

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ СРЕДА КАК ОСНОВА ЛИЧНОСТНО ОРИЕНТИРОВАННОГО ОБУЧЕНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Эмиралиева Зарема Эдемовна

Магистрант 2-го курса Наманганского государственного педагогического института

Научный консультант: Очилова Ф.К.

PhD, старший преподаватель Наманганского государственного педагогического института

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.23324921>

Аннотация. В статье рассматриваются концептуальные подходы к формированию здоровьесберегающей образовательной среды в начальных классах. Обоснована необходимость перехода к личностно ориентированной модели обучения, в которой качество результатов образования рассматривается во взаимосвязи с физическим, психологическим и социальным благополучием учащихся.

Ключевые слова: начальная школа, здоровьесберегающая среда, личностно ориентированное обучение, младший школьный возраст, психофизиологическое благополучие, педагогические условия.

Abstract. The article discusses conceptual approaches to forming a health-saving educational environment in primary school. It substantiates the need for a transition to a learner-centered education model, in which the quality of educational outcomes is considered in close connection with the physical, psychological, and social well-being of students.

Keywords: primary school, health-saving environment, learner-centered education, primary school age, psychophysiological well-being, pedagogical conditions.

На современном этапе развития системы образования ключевым приоритетом становится последовательный переход к личностно ориентированной модели обучения. В рамках данной парадигмы качество образовательных результатов неразрывно связано с физическим, психологическим, социальным и нравственным благополучием обучающихся. Вследствие этого проблема сохранения и укрепления здоровья детей приобретает не только медико-социальный, но и фундаментальный педагогический характер.

Современная школа должна обеспечивать не просто усвоение определённого объёма знаний, умений и навыков, но и проектировать условия, при которых образовательный процесс содействует полноценному развитию личности ребёнка, поддержанию его работоспособности, а также формированию культуры здоровья и освоению навыков безопасного и здорового образа жизни.

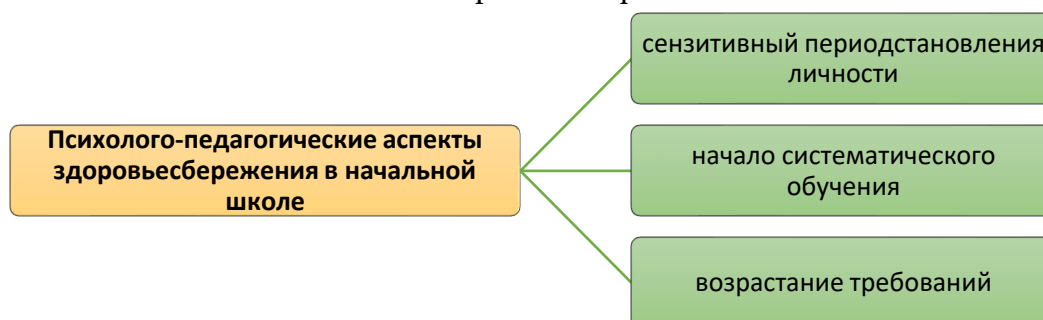
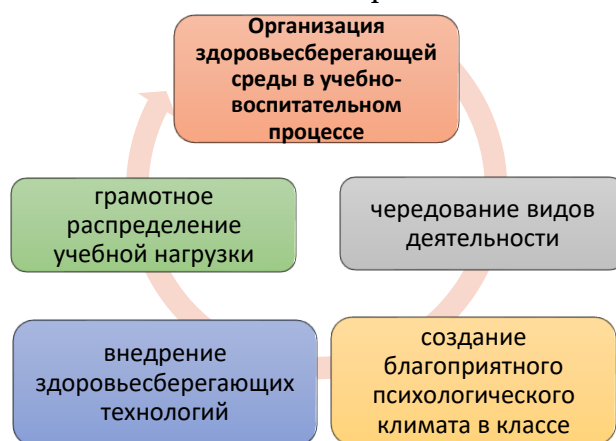


Рис.1. Психолого-педагогические аспекты здоровьесбережения в начальной школе

Особую остроту и значимость рассматриваемая проблема приобретает на уровне начального общего образования. Младший школьный возраст представляет собой сензитивный период интенсивного физического, интеллектуального, эмоционального и социального становления личности. Начало систематического обучения сопряжено с кардинальной перестройкой привычного режима дня, существенным увеличением продолжительности регламентированной учебной деятельности, а также возрастанием требований к механизмам произвольного внимания, памяти и саморегуляции.

Игнорирование возрастных, психофизиологических и индивидуальных особенностей младших школьников в образовательном процессе неизбежно приводит к кумулятивному утомлению, снижению познавательной активности, учебной мотивации и ухудшению общего самочувствия учащихся. Следовательно, сохранение и преумножение здоровья ребёнка выступает в качестве базового ориентира проектирования качественного начального образования.



Формирование здоровьесберегающей образовательной среды требует пересмотра традиционных подходов к организации школьных будней. Здоровьесбережение целесообразно рассматривать не как совокупность разрозненных физкультурно-оздоровительных мероприятий или профилактических процедур, а как системное свойство всей образовательной среды.[1]

Это предполагает грамотное распределение учебной нагрузки, чередование видов деятельности, создание благоприятного психологического климата в классе, а также внедрение здоровьесберегающих технологий в каждый урок. Педагогическое сопровождение должно опираться на принципы гуманизма, учета индивидуального темпа развития ребенка и предотвращения переутомления. Комплексный подход к физическому и психоэмоциональному развитию младших школьников позволяет снизить уровень тревожности, повысить адаптационный потенциал и сформировать устойчивую внутреннюю мотивацию к учению.

Здоровьесберегающая педагогика базируется на применении здоровьесберегающих технологий. Освоение и внедрение здоровьесберегающих технологий в процесс обучения младших школьников позволяет сделать его безопасным, четко определяя стратегию развития: *«здоровье — через образование»*.

Под здоровьесберегающей образовательной средой в начальной школе мы понимаем системно организованное пространственно-предметное, социальное и психолого-педагогическое окружение, построенное на принципах здоровьесбережения, которые повышают качество жизни, учебную успешность, а также физический, интеллектуальный и нравственный потенциал ребенка. На первый план в такой среде выходят личностные достижения каждого младшего школьника и сохранение его психоэмоционального благополучия.

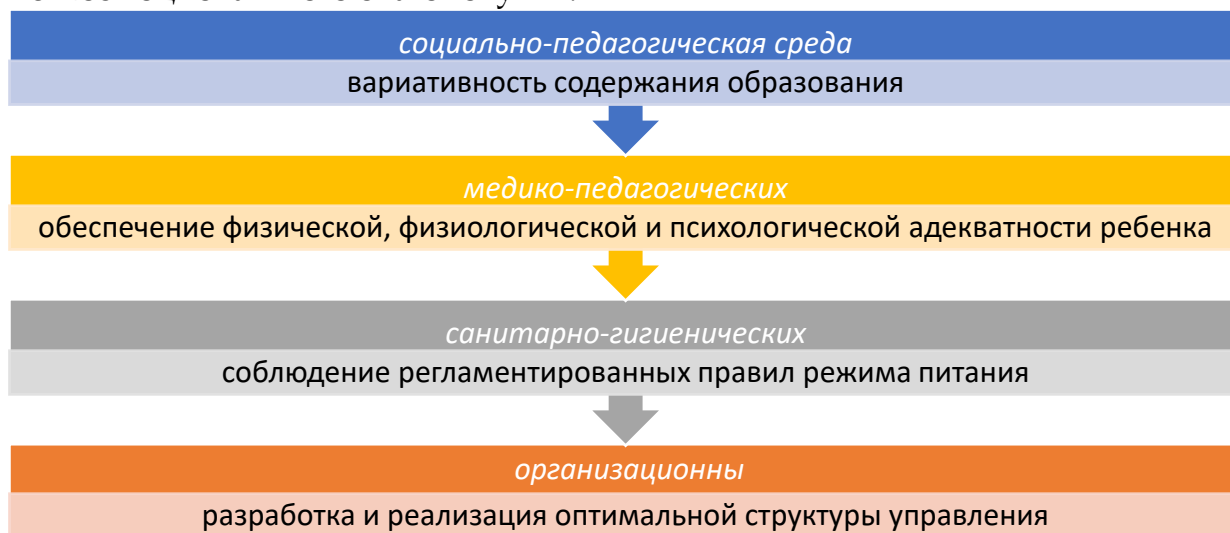


Рис.2. Комплекс условий здоровьесберегающей среды

Действенность здоровьесберегающей среды в начальном звене обеспечивается реализацией комплекса условий:

социально-педагогических — вариативность содержания образования, выбор адекватных возрасту здоровьесберегающих технологий, создание комфортных условий жизнедеятельности первоклассника и второклассника с учетом его адаптационного периода;

медико-педагогических — обеспечение физической, физиологической и психологической адекватности ребенка к меняющимся условиям школьной среды, обучение детей самопознанию, элементарной заботе о своем здоровье и навыкам профилактики утомления;

санитарно-гигиенических — соблюдение регламентированных правил режима питания, чередования труда и отдыха, поддержание чистоты и оптимального микроклимата в учебных помещениях;

организационных — разработка и реализация оптимальной структуры управления познавательной и оздоровительной деятельностью младших школьников.[4] (Рис.1.1.)

Здоровьесберегающие образовательные технологии - это целостная совокупность психолого-педагогических приемов, форм и методов организации обучения школьников, направленных на достижение образовательных результатов без ущерба для их здоровья.[1]



Рис.3. Здоровьесберегающие образовательные технологии

В практике начальной школы выделяют:

- здоровьесберегающие учебно-воспитательные технологии;
- здоровьесберегающие образовательные технологии на уроках по предметам;
- здоровьесберегающие медицинские и профилактические технологии;
- технологии административной поддержки здоровьесбережения в школе;
- технологии преемственности и семейного воспитания.

В системной последовательности приобщение начальной школы и каждого учителя к реализации здоровьесберегающих технологий выглядит следующим образом:

1. осознание педагогами проблемы негативного воздействия интенсивного обучения на здоровье младших школьников и необходимости ее разрешения;
2. признание своей солидарной ответственности за благополучие состояния здоровья детей;
3. овладение необходимым арсеналом здоровьесберегающих технологий;
4. практическая реализация полученной подготовки в тесном взаимодействии с психологами, медиками, учащимися и их родителями.

По определению Н.К.Смирнова,[5] здоровьесберегающие образовательные технологии охватывают все направления деятельности школы по формированию у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его укреплению, и мотивации на здоровый образ жизни. Тихомирова Л. Ф.[6] подчеркивает, что здоровьесберегающая технология в школе - это прежде всего создание адекватных условий обучения (отсутствие стресса, соответствие методик возрастным возможностям), рациональная организация учебного процесса и достаточный двигательный режим.

Особое значение здоровьесберегающая организация учебного процесса имеет в младшем школьном возрасте, когда происходит интенсивное развитие организма ребенка, формируются базовые учебные навыки (письмо, чтение, счет) и закладываются основы отношения к собственному здоровью. Нормативно-гигиенические требования к организации уроков в начальной школе включают:

- ограничение продолжительности непрерывной учебной работы;
- обязательное соблюдение гигиенических норм при обучении письму и чтению (с учетом неокрепшего костно-мышечного аппарата кисти и зрения);

- удовлетворение естественной биологической потребности младших школьников в движении через включение физкультминуток, динамических пауз, подвижных игр;
- поддержание оптимального психологического климата и предупреждение утомляемости на уроках.

Разработка и внедрение здоровьесберегающих технологий в процесс обучения младших школьников требуют создания условий для физического, духовного и социального благополучия ребенка. Это позволяет решить важнейшую задачу современного начального образования: обеспечить успешное обучение и формирование прочных навыков здорового образа жизни без перегрузок и ущерба для здоровья.

В связи с этим здоровьесберегающую образовательную среду в рамках настоящего исследования целесообразно понимать как целенаправленно организованную совокупность педагогических, психологических, санитарно-гигиенических, организационных, физкультурно-оздоровительных и предметно-пространственных условий образовательного процесса, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья младших школьников, снижение факторов учебной перегрузки, поддержание их работоспособности и создание возможностей для полноценного физического, интеллектуального, эмоционального и социального развития личности.[1]

Таким образом, сохранение здоровья младших школьников является важнейшим условием эффективности современного начального образования. Интеграция здоровьесберегающих принципов в структуру педагогического процесса позволяет гармонично сочетать высокие требования к качеству знаний с заботой о физическом и психологическом благополучии ребенка. Создание безопасной, развивающей и поддерживающей образовательной среды выступает залогом успешного личностного становления каждого ученика.

Литература

1. Колбанов В. В. Валеология: основные понятия, термины и определения. — СПб.: ДЕАН, 2001. — 232 с.
2. Қўчқорова М. М. Бошланғич синф ўқувчиларида соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантиришнинг педагогик асослари. — Тошкент: Фан ва технология, 2021. — 152 б.
3. Охужонов А. Т. Таълим жараёнида ўқувчилар саломатлигини сақлашнинг педагогик шароитлари // Педагогик таълим ж. — Тошкент, 2022. — № 3. — Б. 45–49.
4. Шамова Т. И., Давыденко Т. М. Управление образовательным процессом в адаптивной школе. — М.: Центр «Педагогический поиск», 2001. — 384 с.
5. Смирнов Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. — М.: АПК и ПРО, 2002. — 121 с.
6. Тихомирова Л. Ф. Теоретико-методические основы здоровьесберегающей педагогики. — Ярославль: Изд-во ЯГПУ, 2004. — 160 с.