаете, что сказать, не говорите ничего. Но будьте рядом!

*Источник: А.Розанов, А.Н.Моховиков, Р.Стилиха
«Предупреждение самоубийств у молодежи».
Семейное руководство.*



Здоровьесберегающие технологии В работе школьного учителя

Чемарева М.А.

учитель русского языка и литературы,
КГУ «Средняя многопрофильная школа №37»
акимата г. Усть-Каменогорска

Соңғы кезде денсаулық сақтау технологияларын оқу үдерісінде пайдалану өзекті болып отыр. Бұл мақалада осы тақырып бойынша практикалық ұсынымдар келтірілген.

Recently the problem of the health saving technologies becomes actual in the process of educating. This article contains practical recommendations on this topic.

В последнее время очень много пишут и говорят о модернизации казахстанской системы образования. Мы стоим на пороге больших перемен: это и переход на 12-летнее обучение, и введение электронных журналов и дневников, и связанная с этим интенсификация информационного пространства школы, и многие другие инновации. Но нам, учителям, не стоит забывать о том, что реформирование образования – наше общее дело, которое, в конечном итоге, имеет одну цель - воспитать гармонично развитую, здоровую духовно и физически личность с широким кругозором и глубокими познаниями в различных областях наук.

Нынешние школьники, на мой взгляд, очень сильно отличаются от своих сверстников, учившихся еще какие-нибудь лет 10-15 назад. С одной стороны, они более раскованны внутренне, более свободны в выборе чего бы то ни было, с другой – стали более уязвимы в психологическом плане, у них в большинстве своем нет четких приоритетов, а понятие жизненных

ценностей деформировано. А еще они имеют в своем юном возрасте такой букет хронических заболеваний, которому «позавидовал» бы 50-летний пациент любой больницы. Конечно, школа не в состоянии поправить здоровье своих учеников, это очевидно. Но наша святая обязанность и цель – всячески пытаться его укреплять и поддерживать. Причем не только на уроках физкультуры, но и на обычных уроках. В этом, без сомнения, нам необходимо активно использовать в своей работе здоровьесберегающие технологии.

По определению Храповой О.П., «здоровьесберегающие технологии – это система мер по охране и укреплению здоровья детей, учитывающая важнейшие характеристики образовательной среды, условия жизни ребенка. Это совокупность педагогических, психологических и медицинских воздействий, направленных на защиту и обеспечение здоровья и ценностного отношения к себе». Как же совместить учебу и заботу о здоровье? Как сделать так, чтобы сбережение здоровья

стало насущной потребностью и учителя, и ученика? Как сделать это не навязчиво, не показательно, не на один раз, для галочки, а так, чтобы это стало неотъемлемой и приятной частью жизни каждого ребенка?

Я думаю, что очень многое будет зависеть от выбора педагогической технологии, которая будет взята за основу в процессе обучения, а также от подготовительной работы, необходимой для эффективной работы в этом направлении.

Первый шаг – изучение листа здоровья, который ведется в школьном журнале. Изучив его, я сделала вывод, что 33% учащихся моего класса страдают миопией, у 15% – зоб 1-2 степени, вегетососудистой дистонией страдают 37% учащихся, ожирение у 7%, нарушение осанки наблюдается у 26%, бронхиальной астмой страдают 11% учащихся, хронический гастрит у 15%. Картина, конечно, неутешительная, но, опираясь на нее, можно скорректировать дальнейшую работу. Важная часть моей работы – рациональная организация урока, всех его составляющих. Во-первых, кабинет должен быть хорошо проветрен на перемене: нельзя держать раскрытыми окна во время урока во избежание сквозняка. Во-вторых, очень важно создать психологический настрой в самом начале урока, снять эмоциональную напряженность, сказать детям, как рада их видеть, похвалить отдельных учеников за что-то, просто улыбнуться.

Психологи считают, что при общении с детьми важен также тактильный контакт, так как подавляющее большинство из них большую часть времени предоставлены себе, родители заняты зарабатыванием денег, а свою воспитательную миссию видят в том, чтобы накормить и одеть свое дитя. Поэтому во время урока, проверяя задание в тетради, погладьте ребенка по голове, прикоснитесь к плечу. При первой встрече перед уроком можно поздороваться не со всем классом, а с каждым по отдельности за руку. Наблюдения показывают, что при такой форме приветствия ребенок начинает чувствовать себя не просто частью коллектива, его винтиком, а самостоятельной личностью; повышается его самооценка, улучшается настроение: ведь на него лично обратил внимание учитель!

Следующая моя задача во время урока, которой я стараюсь придерживаться – проведение физкультминуток в середине урока. Содержание их варьируется в зависимости от объема урочной нагрузки. Если большой объем письменных работ, работа с текстом, то включаю зарядку для глаз, например, такую: «Положите ручки.

Выпрямите спину. Закройте глаза. Сосчитайте до десяти. Откройте глаза. Посмотрите в окно. Охватите общий план пейзажа. Теперь сосредоточьте внимание поочередно на трех дальних предметах. Рассмотрите их хорошенько. Переведите взгляд на оконную раму. Задержите его на 3-5 секунд и снова сфокусируйтесь на дальних предметах. Повторите упражнение 3-4 раза». Данное упражнение очень эффективно снимает усталость глаз, тренируя глазную мышцу.

Иногда, чтобы не терялась нить урока, полезно проводить тематические физкультминутки. Я разработала несколько таких и заметила, что дети выполняют их с большим удовольствием. Например, при изучении в 5 классе темы «Правописание приставок пре-при» выполняем следующее упражнение с так называемым лингвистическим «сгущением» орфограмм: «Приложите усилие – привстаньте со стула: приступите к упражнению вам нужно скорей. Помассируйте пальцы, прижмите ладошки крепче и похлопайте дружно. Присядьте на стул». После выполнения такого упражнения ребята называют все встретившиеся в произносимых учителем командах орфограммы на изученное правило.

Еще один момент, о котором мы, учителя, к сожалению, часто забываем – это осанка. Необходимо помнить, что, приучая детей ровно держать спину, мы не только заботимся о профилактике сколиоза, которым страдает добрая половина детей. Прямая спина – это еще и развернутая грудная клетка, а, следовательно, и полное и правильное дыхание, более полное насыщение кислородом клеток головного мозга, высокая работоспособность. Поэтому напоминайте об этом на уроке почаще, и если это напоминание будет систематическим, результат не заставит себя ждать.

Наверное, каждый педагог имеет богатый дидактический материал к урокам. В своей работе я стараюсь чаще использовать тексты о здоровье человека, здоровом образе жизни, спорте, туризме. Уроки русского языка дают прекрасную возможность для формирования у ребенка позиции признания ценности здоровья, чувства ответственности за него.

Важным этапом деятельности на уроке является оценивание ответов учащихся. Кто-то из детей спокойно воспринимает этот процесс. Кто-то панически боится, а кому-то нужно оценку прокомментировать. Поэтому, я думаю, здесь тоже должен быть дифференцированный подход, и ввожу при необходимости три параметра оценивания: «Оцени себя сам», «Взаимооценка» и оценка с обоснованием «Как ты думаешь, почему я

тебя так оценила?». Это помогает избежать психологического стресса, эмоционального напряжения, которому может быть подвержен ребенок в момент оценивания.

Наблюдения за поведением учащихся на уроке показывают, что учителю нельзя пренебрегать таким очень важным этапом урока, как рефлексия. Не забудьте спросить у своих детей, получили ли они на уроке положительные эмоции, пусть похлопают наиболее удачным, на их взгляд, ответам своих товарищей. Можно даже предложить показать мимикой их эмоциональное состояние. Все эти приемы также помогают сбалансировать эмоциональный тон уроков и гармонизировать ваши взаимоотношения с детьми.

Хочется также сказать о том, что в своей работе я пользуюсь таблицей Смирнова Н.К. «Критерии обеспечения здоровьесбережения учащихся на уроке», которая помогает мне систематизировать мою деятельность в данном направлении. Вот эти критерии:

1. Плотность урока не менее 60% и не более 75%.
2. Число видов учебной деятельности 4-7.
3. Средняя продолжительность различных

видов учебной деятельности не более 10 минут.

4. Частота чередования видов учебной деятельности. Смена не позднее чем через 7-10 минут.

5. Наличие эмоциональных разрядок (2-3). Данная структура оптимально подходит для проведения уроков, позволяет избежать утомления учащихся, свести к минимуму учебный стресс, помогает достичь хороших результатов.

К.Д. Ушинский говорил: «Учитель! Помни, твоя улыбка стоит тысячи слов!». Мы, педагоги, должны стремиться вызвать положительное отношение к себе и предмету, создать такую атмосферу, чтобы нашим детям было легко и комфортно учиться, чтобы они чувствовали настоящую заботу о себе и своем здоровье.

Литература

1. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы. М., АРКТИ, 2003 г.
2. Храпова О.П. Здоровьесберегающие технологии на уроках русского языка и ИЗО. М., Молодой ученый, 2011, №7.



Здоровьесберегающий компонент в учебно-воспитательной деятельности начальной школы



Есемканова М.Б.

учитель начальных классов
КГУ «Средняя школа №7»
акимата г Усть-Каменогорска

Мақалада өз денсаулығына ұқыптылықпен қарау, оны сақтау және нығайту жөнінде өзекті мәселелер қарастырылады.

The article is considered the main problem of saving health and forming of careful relation to the health.

Мы говорим: «Здравствуйте», желая всем здравствовать, жить с радостью. Здоровье – одна из самых больших жизненных ценностей. Это понимает каждый человек, но

поздно приходит понимание того, что только гармония трех начал в человеке: духа, души, тела – дает истинное здоровье. Как познать эту истину? Как признать, что каждый из нас –

важное звено в общей цепи человечества, и от каждого зависит, здоровое оно или больное.

В последние годы все очевиднее ухудшение здоровья учащихся. Наряду с неблагоприятными социальными и экологическими факторами в качестве причины признается и отрицательное влияние школы на здоровье детей. Именно в школе дети проводят значительную часть времени, поэтому не помогать им сохранить здоровье было бы проявлением бездушия и непрофессионализма. Современная медицина занимается не здоровьем, а болезнями, т.е. не профилактикой, а лечением. Задача же школы иная – сохранить и укрепить здоровье своих воспитанников. Следовательно, исходя из вышесказанного, можно сделать вывод о том, что главное действующее лицо, заботящееся о здоровье учащихся в образовательных учреждениях, – педагог.

В распоряжении образовательной системы имеются мощные возможности для позитивного воздействия на здоровье путем повышения уровня грамотности, воспитания культуры здоровья, приобщения к ведению здорового образа жизни. Не использовать их – значит не решать главную задачу образования – подготовку ребенка к самостоятельной жизни. Учитель должен помнить то, что только внимание к своему здоровью, проявление грамотной заботы о своем здоровье, предъявление ученикам позитивных результатов этой заботы помогают решать воспитательные задачи школы.

С первых дней ребенка в школе важно научить его мыслить позитивно. Значение позитивного мышления огромно. Оно помогает развивать уверенность в себе, устранить страхи, наполнить душу и разум ребёнка человеческим спокойствием и доброжелательностью. Настрой на добрый лад создает в душе ребенка чувство равновесия и гармонии. Слова «Мир», «Любовь», «Добро» надо произносить как можно чаще как учителю, так и детям. Каждое доброе слово несет силу, энергию, прежде всего, тому человеку, кто сказал его, а затем и тому, в адрес кого эти слова сказаны. Начинать урок можно с добрых слов и улыбки. Улыбка – положительный импульс для головного мозга.

Мы за парты дружно сели,
Друг на друга с улыбкой посмотрели.
Пожелали успехов глазами
И вперед за новыми знаниями.

Очень важно ежедневно учить детей погружаться в тишину, хотя бы на 1-2 минутки. Как подготовить учеников к сидению в тишине? Прежде всего, попросить

их сесть в удобной позе. Спина прямая, но без напряжения. Для легкого достижения спокойствия нужно сосредоточить внимание на дыхании. Вдох – считаем раз, выдох – два. Можно использовать слова: Лю – бовь, Друж – ба, Счасть – е и т.д.

Такие упражнения ведут к уравновешенности, самоконтролю, улучшению памяти, умению концентрироваться, развивают интуицию. После таких упражнений дети ведут себя лучше на уроке и легче усваивают знания. Было бы нелишним любой урок начинать и заканчивать погружением в тишину.

Для полноценного физического развития и укрепления здоровья детей необходим особый двигательный режим, отличающийся разнообразием форм физического воспитания. Одной из таких форм являются физкультурные минутки. Физминутки влияют на деятельность мозга, активизируют сердечно-сосудистую и дыхательную системы, кровоснабжение внутренних органов, работоспособность нервной системы. В 1 классе проводятся 2 физминутки: через 15 минут после начала урока и на 25-ой минуте. В остальных классах начальной школы одна физминутка, после 20-ти минут от начала урока.

Уроки должны проводиться в светлом, чистом, хорошо проветренном классе. Обязательное условие эффективного проведения физминуток – положительный эмоциональный фон. В состав упражнений для физминуток входят:

- упражнения по формированию осанки;
- укреплению мышц рук;
- отдых позвоночника;
- упражнения для ног;
- релаксационные упражнения для мимики лица;
- психогимнастика;
- дыхательная гимнастика.

Дети любят физминутки, выполняемые под веселую музыку, с использованием ИКТ.

Кроме физминуток можно проводить и оздоровительные минутки. Учитель, проводя оздоровительную минутку, должен участвовать в них вместе с детьми. Ведь личный пример – сильнодействующий фактор.

Итак, потратив всего лишь 1 минутку на свое здоровье, вы подарите себе часы жизни и радости. За 1 минуту можно:

- потянуться 1-2 раза;
- выпить воду маленькими глотками;
- помассировать пальцы;
- сказать добрые слова друг другу;
- мысленно пожелать здоровья всем людям и т.д.

Важное значение имеет эмоциональный

климат на уроке, мажорность урока. Для этого уместно проведение минуток отдыха, минуток юмора. Детям нравится игра «Свободный микрофон». «Микрофон» передается по цепочке и дети рассказывают о себе интересные сведения. Н-р: «Я, Косолапов Кирилл, очень люблю насекомых», «Я, Иванова Кристина, веселая и шустрая, но очень боюсь мышей» и т.д.

Учитель должен знать и то, что регулярное питье воды маленькими глотками - одно из главных условий здоровья. Поэтому с первых дней ребенка в школе надо посоветовать ребятам носить с собой бутылочку с водой, после каждого урока на перемене выпивать по 2-3 глотка. Это помогает снять умственную усталость и предотвратить головную боль. Крайне необходимо пить воду и учителям. Выпив полстакана воды маленькими глотками, можно избавиться от головной боли, чрезмерного нервного напряжения. Особенно полезно пить воду при большой умственной нагрузке.

Образовательный процесс должен носить творческий характер. Включение ребенка в творческий процесс, поисковая деятельность, свобода выбора упражнений снижает наступление утомления. Это достигается использованием игровых ситуаций на уроке, разнообразием форм уроков, проведением подвижных игр на переменах, чередованием различных видов учебной деятельности, форм работы.

Внеклассная работа в школе дает возможность продолжать работу по сохранению и укреплению физического и психического здоровья и может проводиться

в следующих формах:

- участие детей и родителей в проектной деятельности «Стрессы и страхи детей младшего школьного возраста»; «Жвачка: жевать или не жевать?»;

- экскурсии;

- спортивные соревнования;

- спортивные секции, кружки, бассейны;

- танцевальные кружки;

- досуговые оздоровительные мероприятия «Папа, мама и я – спортивная семья»;

- Дни здоровья;

- утренняя гимнастика;

- беседы, лекции, диспуты, дискуссии на

темы:

1. В здоровом теле – здоровый дух

2. Курить – здоровью вредить

3. Что мы едим?

4. Смысл жизни – в чем он?

5. Здоровые зубы – здоровый желудок.

6. Что такое наркотики?

7. Как сохранить силу и красоту?

8. Сам себе я помогу и здоровье сберегу.

9. Вредные привычки.

10. Компьютер в жизни ребенка.

- конкурсы рисунков, плакатов.

Здоровый образ жизни пока не занимает первое место среди главных ценностей в обществе. Но если мы научим детей ценить, беречь и укреплять свое здоровье, личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то можно надеяться, что наши дети будут расти здоровыми физически и развитыми духовно. Надо помнить, что только систематическая забота о здоровье детей может принести желаемые результаты.





Управление информационно– методическим обеспечением повышения квалификации педагогических кадров (региональный аспект)

Байконова С.З.

к.п.н., директор филиала АО «ИЖУНК «Өрлеу»
Институт повышения квалификации
педагогических кадров по
Восточно–Казакстанской области

Интеграция Казахстана в мировое образовательное пространство ставит перед системой образования принципиально новые задачи, в том числе и по вопросам управления, педагогического менеджмента. В условиях реформирования всех ступеней системы образования большая ответственность ложится на руководителей образовательных учреждений, призванных стимулировать развитие профессиональной компетентности педагогических кадров.

Педагогический менеджмент в литературе рассматривается как комплекс принципов, методов, организационных форм и технологических приемов управления педагогическими системами, направленный на повышение эффективности их функционирования и развития. Исходя из определения педагогического менеджмента, следует отметить, что любой педагог (воспитатель, учитель, преподаватель) по сути является менеджером учебно-познавательного процесса (как субъект управления им), а руководитель учебного заведения – менеджером учебно-воспитательного процесса. Речь идет и кибернетическом подходе к управлению обучением, когда под управлением понимается такое воздействие на объект (процесс), которое выбрано из множества возможных воздействий с учетом поставленной цели, состояния объекта (процесса), его характеристик и ведет к улучшению функционирования или развития данного объекта, т.е. к приближению цели.

Управление имеет место в тех системах, которые характеризуются большой сложностью и динамичностью. Постоянные изменения, переходы из одного состояния в другое под влиянием внутренних и внешних воздействий и причин, присущие педагогическим системам, могут иметь

обратимый и необратимый характер, вести их к сохранению и развитию или к разрушению. И для того, чтобы снять возмущающие и деструктивные влияния различных стихийных факторов, возникает необходимость сохранить определенные качества, структурные и функциональные характеристики системы в заданных пределах и условиях, обеспечить оптимальный уровень ее функционирования и развития. Эти задачи призвано решать управление. В. А. Якунин, чья точка зрения является для нас наиболее убедительной, в качестве взаимосвязанных, относительно самостоятельных функций управления выделяет следующие стадии или этапы управления: формирование целей, информационной основы обучения, прогнозирования, принятия решения, организации, коммуникации, контроля и оценки результатов, коррекции.

В современных условиях особое внимание ученых и практиков привлечено к проблемам регионализации образования, разработки региональной образовательной политики. Выстраивание региональной образовательной системы и разработка концепций развития образования в регионе, на наш взгляд, будет успешно осуществляться, если учитываются потребности региона в уровне образования, ожидания населения и педагогической общественности, Госстандарт образования, типы и количество учебных заведений с определением механизмов их оптимального функционирования.

Ключевое значение, в этой связи, приобретает управление информационно-методическим обеспечением в системе повышения квалификации. Национальный центр повышения квалификации педагогических работников «Өрлеу»

является основным источником получения педагогами и управленцами новой информации, нового знания и новых технологий, поэтому данная система, в известной мере, несёт ответственность за подготовленность работников образования к модернизационным процессам.

Анализ научной литературы позволил определить значение понятия «информационно-методическое обеспечение». Это целостный системный объект, в котором реализуется идея непрерывности повышения квалификации педагогов, соединения его с реальной профессиональной практикой, с освоением педагогических новшеств, включением их в широкое образовательное пространство, сопряженное с различными областями жизнедеятельности, что позволяет педагогу успешно ориентироваться в современной социально-образовательной ситуации.

Действующая в Восточно-Казахстанской области система информационно-методического обеспечения повышения квалификации разработана на основе современных методологических подходов, в которые вошли: комплексный, мотивационный, ресурсный и синергетический; и принципах: системности и многоуровневости; актуальности; преемственности и перспективности; практической направленности (ориентация на современные потребности педагогов области и «обратной связи»); гуманизации и гуманитаризации.

Значимость структур образовательной системы, осуществляющих информационно-

методическое сопровождение деятельности педагогов определяется позитивной динамикой инновационных процессов в системе образования, выражаемой в трех показателях:

качество деятельности единой информационно-образовательной сети, объединяющей субъектов инновационной деятельности региональной системы образования;

уровень сформированности компетентности педагогов в способах и средствах реализации инновационной деятельности;

инновационным потенциалом региональной образовательной системы осуществлять нововведения с достижением максимально возможных результатов при минимальных затратах.

Внедрение системы информационно-методического обеспечения (см рис.1) повышения квалификации педагогических работников позволяет направить процесс курсовой подготовки на формирование профессиональной компетентности, профессиональных установок и решение индивидуальных профессиональных проблем педагогов. Управление информационно-методическим обеспечением в системе повышения квалификации опирается на внутренние и внешние ресурсы, позволяющие стимулировать совершенствование профессионализма деятельности кадров, обмен инновационным опытом работы, внедрение совместных проектов.

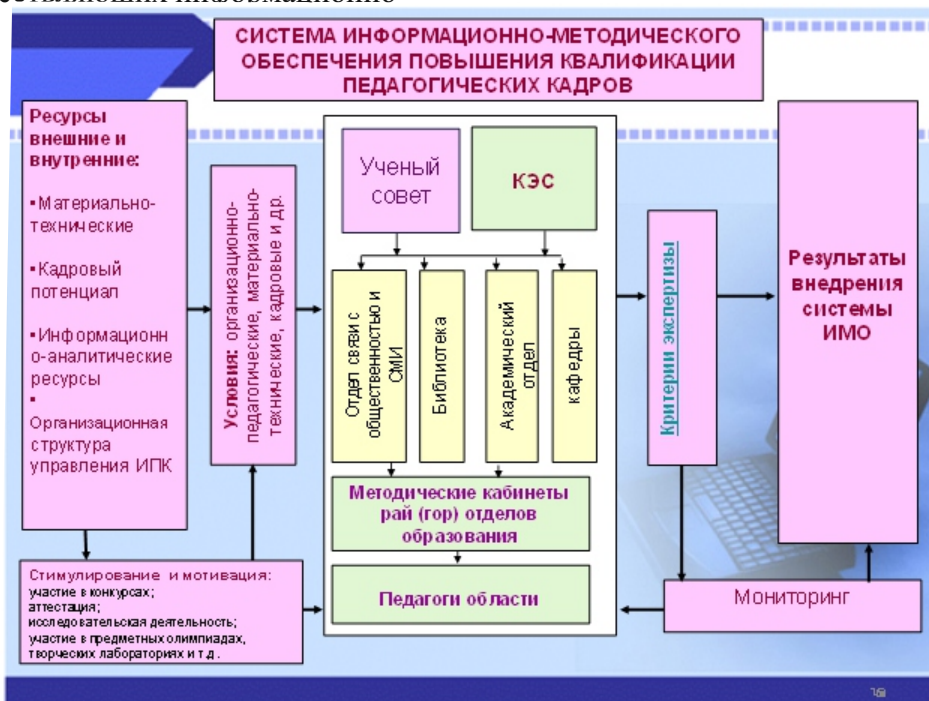


Рис.1 Система информационно-методического обеспечения повышения квалификации педагогических работников Восточно-Казахстанской области

Выделим внешние ресурсы института:

- международное сотрудничество с институтами и Центрами повышения квалификации работников системы образования России, Киргизии, Великобритании, Сингапура;

- сотрудничество с региональными и республиканскими вузами: ВКГУ им. С. Аманжолова, КАСУ, Технопарком «Алтай» ВКГТУ им. Д.Серикбаева, Региональным центром новых технологий образования, КАО им. Ы. Алтынсарина, Национальным Центром Информатизации Образования;

- сотрудничество с печатными и электронными СМИ.

Внутренние ресурсы института представлены следующим образом:

- материально-технические ресурсы;

- кадровый потенциал;

- информационно-аналитические ресурсы;

- научно-методический ресурсы;

- организационная структура управления ИПК.

Для работы сотрудников над созданием мультимедийных материалов, продуктов для дистанционного обучения, в целях индивидуальной работы и для группового консультирования оборудована специальная «педагогическая ИКТ-лаборатория» с расширенной комплектацией программного обеспечения. В настоящее время лаборатория располагает новыми компьютерами (12), множительной техникой, веб-камерами для проведения индивидуальных видеоконсультаций.

В рамках курсовой подготовки педагоги имеют возможность выхода в Интернет, пользоваться имеющейся нормативной, инструктивной, учебной и учебно-методической документацией, а также информационной базой данных медио, видео, аудиокабинетов и библиотечным фондом института.

Кадровый, научно-методический потенциал педагогического коллектива института достаточно высок. В течение нескольких лет наблюдается динамика профессионального роста сотрудников института. Сотрудники института являются постоянными участниками и организаторами международных, республиканских, областных научно-методических конференций, семинаров, научно-исследовательских проектов. Методисты института выступают руководителями опытно-экспериментальной работы в общеобразовательных школах области,

координаторами международных и республиканских программ: «Образование для устойчивого развития», «Образование для всех», «Экология. Молодежь. Инициатива. Развитие», центра альтернативного обучения «Достижения молодых». В институте на сегодняшний день трудятся 14 докторов и кандидатов наук, 60 % педагогов с высшей категорией. 6 сотрудников института прошли повышение квалификации.

Проводниками педагогических инноваций являются ежемесячная газета «Педагогический мир» и журнал «Педагогический вестник. За 2013 год в данных изданиях опубликовано 109 статей, газетных публикаций и 79 статей журнальных публикаций научно-методического направления. Для оперативного освещения инноваций в системе повышения квалификации открыты новые рубрики «Мировой опыт в образовании», «Назарбаев Интеллектуальные школы: шаги к успеху», «Курсы в новом формате» и др.

Библиотека института выписывает 209 наименований периодических изданий, что по сравнению с 2011 годом больше на 23 издания. В 2013 году количество изданий на государственном языке возросло на 21 издание и составило 62 издания.

Управление информационно-методическим обеспечением предполагает создание условий для разработки мультимедийных учебных комплексов. На сегодняшний день в каталоге института 207 электронных учебных изданий. Сотрудниками института совместно с преподавателями вузов и лучшими учителями школ области разработаны электронные учебно-методические пособия по важнейшим направлениям деятельности в образовании, таким как организация научно-исследовательской деятельности, внедрение эффективных образовательных технологий, организация воспитательной работы в интернатах и детских домах и др. Электронные учебно-методические издания демонстрируются и утверждаются в Национальной академии образования им. Ы. Алтынсарина.

Изданы тематические каталоги, где представлено более 900 наименований учебных видеофильмов, электронных учебных изданий, каталоги передового педагогического опыта. Создана основа для формирования инфотеки инновационного опыта и построения на ее основе авторского

(персонализированного) и персонифицированного банка данных.

Значительную роль в информационно-методическом обеспечении системы повышения квалификации играет действующий сайт института, где размещены материалы для подготовки учителей к работе с электронными учебными изданиями: календарно-тематическое планирование по всем предметам на государственном и русском языках; электронные методические пособия; учебно-методические комплексы по предметам, мультимедийные приложения к учебникам; материалы по подготовке учителей к аттестации; методика подготовки к ЕНТ; годовой и месячный план работы ИПК; разработки уроков с использованием электронных учебников; материалы для организации мониторинга использования электронных учебных изданий; адреса для поиска учителями информации в Интернете по общеобразовательным предметам; материалы для организации дистанционного обучения (программы учебного телевидения).

Информационно-методическое обеспечение тесно переплетается с работой координационно-экспертного совета. КЭС проводит экспертизу программ прикладных курсов, курсов по выбору и учебных, учебно-методических, программных материалов в помощь учителю, работающему в условиях модернизации системы образования.

Как инновационная площадка мы нацелены на качественное и эффективное выполнение программ повышения квалификации педагогов на основе трансляции передового педагогического опыта Назарбаев Интеллектуальных школ, где разработано новое содержание, технологии, сочетающее лучший казахстанский опыт и лучшие международные практики. Таким образом, обновление содержания и структуры института, введение кафедральной системы позволили преподавателям активно осваивать новые технологии обучения через трансляцию опыта НИШ, лучшего казахстанского опыта и лучшей международной практики. Разработанный план совместных мероприятий с НИШ позволил обновить содержание и формы повышения квалификации, эффективно использовать научно-педагогический потенциал кафедр, цифровые ресурсы, расширить взаимодействие и международное сотрудничество, создать максимальные условия для профессионального роста учителя.

Анализируя прежний опыт, отметим, что за годы работы института созданы условия и возможности для перехода работы в новый формат. Действующая в ИПК система информационно-методического обеспечения позволяет направить процесс курсовой подготовки на определение потребностей педагогов, проведение прикладных научных исследований по модернизации содержания, форм и методов, технологий обучения.

Сегодня важно мотивировать и стимулировать рост профессионального мастерства педагогов, развивать способность к саморазвитию и самообразованию. Для реализации этих задач направлен творческий и инновационный потенциал института, отработан механизм информационно-методической поддержки педагогов для работы в новом формате.

Интерес представляет система мониторинга по оцениванию профессиональных компетенций педагога. Резонанс применения «Карты профессионального роста педагога», введенной в практику работы сотрудников института в течение последних двух лет, показал ее эффективность в построении обратной связи. Карта позволила выстроить четкую систему взаимодействия всех методических служб в процессе отслеживания профессионального роста слушателей, как в курсовой, так и в межкурсовой периоды.

На сегодняшний день мы включили еще один инструмент по оценке качества процесса повышения квалификации. Нами разработано и введено «Портфолио курсанта», позволяющее оценивать уровень сформированности компетенций педагогов, прошедших курсовую подготовку в новом формате. В него включены такие разделы, как эссе о миссии учителя современной школы, индивидуальная или групповая презентация по проблеме курса, рефлексия и др.

Международное сотрудничество в рамках трехмесячных курсов показало уникальность Кембриджского проекта. Зарубежные специалисты, работающие на трехмесячных курсах, демонстрируют новые подходы в организации рефлексивной деятельности, подготовки презентации. Бесспорно, учителя получили возможность сопоставить свой опыт с зарубежными коллегами, усовершенствовать практику работы, изучить передовые технологии и переосмыслить систему оценивания.

Следует отметить, что успешность региональной системы образования во многом зависит от скоординированности

действий территориальных органов МОН РК (департаментов по защите прав детей, департаментов по контролю в сфере образования, управлений по делам молодежной политики) и местных исполнительных органов в лице Управления образования. Механизм сотрудничества мы видим в проведении совместных мероприятий, одними из которых являются проведение курсов повышения квалификации по подготовке экспертов для Р(Г)МК, департамента по контролю в сфере образования по оцениванию качества образовательных систем и методических служб, открытие виртуальной «школы молодого директора».

Сегодня мы выходим на новый уровень качественного повышения квалификации учителя, где необходимо пересмотреть методику использования IT-технологий и осуществить специальную подготовку учителя к работе в условиях внедрения

электронного обучения и развития единой информационно-образовательной среды. От качества управления этим процессом на региональном уровне напрямую зависит и его результат.

Литература

1. Арнаутов В.В., Саранов А.М., Сергеев Н.К. Проектирование учебно-научно-педагогического комплекса как инновационной образовательной системы. Методологический аспект. Монография.- Волгоград: Перемена. №2, 2001. -с.17-18.
2. Байтурсинов А./ Литературный портал. Биографии знаменитых литераторов/ <http://gumanitaree.narod.ru/Baitursynov.htm>.
3. Государственная программа развития образования Республики Казахстан на 2011-2020 годы/Акорда/ 2010г.
4. Ушинский К.Д. Избранные педагогические произведения. М.: «Просвещение», 1968. – 557 с.



Авторская научная школа Н.А. Завалко



Авторская научная школа в образовательной политике суверенного Казахстана занимает приоритетное положение, определяя процессы реформации среднего и высшего образования на современном этапе. Заслуга в формировании коллектива педагогов-единомышленников в Восточно-Казахстанском регионе, выпускников Усть-Каменогорского педагогического института (ныне ВКГУ имени С.Аманжолова), безусловно, принадлежит таким профессионалам от педагогики, как: д.п.н., профессор И.Д. Багаева, к.п.н., профессор П.Л. Васильченко и к.п.н., профессор М.Н. Кузьмина.

Сегодня авторская школа доктора педагогических наук, академика МАНПО и МАИ, профессора Завалко Надежды Александровны благодаря высокому уровню оригинальных исследований известна далеко за пределами Казахстана. Практические результаты ее докторского исследования «Теория и практика индивидуализации процесса обучения в системе многоступенчатого образования» определили поле дальнейших исследовательских интересов в формировании системных знаний, связанных с проблемами индивидуализации образования, стажеров, магистрантов и аспирантов ученого.

Завалко Надежда Александровна родилась в живописнейшем местечке Восточно-Казахстанской области Катон-Карагайского района с. Катон в 1956 году. Там же в 1974 году она с отличием окончила среднюю школу им. Ленина. В этом же году успешно сдал вступительные экзамены, поступает на историко-педагогический факультет Усть-Каменогорского педагогического института, не задумываясь, выбрав профессию учителя.

Учеба в институте вызывает живой интерес у будущего ученого, она с большим удовольствием посещает лекции таких корифеев науки, как: Петров В.И., Макаревич В.И., Федоров В.С., Романов В.В., Кустова Л.П., Алексеенко Н.В., Ахмеров Ж.Д., Самарцева И.А., Кузьмина М.Н., Аубакирова Л.Р. и др. Однако, еще с первых курсов ее всерьез интересуют проблемы педагогической науки, и это научное увлечение определило ее дальнейший профессиональный выбор. Имея широкую разностороннюю эрудицию, проявляя интерес к педагогике и психологии, следя за новинками научной литературы, будущий педагог сознательно и подсознательно замечала и отбирала все то, что будет полезно для будущей профессиональной деятельности. Сразу же после окончания УКПИ в 1979 году начинается практическая педагогическая деятельность - Надежда Александровна была оставлена на кафедре методики воспитательной работы в качестве преподавателя. Доступность изложения трудных вопросов, строгая логика изложения материала лекции, уважительное отношение к студентам вскоре сделали молодого педагога одним из самых востребованных преподавателей института.

Умный, настойчивый и талантливый молодой педагог без особых усилий поступает в аспирантуру при НИИ общих проблем воспитания АПН СССР (г.Москва), которую успешно завершает в 1987 году, защитив кандидатскую диссертацию на тему «Деятельность школьных комсомольских организаций в период Великой Отечественной войны (1941-1945 гг.)».

В 2000 году Завалко Н.А. защищает докторскую диссертацию в Барнаульском государственном педагогическом университете на тему: «Теория и практика индивидуализации процесса обучения в многоступенчатой системе «детский сад-школа-вуз».

В настоящее время Надежда Александровна имеет свою научную школу, под ее научным руководством выполнили и защитили кандидатские диссертации более трех десятков аспирантов и соискателей, которые в настоящее время продолжают трудиться на «ниве образования». Среди них: Игибаева А.К. – д.п.н., асоц. профессор кафедры педагогики и СР; Никитин В.Я. - д.п.н., ректор, государственного образовательного учреждения "Институт повышения квалификации специалистов

профессионального образования (Россия); Кикина М.И. - к.п.н., директор средней школы № 29, депутат городского маслихата, г. Усть-Каменогорск; Ахаева Н.В. - к.п.н., директор Валеологической специализированной школы-комплекс для одаренных детей, г. Усть-Каменогорск; Феокистова Е.А. - к.п.н., доцент кафедры английского языка Капийского государственного института технологий и инжиниринга им. Есенова; Сахариева С.Г. - к.п.н., ассоциированный профессор кафедры педагогики и СР ВКГУ; Шефер Н.М. - к.п.н., декан факультета вечерне-дистанционного и заочного обучения, КАСУ, г. Усть-Каменогорск; Ахмадиева Ж.К. - к.п.н., ст. преподаватель кафедры ТиМНО ВКГУ, Байхонова С.З. – директор филиала ИПК ПР по ВКО «ӨРЛЕУ», Искаков Б.А. – директор «Ресурсный центр-школа дистанционного и профильного обучения»; Ровнякова И.В. – к.п.н., декан психолого-педагогического факультета ВКГУ; Чжан Е.Е. – к.п.н., зав. кафедрой английского языка ВКГУ и др.

Кроме этого, под научным руководством ученого подготовлены свыше сорока магистерских диссертаций. Читая лекции в высшей магистерской школе, педагог не только мастерски излагает содержание учебного предмета, но и стремится воздействовать на духовный мир слушателя, нивелируя отдельные качества конкретного человека за счет создания особой эмоциональной атмосферы на занятии.

Преданность своему призванию,

обязательность, активность в избранной деятельности, в повышении своей профессиональной компетентности, самодисциплина и самоконтроль - это те неотъемлемые качества педагога, которые Надежда Александровна культивирует и тиражирует среди студентов, аспирантов и соискателей.

Послужной список Надежды Александровны достаточно обширен: преподаватель кафедры методики воспитательной работы УКПИ, инструктор Восточно-Казахстанского обкома партии, старший преподаватель кафедры педагогики УКПИ, доцент кафедры педагогики ВКГУ, заместитель первого проректора по учебной работе, зав. кафедрой педагогики, директор высшего колледжа психологии, педагогики и культуры, директор института непрерывного профессионального образования, профессор кафедры педагогики - всё это говорит о неординарности и креативности ее натуры.

За значительный вклад в дело обучения и воспитания Завалко Н.А. награждена нагрудным значком «Отличник образования Республики Казахстан» (2000 г.), нагрудным знаком «За заслуги в развитии науки Республики Казахстан» (2002 г.), в 2005 г. выиграла государственный грант по итогам конкурса «Лучший преподаватель», проводимого Министерством образования и науки РК, в апреле 2006 г. - член-корр. Международной академии педагогического образования (г.Москва); 2012 г.- выиграла грант «Лучший преподаватель вуза».



С окончанием учебного года!



Усть-Каменогорская городская организация профсоюза работников образования поддерживают накопленные традиции в образовании – проводить в 2 года один раз спартакиаду по 5-ти видам спорта: волейболу, теннису, шахматам, тогызкумалаку и легкой атлетике.

В этом году в спартакиаде приняли участие 42 организации. Впервые принимали участие вечерняя школа №3 и объединение детско-подростковых клубов «Жігер». В соревнованиях участвовали руководители организаций образования №13,39, вечерней школы №3, вш№21, Ахмеровской средней школы и председатели профкомов гимназии №10,14, Меновновской.

В общекомандном зачете 1 место заняла команда школы-интерната им.Жамбыла, 2 место – сш№16, 3 место – сш№13.

Итоги проводились по каждому виду спорта. В соревнованиях по волейболу: 1 место – сш№16, 2 место – школа-интернат им.Жамбыла, 3 место – сш№24.

По теннису, шахматам, тогыз кумалаку подводились итоги и среди мужчин, и среди

женщин. Победители эстафеты: 1 место – сш№24, 2 место – сш№16, 3 место – Ахмеровская средняя школа.

Заключительный этап по легкой атлетике и награждение прошло 17 мая на стадионе ТМК. Победителям вручены за 1 место – 50 000 тенге, 2 место – 40 000 тенге, 3 место – 30 000 тенге.

На летний период 2013 года работникам образования предлагаются путевки в санатории, профилактории, базы отдыха. Полная информация о летнем отдыхе направлена во все профсоюзные комитеты. В санатории оплата из профсоюзного бюджета 30%, в профилактории – 50%, для детей в загородные лагеря – 50%.

В 2012 году горком профсоюза оплатил путевки всем желающим. На приобретение путевок было израсходовано более 5 миллионов тенге. И в этом году также оплата гарантируется всем, кто планирует отдохнуть в санаториях и профилакториях.

Кто не имеет возможности поехать в санатории в связи с ростом цен на путевки, могут поправить здоровье в профилакториях «И з у м р у д н ы й», «К о к Т а у» и оздоровительном центре «Октябренок».

Второй год формируется группа из 40 человек матери и ребенка на море с оплатой 50%. Приобретаются путевки для детей в загородные лагеря на Бухтарминское море и в Аюду. Будет израсходовано из профсоюзного бюджета более 1 миллиона тенге.

Пользуется спросом семейный отдых на базах отдыха. Профсоюзные комитеты школ №№9,24,26, выкупили домики на все лето с июня по август.

Горком профсоюза всем желает активного отдыха и крепкого здоровья.

**Председатель
городской организации
профсоюза работников образования**

Н. Ганусова

Валеология

наука о генетических и физиологических резервах организма, обеспечивающих устойчивость физического, биологического, психологического, социокультурного развития и сохранения здоровья человека в условиях влияния на него меняющихся факторов внешней и внутренней среды.

Здоровье

естественное состояние организма, характеризующееся его уравновешенностью с окружающей средой и отсутствием каких-либо болезненных изменений. З. человека определяется комплексом биологических (наследственных и приобретённых) и социальных факторов; последние имеют столь важное значение в поддержании состояния З. или в возникновении и развитии болезни, что в преамбуле устава Всемирной организации здравоохранения записано: "Здоровье — это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов". Вообще понятие З. является несколько условным и объективно устанавливается по совокупности антропометрических, клинических, физиологических и биохимических показателей, определяемых с учётом полового, возрастного факторов, а также климатических и географических условий.

Здоровьесберегающая среда

это комплекс социально-гигиенических, психолого-педагогических, морально-этических, физкультурно-оздоровительных, образовательных системных мер, обеспечивающих ребенку психическое и физическое благополучие, комфортную моральную и бытовую среду.

**Здоровьесберегающие образовательные технологии
(О.В.Петров)**

это система, создающая максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья всех субъектов образования (учащихся, педагогов и др.).

Здоровый образ жизни

образ жизни отдельного человека с целью профилактики болезней и укрепления здоровья. ЗОЖ - это концепция жизнедеятельности человека, направленная на улучшение и сохранение здоровья с помощью соответствующего питания, физической подготовки, морального настроения и отказа от вредных привычек.

Учредители: КГУ "Ресурсный центр – школа дистанционного и профильного обучения"
акимата города Усть–Каменогорска
совместно с ННУ "Учебно–методический центр "Перспектива"

Журнал Қазақстан Республикасының
Байланыс және ақпарат
министрлігінде тіркелген.
27.04.2011 жылғы тіркеу туралы
күәлігі №11625–Ж

Журнал зарегистрирован в
Министерстве связи и информации
Республики Казахстан.
Свидетельство о регистрации
№11625–Ж от 27.04.2011 года.

Журналдың болашақ авторларына нұсқаулық:

Материал төменгідей болуы қажет:

- өзекті;
 - арнайы терминологиямен жүктелмеген,
анық және түсінікті тілмен жазылған:
 - 3 тілде (қазақ, орыс, ағылшын) қысқа
мазмұнымен бірге;
 - көлемі 4 беттен кем емес (12 шрифт,
бірлік аралық интервал);
 - кесте, диаграммалармен болуы мүмкін.
- Мақалаға қысқа сауалнамалық деректер мен
кәсіби сапалы 9 x 13 фотосурет қосу қажет.

Журналда жарық көрген
материалдардың қайта басылуы тек
редакция келісімімен рұқсат етіледі.
Қолжазбалар кері қайтарылмайды
және пікір жазылмайды. Редакция
мақала авторларымен пікір бөліспейді
және баспаға ұсынылған жұмыстың
кемшіліктері мен стиліне
жауап бермейді.

Редакция мекенжайы:
Қазақстан Республикасы,
ШҚО, Өскемен қаласы: 070002,
Гастелло көшесі, 14,
тел./факс: 8(7232) 22 58 62
jurnal@gogoo.ug.kz

Таралымы 150 дана

Журналдың шығу жиілігі –
тоқсанына 1 рет

Рекомендации будущим авторам журнала:

Материал должен быть:

- актуальным;
- не перегруженным специальной
терминологией, написан ясным и доступным
языком;
- сопровождаться аннотациями на 3 языках
(казахский, русский, английский)
– объемом не более 4 страниц
(12 шрифт, одинарный интервал);
- может сопровождаться таблицами,
диаграммами;

К статье необходимо приложить краткие
анкетные данные и фотографию
9 x 13 профессионального качества.

Перепечатка материалов,
опубликованных в журнале,
допускается только с разрешения
редакции. Рукописи не возвращаются
и не рецензируются. Редакция
может не разделять мнения
авторов статей и не отвечает
за стиль и недочеты в работах,
предоставляемых к печати.

Отпечатано в:
ТОО "ПРОФМАСТЕР"
РК, ВКО, г.Усть–Каменогорск
ул. Алматинская, 60
тел: 8(7232) 28 94 33

Тираж 150 экземпляров

Периодичность выхода журнала –
1 раз в квартал

**В сентябрьском выпуске журнала “Инновации в образовании”
найдут отражение материалы августовского
совещания работников образования города Усть-Каменогорска**

**Қазақстан Республикасы, ШҚО,
Өскемен қаласы: 070 004,
Гастелло көшесі, 14,
т/ф: 8(7232)22 58 62
jurnal@goroo.ukg.kz**