

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя школа №12 г.Волгодонска

**Выступление по теме:**

**«Здоровьесберегающие образовательные  
технологии на уроках ОБЖ как системный  
подход к обучению и воспитанию».**

Преподаватель – организатор ОБЖ Шубина Наталья Григорьевна  
МБОУ СШ №12 г.Волгодонска

Форма проведения: обобщение опыта работы

Дата выступления: 28.09.2017г. в МБОУ СШ №7 г. Волгодонска.

Время выступления: 5-7минут

Необходимые условия: ПК и проектор

Ссылка на предоставляемые материалы:

[http://mousosh12red.ucoz.ru/index/v\\_pomoshh\\_uchitelju/0-91](http://mousosh12red.ucoz.ru/index/v_pomoshh_uchitelju/0-91)

## **Здоровьесберегающие образовательные технологии на уроках ОБЖ как системный подход к обучению и воспитанию**

**1 слайд.** Тема моего выступления мне близка, так как я по предмету ОБЖ работаю над проблемой «Изучение и внедрение современных технологий с целью активизации познавательной активности и формирование ЗОЖ на уроках».

**2 слайд.** В политике любого государства конечным результатом является здоровье нации, именно здоровье выступает как мера качества жизни. Здоровье детей и подростков является одним из важнейших показателей, определяющих потенциал страны (экономический, интеллектуальный, культурный), а также одной из характеристик национальной безопасности. Среди важнейших социальных задач, которые сегодня стоят перед образованием – забота о здоровье, физическом воспитании и развитии обучающихся.

Эффективность обучения детей в школе во многом зависит от состояния здоровья.

**3 слайд.** По словам профессора Н.К. Смирнова, здоровьесберегающие образовательные технологии - это системный подход к обучению и воспитанию, построенный на стремлении педагога не нанести ущерб здоровью обучающемуся. Понятие «здоровьесберегающая технология» относится к качественной характеристике образовательной технологии, показывающей, как решается задача сохранения здоровья учащихся педагогом на современном уровне.

Целевые установки здоровьесберегающей технологии на уроках ОБЖ:

- стимулировать у детей желание жить, быть здоровыми;
- учить их ощущать радость от каждого прожитого дня;
- показывать им, что жизнь - это прекрасно, вызывать у них позитивную самооценку.

В своей работе я использую технологии которые удовлетворяют принципам здоровьесбережения, которые сформулировал Н.К. Смирнов:

1. **«Не навреди!»**– все применяемые методы, приемы, используемые средства должны быть обоснованными, проверенными на практике, не наносящими вреда здоровью ученика и учителя.

2. **Приоритет заботы о здоровье учащегося и учителя**– все используемое должно быть оценено с позиции влияния на психофизиологическое состояние участников образовательного процесса.

3. **Непрерывность и преемственность**– работа ведется не от случая к случаю, а каждый день и на каждом уроке.

4. **Субъект-субъектные взаимоотношения** – учащийся является непосредственным участником здоровьесберегающих мероприятий.

5. **Успех порождает успех**– акцент делается только на хорошее; в любом поступке, действии сначала выделяют положительное, а только потом отмечают недостатки.

6. **Активность** – активное включение, а любой процесс снижает риск переутомления.

**4 слайд.** На уроках я стараюсь содействовать сохранению здоровья всеми возможными способами, такими как строгим соблюдением санитарно-гигиенических условий обучения, нормированием учебных нагрузок, применять образовательные технологии с учетом физиологических возможностей ребенка, организовать благоприятный эмоциональный и психологический фон занятий.

Образовательная работа требует длительного поддержания определенной статической позы, создающей нагрузку на опорно-двигательный аппарат. Небольшая двигательная нагрузка снимает напряжение, признаки утомления. Особенно это эффективно на 25-й минуте урока. Это могут быть простейшие упражнения, выполненные в положении сидя, лучше – стоя у парты. Они включаются в урок в те моменты, когда завершен разбор одного логического блока урока и планируется переходить к следующему.

**5 слайд.** Прежде всего я стараюсь стать носителем идеи здоровья. Особое внимание на уроках ОБЖ я уделяю следующим компонентам принципов здоровьесбережения:

1. Комфортное начало и окончание урока. Это обеспечивает положительно эмоциональный настрой учащихся (использование положительных установок на успех в деятельности: «У меня все получится», «Я справлюсь», умение настроить себя на положительную волну: «Улыбнись самому себе», рисование на полях тетради различных рисунков или символов, синквейнов, которые отражают настроение на уроке).

2. Проведение на уроке разнообразных валеологических пауз, дыхательной гимнастики, самомассажа, упражнений, направленных на поддержание у школьника высокого уровня работоспособности и повышения стрессоустойчивости.

3. Объяснение нового материала с опорой на субъективный опыт обучающегося, как это предлагается в технологии личностно ориентированного обучения.

4. Дозированное разноуровневое домашнее задание, имеющее творческий характер, на выбор обучающегося. Это подтверждает, что есть всегда право выбора.

**6 слайд.** 5. Учет индивидуальных способностей.

6. Опрос только тех обучающихся, которые желают отвечать (оценку ставить только тогда, когда он хочет отвечать и действительно знает материал урока).

7. Включение в содержание уроков упражнений, текстовых задач, заданий, связанных с изучением своего собственного здоровья. Личный пример преподавателя. (Благодаря позитивному примеру учителя обучающиеся овладевают способами делового и личностного общения, сотрудничества, принятия иной точки зрения умением слышать и слушать, умением понять другого человека, что помогает развитию коммуникативных навыков, толерантности.)

Организация саморефлексии. К сожалению, современные ученики, не считают свое здоровье важной жизненной ценностью. Для нас преподавателей важно, чтобы обучающиеся овладели знаниями способов, средств и факторов, укрепляющих здоровье, имели потребность применять эти знания в жизни, заботились о своем здоровье и здоровье окружающих.

**7 слайд.** В целях поддержки интереса к своему предмету и развития учащихся, я использую творческие задания, занимательные материалы и задачи, практические занятия, приглашаю на уроки медицинского работника школы. Ребята готовят и защищают мини-проекты по пропаганде здорового питания:

- «Все ли полезно, что вкусно?»;
- «Что такое режим питания?»;
- «Где живут витамины?»;
- «История разных продуктов»;
- «Основные правила рационального питания»;
- «Питание в особых условиях: соревнования, экзамены, творческие интеллектуальные конкурсы»;
- «Вредность продуктов быстрого приготовления»;
- «Диеты, лечебное питание и голодание»;
- «Болезни неправильного питания».

На всех этапах урока ОБЖ я стараюсь использовать дифференциацию: для способных детей я предлагаю более сложные задания (тесты, карточки), ответы на которые можно дать, вспомнив материалы других предметов. Даются дополнительные задания на уроках.

**8 слайд.** На уроках ОБЖ я стараюсь показать учащимся, что знание предмета необходимо всем, в любой ситуации. Для этого я использую беседы, конкретные примеры из жизни, СМИ.

**9 слайд.** В школе проводятся соревнования, где ребята показывают не только знания по предмету ОБЖ, но и физическую подготовку. Оптимальный двигательный режим - важнейшее условие здорового образа жизни, его основу составляют систематические занятия физическими упражнениями и спортом, эффективно решающие задачи укрепления здоровья и развития физических способностей молодёжи, сохранения здоровья и двигательных навыков, усиления профилактики неблагоприятных возрастных изменений. При этом физическая культура и спорт выступают как важнейшее средство воспитания.

Для эффективного оздоровления и профилактики болезней необходимо тренировать и совершенствовать в первую очередь самое ценное качество – выносливость в сочетании с

закаливанием и другими компонентами здорового образа жизни, что обеспечит растущему организму надёжный щит против многих болезней.

Способ достижения гармонии человека один – систематическое выполнение физических упражнений. Значение двигательной активности для здоровья человека в процессе его жизнедеятельности, необходимость выработки привычек к систематическим занятиям физической культуры»

**10 слайд.** Здоровьесберегающие образовательные технологии наиболее значимые из всех технологий по степени влияния на здоровье учащихся. Главный их отличительный признак – не место, где они реализуются, а использование психолого-педагогических приемов, методов, технологий, подходов к решению возникающих проблем.

Отличительные особенности здоровьесберегающих образовательных технологий: отсутствие назидательности и авторитарности; изучение культуры здоровья; элементы индивидуализации обучения; наличие мотивации на здоровый образ жизни учителя и учеников; наличие физкультминутки; наличие гигиенического контроля.

**11 слайд.** На протяжении учебного года ребята участвуют в городских конкурсах, где занимают призовые места. В рамках месячника ЗОЖ проводятся школьные мероприятия по возрастным группам, конкурс рисунков «Мы за ЗОЖ!», в программу которых включены задания по ЗОЖ, ГО, ЧС и ПДД, где ребята демонстрируют приобретенные знания и навыки.

**12 слайд.** Обзорные лекции – совместное творчество учителя и учеников. Лекция способна не только сообщить информацию, но, выстраивая систему знаний, убеждая, может формировать мировоззрение слушателей. Слово лектора вызывает эмоционально-эстетическое отношение, пробуждает «чувства добрые», помогает становлению личности. Наконец, с помощью лекции осуществляется руководство различными видами деятельности учащихся на уроке и вне урока, формируются разнообразные умения.

Активный характер лекции заключается в развитии мыслительной способности ученика.

Психологи отмечают, что активность достигается за счёт усвоения готового знания, обусловленного логикой изложения добытого наукой знания.

Таким образом, лекция не только даёт готовые знания, она показывает пути достижения этих знаний, раскрывая логику науки.

Лекция даёт возможность представить материал более полно, широко; она может включать в себя новый материал, материал ряда уроков, она может давать общие понятия.

На уроке-лекции учитель имеет возможность осуществить обратную связь в различных формах. И выражено это будет не только в вопросах учеников, но и в глазах. Опытный, внимательный учитель всегда поймет и прочтет в глазах ребёнка, идет ли работа мысли или нет. Отсюда создаётся иной психологический настрой: я уже кое-что знаю, понимаю, интересно, как учитель это объяснит? И то новое, о чём ученик узнаёт на уроке, «падает» на благодатную почву.

**13 слайд.** Таким образом, лекция по ЗОЖ в арсенале педагога может стать активной формой обучения, так как она способна сочетаться с самыми разнообразными видами самостоятельной работы, причём не отдельных учащихся, а всего класса. Строя лекцию как поиск истины, учитель вовлекает в эту работу всех, в необходимых случаях обращается с вопросами к классу, и лекция закономерно перерастает в беседу и даже в диспут.

Готовясь к лекции, учитель, прежде всего, ищет проблему, которую надо решить, но поставленная проблема должна быть важной и интересной для учеников. Слово учителя тогда ребята воспримут полноценно, тогда оно будет ответом на возникшее в сознании детей стремление решить проблему.

**14 слайд.** Во всех общеобразовательных организациях муниципального образования проходит ежегодно Всероссийский открытый урок «Основы безопасности жизнедеятельности». Целью проведения Всероссийского урока - пропаганда социальной значимости курса «Основы безопасности жизнедеятельности», культуры безопасности жизнедеятельности среди подрастающего поколения, популяризации профессий спасателя и пожарного, профессиональное ориентирование молодежи на службу в МЧС.

**15 слайд.** Невозможно привить интерес к здоровому образу жизни ребятам, если сам учитель не ведет его. Поэтому я посещаю кружок танцев, интересуюсь успехами ребят в спортивных секциях, кружках.

Большое внимание придаю вовлечению детей во внеурочную работу по предмету ОБЖ. В школе веду кружки:

«Безопасное колесо». Итог работы - мы занимаем призовые места в городском конкурсе «Безопасное колесо», в 2016-2017 - 3 место, в конкурсе скутеристов, грамота – Звиненко Федор, 9а; велосипедистов, команда 5а – 2 место.

«Пожарное дело» Соревнования по пожарно-прикладному спорту в 2016-2017гг. – 3 место, этап "Боевое развертывание" - 3 место, Митин Илья в личном первенстве занял 3 место.

Реализуя здоровьесберегающие технологии на уроках ОБЖ, я как учитель, прикладываю все усилия, чтобы здоровый образ жизни стал потребностью, нормой жизни для каждого ребенка. Воспитываю сознательное отношение к своему здоровью – вот главная задача.

**16 слайд.** Таким образом, цель здоровьесберегающей педагогики на уроках ОБЖ - обеспечить выпускнику школы высокий уровень реального здоровья, вооружив его необходимым багажом знаний, умений и навыков, необходимых для ведения здорового образа жизни, и воспитав у него культуру здоровья.

Здоровье дарит радость.

Здоровье дарит свет.

Здоровье – это сила!

Здоровье – это смех!

Список литературы:

1. Отчет и анализ работы МБОУ СШ №12 г.Волгодонска за 2016-2017гг.
  2. Амонашвили Ш.А. Личностно-гуманная основа педагогического процесса. М.: Просвещение, 1990.
  3. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе /авт.-сост. С.А. Цабыбин.-Волгоград: Учитель. 2009.
  4. Селевко Г.К. Современные образовательные технологии.М.: Просвещение, 1998.
  5. Современные технологии сохранения и укрепления здоровья детей: Учеб. пособие / Под общ. ред. Н.В. Сократова.- М.: ТЦ Сфера, 2005.
  6. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. - М.: АПК и ПРО,2002.-121с.
  7. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе/Н.К.Смирнов. - М.АРКТИ,2003.-270с.
- Электронные ресурсы:
8. Биология, обучающая энциклопедия: <http://www.informika.ru/text/database/biology/>
  9. Здоровье и образование [www.valeo.edu.ru](http://www.valeo.edu.ru)