

Педагогика здорового развития детей*

Л.А. Филиппова

В последние годы все чаще мы говорим о здоровье наших детей. Положение тревожное и по стране в целом, и на местах.

В нашу школу в 1996/1997 учебном году поступило в первый класс 52% здоровых детей, а на следующий 1997/1998 – уже 32% (процесс снижения показателей здоровья продолжается до сих пор: так, в 1999/2000 учебном году в первый класс пришли всего 14% здоровых детей). В этой ситуации все чаще приходится задумываться: может ли школа работать так, чтобы положительно повлиять на ухудшающиеся год от года с переходом ребенка из класса в класс показатели состояния здоровья? Здоровьесберегающие технологии должны прийти на помощь школе.

В этой статье пойдет разговор об апробации учителями начальной школы МОУ СОШ № 11 нетрадиционного подхода к обучению младших школьников через внедрение элементов здоровьесберегающей педагогики Владимира Филипповича Базарного. За основу экспериментальной работы взят материал из книги В.П. Щербининой «Педагогика здорового развития детей младшего возраста». Нельзя не согласиться с позицией автора книги: чтобы управлять поведением детей, следует помнить, что в каждом виде труда присутствуют компоненты физического и/или умственного напряжения, однако учитель, как правило, сосредотачивается на умственных нагрузках, а физический компонент на его уроках (работа мышц) отсутствует. Такой односторонний подход к организации урока приводит к утомлению, задержке развития, потере здоровья. Органи-

зуя учебный процесс, необходимо предусматривать чередование различных поз, уделять особое внимание двигательной активности учащихся. Проведенные В.Ф. Базарным исследования показывают, что физическое развитие и состояние здоровья детей, особенно школьников, находятся в прямой зависимости от их напряженности и утомляемости в процессе учебно-познавательной деятельности.

Напряженность и утомляемость в свою очередь определяют степень зрелости зрительного и особенно зрительно-ручного трудового потенциала учащихся. Не секрет, что и по сей день все занятия в школе проводятся в режиме ближнего зрения – наиболее напряженном для зрительного восприятия. Поэтому столь велик процент падения зрения уже к концу обучения в начальной школе.

Что же делать? – задумались мы еще в том самом 1997/1998 учебном году, когда процент здоровых детей среди первоклассников резко снизился. Школа работала всего лишь второй год. Учителя начальных классов, овладевшие элементами адаптивной системы обучения, в том же порядке стали осваивать внедрение здоровьесберегающих технологий. После изучения теории творческой группой были определены:

1) цели работы:

– увеличение двигательной активности учащихся на уроке; предупреждение утомляемости;

– систематическая работа с родителями по организации здорового образа жизни;

2) элементы методики врача-офтальмолога В.Ф. Базарного.

С учетом особенностей работы в условиях небольшого уральского города мы остановились на следующих направлениях и видах деятельности:

1. Организация обучения в режиме динамических поз: чередование сидения, стояния и передвижений по классу.

* Данная статья является продолжением публикации в № 8/2002 нашего журнала.

2. Разработка уроков в режиме двигательной активности; проведение большей части урока в свободной форме, используя игровой уголок; включение в каждый урок 3–5 физминуток, которые активизируют общее и зрительно-координаторное чувство (сочетание вращательных движений глазами, головой и туловищем).

3. Осуществление учителем систематического контроля за здоровьем учащихся.

4. Были определены зоны риска эксперимента:

– изменение структуры урока в пользу двигательной активности может привести к снижению его эффективности, к уменьшению его плотности;

– сможем ли мы все элементы здоровьесберегающей педагогики успешно использовать на уроках математики, ИЗО и других в системе, не переходя ту невидимую черту, которую мы научились определять при введении в учебный процесс элементов адаптивной системы обучения, чтобы урок не превратился в базар;



– и, пожалуй, главное: а что же будет дальше? Когда наши дети придут в 5-й класс, при отсутствии преемственности между начальной школой и основной, процесс адаптации может обостриться, так как 45 минут находиться в статическом положении дети не смогут.

После апробирования выбранных нами элементов методики В.Ф. Базарного учителя С.А. Ерошина и М.В. Ануфриева вышли на коллектив учителей начальных классов с открытыми уроками. Что в этих уроках было необычным для восприятия?

1. Зрительные тренажеры. По рекомендации В.Ф. Базарного они должны размещаться на потолке. Однако мы ограничились изображением их на обычном листе ватмана. Такие тренажеры являются обязательными для снятия напряжения с мышц глаз. Отдых для глаз уместен после длительного письма или чтения, т.е. использовать тренажер необходимо на любом уроке.

2. «Экологический календарь». На задней стене классной комнаты должен быть изображен пейзаж местности, в которой находится школа. В этот пейзаж учитель помещает необходимый учебный материал, приглашая всех детей пройти к пейзажу и прочитывать, например, прикрепленные там слоги, слова с изученными буквами. «Экологический календарь» у наших учителей имеет самый разный вид: от стандартных пейзажей, выполненных красками на листе ватмана или холсте, до использования оформления его в стиле «макраме».

3. Часть урока (3–5 минут) дети обучаются стоя. Это может быть чтение, слушание учителя, говорение.

4. Выполнив задание учителя, ученик встает. Таким образом, сменив позу сидения на позу стояния, ребенок отдыхает, а учитель может ориентироваться, как быстро дети справляются с учебной задачей.

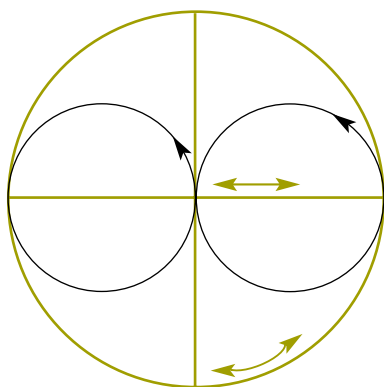
5. Учитель ведет урок не только стоя у доски классной комнаты,

т.е. перед учениками. Он может находиться в любой части класса, а ученики вынуждены поворачиваться вслед за учителем, вращать головой, глазами. Можно рекомендовать часть необходимого к уроку оборудования размещать с этой целью в разных местах классной комнаты.

6. Учитель приглашает всех учащихся пройти к разным местам классной комнаты (к своему столу, к доске, к карте, к выставке книг и т.д.) и организует там обучение со всем классом или по группам.

Из перечисленных элементов каждый учитель взял для себя ровно столько, сколько смог.

Приведу в качестве примера работу со зрительным тренажером:



Во время выполнения упражнений можно использовать фоновое музыкальное сопровождение.

Положение детей может быть различным:

- 1) стоя у рабочих мест;
- 2) сидя за партой;
- 3) стоя у тренажера.

Учитель: Следим глазками за движением указки по тренажеру.

Представьте себе, как будет кружиться снежинка, падая на землю. Дует студеный ветер. Кружатся в воздухе и падают на землю снежинки – одна красивее другой. Чем тише морозная погода, тем красивее падающие на землю снежинки.

(Фрагмент из урока учителя М.В. Ануфриевой.)

Интерес к нашему эксперименту проявили работники ДОУ, учителя других школ, родители, комитет образования. Уже в 1998/1999 учебном году были подготовлены и проведены два районных семинара:

– для завучей и директоров школ «Многообразии структур уроков развивающего типа»;

– для учителей начальных классов «Организация детей на уроках развивающего типа».

Творческая группа учителей начальных классов разработала большое количество физпауз, активизирующих работу разных групп мышц. Ежегодно в школе проводятся дни здоровья, в 1–5-х классах был введен урок хореографии. Учителя основной школы взяли на вооружение наработки творческой группы учителей начальных классов.

В заключение хочется отметить, что после первого же года работы по изучаемой проблеме нас порадовала ее результативность:

1. Возросла творческая активность учителей.

2. Количество пропусков уроков по болезни снизилось с 27 уроков в 1997 г. до 16 уроков в 1998 г. на 1 ученика.

3. В марте 2001 г. мы имели возможность поделиться своими наработками с коллегами на областных педагогических чтениях в г. Челябинске.

4. Опыт работы учителей начальных классов нашей школы нашел широкое распространение в других школах города.

Для усиления эффективности применения здоровьесберегающей педагогики в школе, конечно же, необходимо хорошо оборудованный медицинский кабинет, ставка врача и научный руководитель. К сожалению, эта проблема не решается в одночасье.

(Продолжение следует)

Людмила Анатольевна Филиппова – зам. директора по учебно-воспитательной работе МОУ «Школа № 11», г. Сатка Челябинской обл.