**Задачи преподавателя по реализации здоровъесберегающих технологий**

*Атанова Елена Валерьевна*

*ОБПОУ «Советский социально-аграрный техникум имени В.М. Клыкова»*

От преподавателя — основной фигуры педагогического процесса — в наибольшей степени зависит, какое влияние на здоровье уча­щихся оказывает их пребывание в учебном заведении, процесс обучения, насколько здоровьесберегающими являются образовательные технологии и вся внутриколледжная среда.

На уроках и во внеурочной работе преподаватель решает 3 группы задач, связанных с проблемой здоровья учащихся: **диагности­ческие**, **коррекционные** и **формирующие**, фиксируя при этом свое внимание не только на учащихся, но и на условиях прове­дения занятий.

В начале урока необходимо оценить и в дальнейшем удер­живать свое внимание на гигиенических условиях в кабинете: Достаточна ли освещенность, не мешает ли шум, доносящийся из-за окон или из соседних помещений, хорошо ли проветрен класс, не слишком ли сухой воздух и оптимальна ли его темпе­ратура. Для таких оценок не требуется приборов — вполне хва­тит органолептических возможностей учителя. Но пренебре­жение этими требованиями приведет к более быстрому утом­лению обучащихся, а в дальнейшем скажется на их здоровье.

Главный объект внимания преподавателя — его студенты. Если ре­ализация традиционной технологии проведения урока фикси­рует внимание преподавателя в основном на соблюдении дисциплины и успешности выполнения учащимися заданий, то для преподавателя, придерживающегося принципов здоровьесберегающей пе­дагогики, не менее важно психофизиологическое состояние студента и все, что так или иначе связано с влиянием на их здоровье.

Первичная экспресс-оценка эмоционально-психологической атмосферы в кабинете проводится по следующим показателям:

* возбуждены (перевозбуждены), например после урока физкультуры;
* утомлены, выглядят уставшими;
* взволнованы, тревожны, чем-то обеспокоены;
* сосредоточены, деловиты, настроены на урок;
* насторожены, напряжены, враждебны (обычно — установ­ка на конкретного преподавателя);
* дурашливы, расторможены, расслаблены.

И хотя нередко встречается сочетание того или иного вари­антов, оценить преобладающую модальность состояния кабинета необходимо. Для этого опытному преподавателю бывает достаточно взглянуть на нескольких студентов — своеобразных индика­торов состояния всего кабинета.

В дальнейшем подобными индикаторами состояния кабинета выступают преподаватели, которые:

* быстрее других утомляются, отключаясь от учебного про­цесса;
* отличаются трудностью концентрации и удержания вни­мания, повышенной двигательной активностью, возбудимостью и другими проявлениями психофизиологических особенностей;
* более склонны к нарушениям дисциплины;
* опережают других студентов в темпах выполнения заданий;
* вообще не включены в учебный процесс, присутствуют на уроке по необходимости.

Если студенты из последних трех групп относятся к числу формальных или неформальных лидеров класса, то в тактике работы учителя на первый план выступают социально-психоло­гические аспекты работы с учащимися.

Объектом особо пристального наблюдения учителя на всем протяжении урока являются дети группы риска по здоровью, обусловленного повышенной невротичностью и физической ос-лабленностью подростков, например, после перенесенного забо­левания. Именно к ним должны быть адресованы индивидуаль­ные педагогические технологии, первый шаг в реализации ко­торых — прицельная психолого-педагогическая диагностика таких учащихся на каждом уроке.

Одна из самых сложных диагностических задач не только для преподавателя, но и для врачей, психологов — выделить в актуальном состоянии то, что обусловлено индивидуальными особенностя­ми личности, и то, что является ситуативными проявлениями сегодняшнего дня, часа, минуты.

Решать коррекционные задачи, преподавателю также приходит­ся в широком диапазоне действий, от почти автоматичес­ких — набросить во время перемены на батареи влажное по­лотенце при повышенной сухости воздуха, скорректировать неправильную позу ученика — до технологичных — изменить темпо-ритм проведения урока, вовремя провести физкульт­минутку, разрядить напряжение шуткой, дать творческое задание, организовать микрогрупповую форму работы группы и т.д. Как всегда, результат в немалой степени зависит от формы выполнения задачи.

Коррекция позы должна проводиться мягко, участливо, доб­рожелательно, даже если одно и то же приходится повторять по нескольку раз за занятие. Когда в такой коррекции нуждается один обучающийся, учитель может просто подойти к нему, не прерывая объяснения, и ласковым движением руки исправить позу. Иног­да достаточно и выразительного взгляда. Если же несколько Учеников нуждаются в корректировке позы, можно попросить Весь класс «подтянуться, выпрямить спинки». Это также удач­ный момент для того, чтобы предложить всему классу сделать несколько упражнений физкультминутки и упражнений для отдыха глаз.

При отслеживании психофизиологических состояний уче­ников группы риска важны первые признаки утомления, со­стояния во время ответа и после него, реакция на оценку и т.д. Слишком эмоциональные или неадекватные реакции учащих­ся должны быть зафиксированы в памяти учителя (а после уро­ка — в специальном дневнике наблюдений), чтобы на следую­щих уроках в аналогичных ситуациях обратить на этих учени­ков более пристальное внимание. Фиксация таких наблюдений в дневнике позволит лучше оценить динамику происходящих изменений, не упустить важные детали, более аргументирова­но обсуждать психолого-педагогическую тактику в отношении конкретных учащихся при проведении медико-психолого-пе­дагогического консилиума.

Для того чтобы используемые учителем педагогические тех­нологии оценить как отвечающие современным требованиям реформируемого российского образования, необходимо, чтобы они не только не оказывали здоровье разрушающего воздействия на школьников (задача-минимум), но решали бы и позитивную задачу — пусть в небольшой степени, зато постоянно, капля за каплей, способствовали формированию потенциала здоровья учащихся, в неразрывном единстве с формированием и разви­тием их личности. Речь идет о здоровье формирующих образова­тельных технологиях как совокупности психолого-педагогичес­ких приемов, методов, технологий, направленных на формиро­вание у учеников культуры здоровья, представлений о здоровье как ценности, установки на ведение здорового образа жизни, воспитание привычки действенно и постоянно заботиться о сво­ем здоровье.

Перед учителем, который начинает работу в русле здоровье-сберегающей педагогики, стоят следующие задачи.

* Включение в цели урока элементов оздоровительной на­правленности, как в организации, так и в содержании.
* Отслеживание соответствия санитарно-гигиенических условий обучения требованиям СанПиНов: чистота в классе, оптимальность светового и воздушно-теплового режимов и др. Необходимо контролировать проветривание класса (кабине­та): частичного — на переменах, сквозного — до и после заня­тий.
* Обеспечение сильной, оперативной и надежной прямой и обратной связей в управлении учебным процессом: психологи­ческое воздействие на ученика, передача информации от учите­ля к ученику, умение стимулировать мотивацию учащихся, под­держивать и развивать систему обратных связей, чтобы ученик мог знать о своих достижениях, верить в свои силы, развивать адекватную самооценку.
* Обеспечение интереса к предмету и уроку, их привлека­тельности (сочетание новизны и привычного, интриги урока и традиционных его элементов, изложение правил игры и др.).
* Обеспечение настройки учеников на урок, их психологичес­кого погружения в пространство школы на позитивной волне.
* Учет естественных биоритмов, индивидуальных особенно­стей учащихся при их врабатывании в учебный процесс.
* Обеспечение фактора фиксации внимания в фазе устойчи­вой работоспособности.
* Обеспечение оптимального соотношения между физичес­ким и информационным объемом урока без информационной перегрузки учащихся.
* Обеспечение на уроке оптимального темпо-ритма, правиль­ного соотношения между темпом и информационной плотнос­тью, с обязательным учетом физического состояния и настроя учащихся.
* Планирование обоснованных с точки зрения сохранения здоровья переходов от одного этапа урока к другому, чередова­ния труда и отдыха, смены одних форм труда другими, с учетом своевременно замеченного наступления фаз неполной компен­сации, устойчивого снижения работоспособности учащихся.
* Проведение на каждом уроке физкультминуток и пауз об­щего и специального воздействия.
* Постоянное внимание к охране зрения: рассадка учени­ков с учетом состояния их зрения, своевременная коррекция освещения в классе, проведение упражнений по гигиене зре­ния (моторно-координаторных тренажей) и др.
* Соблюдение гигиенических требований к посадке учащих­ся и систематический контроль за их осанкой на уроке.
* Соблюдение норм объема домашних заданий, предусмот­ренных СанПиНами.
* Обоснованность с точки зрения сохранения здоровья уча­щихся применяемых психолого-педагогических приемов и методов. Приоритет методов самопознания и развития, свободно­го выбора перед методами принуждения.
* Реализация на практике индивидуально-личностного под­хода к оценке знаний: выбор адекватной для детей сложности заданий, умение показать успешность ученика, оставаясь объек­тивным, и т.д., что является одним из главных показателей про­фессионализма учителя.
* Максимально возможное использование активных мето­дов обучения с минимализацией рутинных видов деятельнос­ти (слушание, объяснение, диктовка, ответы на вопросы). Сти­муляция учащихся на продуктивные тематические коммуни­кации и творчество.
* Использование всего многообразия приемов мотивации де­ятельности ученика — как внешней (оценка, похвала учителя, стремление опередить одноклассников), так и внутренней (стремление больше узнать, радость от достижения, стремление поделиться знаниями).
* Формирование и выдерживание оптимального стиля вза­имоотношений с учениками на основе искреннего уважения, до­верия, стиля сотрудничества с обеспечением ученику эмоцио­нального комфорта и психологической безопасности.
* Обеспечение дифференцированного подхода к учащимся с особым вниманием к детям группы риска и больным.
* Контроль за состоянием учеников (особенно групп риска) после урока как индикатор влияния урока на их здоровье.

Перечень этих задач (не исчерпывающий всего их многооб­разия) может быть использован администрацией школы, управ­лением образования в качестве критериев оценки здоровьесберегающей составляющей в работе учителя. С целью самооценки и сам учитель может провести рефлексию этих аспектов своей деятельности.

Необходимыми условиями решения этих задач являются:

* прохождение повышения квалификации по вопросам здо­ровья, здоровьесберегающих образовательных технологий (кур­сы, отдельные семинары, профессиональная переподготовка);
* проведение ревизии приемов и методов своей работы на предмет их соответствия принципам здоровьесберегающей пе­дагогики (объективно сделать это самостоятельно — задача по­чти не выполнимая, поэтому необходима поддержка и помощь грамотных в таких вопросах коллег);
* подключение к работе школы (района, города) по реализа­ции принципов здоровьесберегающей педагогики, внедрению ЗОТ каждого учителя;
* привлечение внимания учителя к собственному здоровью, проведение необходимой коррекции своего образа жизни, что­бы слова и призывы, обращенные к школьникам, соответство­вали действительности.