

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П.
АСТАФЬЕВА (КГПУ им. В.П. Астафьева)

Факультет начальных классов
Кафедра педагогики и психологии начального образования

ШАЛАЕВА ЕКАТЕРИНА АНАТОЛЬЕВНА

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**ИНТЕРАКТИВНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ КАК СРЕДСТВО
РАСШИРЕНИЯ ЗНАНИЙ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ОБ ИХ
ИНДИВИДУАЛЬНОМ ЗДОРОВЬЕ И УСЛОВИЯХ ЕГО УКРЕПЛЕНИЯ**

Направление подготовки 44.04.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы
Инноватика в современном начальном образовании

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ
Заведующий кафедрой к.пс.н., доцент
Н.А. Мосина

(дата, подпись)

Научный руководитель к.б.н., доцент
Е.С. Панкова

(дата, подпись)

Обучающийся Шалаева Е.А.

(дата, подпись)

Красноярск 2018

Оглавление

Введение.....	3
Глава I Теоретические предпосылки изучения проблемы расширения знаний школьников о здоровье.....	9
1.1 Особенности здоровья современных младших школьников.....	9
1.2. Изучение теоретических источников по проблеме расширения знаний о здоровье младших школьников.....	21
1.3. Интерактивные технологии как средство расширения знаний младших школьников об их индивидуальном здоровье.....	33
Выводы по первой главе.....	49
Глава 2. Организация опытно - экспериментальной работы по расширению знаний младших школьников об их индивидуальном здоровье.....	51
2.1 Уровень сформированности знаний младших школьников об индивидуальном здоровье.....	51
2.2.Методические основы использования интерактивных технологий для младших школьников по расширению знаний об индивидуальном здоровье	56
2.3 Выявление эффективности интерактивных технологий как средства расширения знаний младших школьников об индивидуальном здоровье.....	57
Заключение.....	62
Список используемой литературы:.....	63

Введение

Образование, которое является актуальной проблемой времени, остается важнейшим направлением для развития экономической, политической и социальной систем общества. В последнее время в России, как и во всем мире, система образования претерпела ряд изменений, обусловленных изменениями других сферах государства. Поменялись цели, задачи образования, реформировалось его содержание.

Измененное содержание образования на сегодняшний день прослеживается в первую очередь в новых учебных планах, рабочих программах, учебниках, методических и дидактических пособиях и материалах. Содержание программ и учебников меняются в соответствии с возрастными особенностями, способностями, мировоззрением, национальной культурой обучающихся. К школе предъявляются новые требования при обучении и формировании личности обучающихся, которые должны быть активными, творчески развитые, организованные и ответственные, занимающиеся саморазвитием и умеющие быстро перестраиваться и переучиваться. Образование включает в себя несколько ступеней и в начальной школе происходит формирование знаний и умений, которые являются базой для последующего обучения и воспитания школьников.

Гуманизация образовательного процесса и всестороннее развитие личности обучающегося является главным ориентиром современной школы и предполагает сочетание учебной деятельности, в которой происходит формирование базовых знаний, умений и навыков, и творческой деятельности, которая отвечает за развитие индивидуальных способностей учащихся, познавательной активности, самостоятельное решение нестандартных задач и т.д. В связи с этим, одной из приоритетных задач педагогического коллектива является внедрение в традиционный учебный процесс различных развивающих занятий, которые направлены на развитие личностно-мотивационной и аналитико-синтетической сфер учащегося, его

памяти, внимания, воображения, мышления и других не менее важных психических процессов, а так же здоровья в целом.

Учебные занятия, развивающие базовые интеллектуальные и психические процессы детей, повышающие уровень здоровья, становятся более значимыми в учебном процессе начальной школы. Именно в начальной школе можно наиболее эффективно воздействовать на всестороннее развитие ребенка. Для того чтобы ребенок развивался всесторонне необходимо уделять особое внимание его индивидуальному здоровью. На сегодняшний день различными авторами предложено множество определений индивидуального здоровья. Рассмотрим некоторые из них. Индивидуальное здоровье - это целостное состояние, свойственное человеку, изменяющееся под влиянием различных условий среды, целостное, многомерное, динамическое состояние (включая его позитивные и негативные показатели) в процессе реализации генома в условиях конкретной социальной и экологической среды, позволяющее человеку в различной степени осуществлять его биологические и социальные функции (А.Г. Щедрина). [5] По мнению Э.М. Казина, индивидуальное здоровье как система складывается из трех основных взаимосвязанных и взаимозаменяемых элементов, трех культур: культуры питания, культуры движения и культуры эмоций. Отдельные оздоровительные методы и процедуры не дают желательного и стабильного улучшения здоровья, потому что не затрагивают целостную психосоматическую структуру человека. [16]

Индивидуальное здоровье состоит из трех критериев: физическое, социальное и духовное здоровье. В соответствии с ними можно дать определение индивидуальному здоровью. По мнению р.И.Айзмана физическое здоровье - естественное состояние человека, которое обусловлено естественным функционированием всех его органов и систем. Психическое здоровье — это состояние психической сферы человека, которая описывается общим душевным комфортом, обеспечивающее адекватную регуляцию поведения и определено биологическими и

социальными потребностями. Нравственное здоровье обуславливается такими моральными принципами, являющимися началом социума, т.е. жизни в определенном человеческом обществе.

М.М. Безруких считает, что индивидуальное здоровье человека – это процесс сохранения и развития его психических и физиологических качеств, оптимальной работоспособности и социальной активности при максимальной продолжительности жизни.

Развитие индивидуального здоровья ребенка включает в себя и уровень знаний младшего школьника об его индивидуальном здоровье. Этому можно добиться путем внедрения интерактивного обучения в учебный процесс. На данный момент интерактивное обучение оптимизирует учебный процесс, при этом происходит повышение мотивации школьников к обучению, уровня здоровья школьников, решение различных образовательных, развивающих и воспитательных задач, которые решать в традиционной ситуации довольно проблематично или невозможно.

Анализируя литературу и многолетний опыт работы сделаны выводы о том, что очень эффективно использовать интерактивные технологии и средства на самом начальном этапе обучения на занятиях для оживления учебно-воспитательного процесса и повышения интереса к образовательному процессу. Очень важно в самом начале обучения заинтересовать ребенка, привить желание посещать уроки и получать новые знания, постоянно творчески развиваться, открывать в себе различные таланты. Для того чтобы заинтересовать ребенка, вовлечь в урок всех учащихся необходимо применять в учебно-воспитательном процессе различные методы и технологии, которые будут активизировать познавательную активность, эффективно обучать новым знаниям и способам их получения. Интерактивные технологии обучения являются эффективными и оптимальными для развития познавательных интересов учащихся.

Таким образом, актуальность исследования обусловлена следующими факторами:

- недостаточная изученность вопроса уровня индивидуального здоровья учащихся в начальной школе;
- необходимость изучения возможностей занятий в условиях включения интерактивных технологий как средства повышения уровня индивидуального здоровья младших школьников.

Цель исследования: теоретически обосновать, разработать и реализовать организационно-педагогические условия включения интерактивных технологий как средство расширения знаний младших школьников об их индивидуальном здоровье.

Объект исследования: уровень повышения знаний младших школьников об их индивидуальном здоровье.

Предмет исследования: организационно-педагогические условия включения интерактивных технологий в учебный процесс.

Гипотеза исследования: включение интерактивных технологий в учебный процесс будет способствовать расширению знаний младших школьников об их индивидуальном здоровье, если:

- ролевые игры будут использоваться на уроке для расширения знаний о физическом здоровье
- моделирование жизненных ситуаций — на классных часах и для расширения знаний о нравственном здоровье
- беседа по профилактике употребления психоактивных веществ — для расширения знаний об их социальном здоровье.

В соответствии с целью, объектом, предметом, гипотезой определены следующие задачи исследования:

1. Исследовать теоретические предпосылки использования интерактивных технологий на уроках для расширения знаний младших школьников об их индивидуальном здоровье;

2. Конкретизировать понятия «интерактивные технологии», «индивидуальное здоровье» и определить особенности влияния их на здоровье младших школьников;

3. Экспериментально изучить актуальный уровень знаний младших школьников об их индивидуальном здоровье;

4. Разработать, реализовать организационно-педагогические условия включения интерактивных технологий в учебный процесс для расширения знаний младших школьников об их индивидуальном здоровье.

5. Оценить эффективность проведенного формирующего эксперимента.

Методологической основой диссертационного исследования являются: обучение и развитие младших школьников Ф. Шарифзода; развитие теоретического мышления у В.В. Давыдова, Д.В. Эльконина; формирование умственных действий у П.Я. Гальперина, Н.Ф. Талызиной; познавательных интересов у Т.А. Шукурова, Г.И. Щукиной; новые способы и приёмы обучения у В.Ф. Шаталова, И.Я. Лернера; интегрированное и дифференцированное обучение у Ф. Шарифзода, У. Зубайдова, М.А. Менчинской, Г.С. Костюка; развитие познавательной активности учащихся в начальной школе у Ш.А. Амонашвили; оптимизация обучения у Ю.К. Бабанского. Раскрыты основные принципы системного подхода к содержанию школьного образования (М.Н. Скаткин, В.В. Давыдов, М.И. Махмутов и др.). Они внесли определенный вклад в разработку психолого-педагогических и дидактических проблем развития умственных способностей и здоровья учащихся. Индивидуальным психологическим особенностям обучаемых уделено большое внимание в трудах психологов Л.С. Выготского, Дж Дьюи, К.Д. Ушинского, И.Г. Песталоцци, А.Н. Леонтьева, И.В. Дубровиной, З.И. Калмыковой и др.

Научная новизна исследования обусловлена тем, что:

- разработан методический подход к использованию интерактивных технологий на уроках в целях расширения знаний младших школьников об их индивидуальном здоровье;

- показана возможность построения урока в общеобразовательной школе с использованием интерактивных средств для расширения знаний младших школьников об их индивидуальном здоровье.

Теоретическая значимость исследования формулируется в выявлении психолого-педагогических и методических механизмов уроков, в определении сущности и значения использования таких уроков на практике с применением интерактивных технологий, а также в выявлении особенностей и механизмов повышения уровня индивидуального здоровья младших школьников в процессе проведения занятий с использованием интерактивных технологий для расширения знаний младших школьников об их индивидуальном здоровье.

Результаты исследования могут служить теоретической основой для разработки программного материала при проведении уроков с использованием интерактивных технологий в общеобразовательной школе.

Практическая значимость исследования обусловлена тем, что содержащиеся в нем теоретические положения и выводы дают возможность организации реальной педагогической работы по проведению занятий с применением интерактивных технологий как средство расширения знаний младших школьников об их индивидуальном здоровье. Результаты исследования могут быть использованы в разработке учебных планов, учебников, программ и пособий для учителей общеобразовательной школы, в практике повышения квалификации учителей начальных классов. Рекомендации данной диссертации могут служить основой для модернизации и совершенствования организационных форм обучения.

Основные положения, выносимые на защиту:

1. Применение уроков с использованием интерактивных технологий с младшими школьниками наряду с другими формами уроков и технологий.
2. Влияние форм уроков, методов и технологий применяемых педагогом в процессе обучения младших школьников на уровень знания об индивидуальном здоровье.

Для решения поставленных задач и проверки исходных предположений был использован комплекс методов исследования, взаимопроверяющих и дополняющих друг друга. Теоретические - анализ психолого-педагогической и научно-методической литературы по теме исследования; обобщение отечественного педагогического опыта; изучение методических пособий; эмпирические - педагогический эксперимент, методы констатирующего эксперимента - сбора информации (тестирование, метод незаконченных предложений, итоговый контроль знаний по темам); математические (количественная обработка) и статистические методы, качественный анализ результатов исследования.

Глава I Теоретические предпосылки изучения проблемы расширения знаний школьников о здоровье

1.1 Особенности здоровья современных младших школьников

В понятии «здоровье» отражаются фундаментальные аспекты биологического, социального, психического и духовного бытия человека в мире, поэтому и подход к его рассмотрению должен быть комплексным.

Различные представления о здоровье и болезни всегда относительны, историчны, как и обуславливающие их социокультурные нормы и стереотипы. «Здоровье» и «болезнь» относятся к числу тех диалектических взаимодополняющих понятий, которые в принципе не могут быть однозначно определены, и их постоянное осмысление, переоценка приводит к становлению нового знания, к формированию более целостного взгляда на феномен человека.

Одним из первых кто дал определение понятию здоровья был античный философ Алкмен.[4] Еще в начале 5 века до н.э. философом было представлено понятие здоровья как равновесие и гармонию сил, направленных противоположно. Противодействующими силами Алкмен представлял

человеческую природу и различные его состояния. Понятие болезни в его понимании является противоположным или обратным явлением здоровью.

В нашем государстве на протяжении всей истории здоровый образ жизни, бережное отношение к здоровью подрастающего поколения были одним из важнейших аспектов. Вопрос о здоровье человека всегда интересовало и было предметом для изучения ученых, общественных деятелей. Это прослеживается в работах В.Г. Белинского, С.П. Боткина, М.В. Ломоносова, К.Д. Ушинского и других [21].

Здоровье является индивидуальным достоянием каждого человека и общества в целом. На протяжении последних десятилетий отмечается резкое ухудшение здоровья как взрослых, так и детей. Это обусловлено не только социальными и экологическими факторами, но и сказывается отрицательное влияние образовательных учреждений на здоровье детей. Такие социальные пороки, как бездуховность, алкоголизм, наркомания, преступность, разрастаясь калечат психическое и физическое здоровье нации и порой сводят на нет все усилия педагогов по воспитанию подрастающего поколения.

В связи с этим, проблема сохранения здоровья детей становится все более актуальной. По мнению академика Н.М. Амосова, для того чтобы быть здоровым, нужны собственные усилия. Установка на здоровье не появляется у человека сама по себе, а формируется в результате определенного педагогического воздействия. [16]

Существует несколько направлений формирования ЗОЖ: физкультурно-оздоровительное, реабилитационно-профилактическое, общегигиеническое, культурно-просветительное. Физкультурно-оздоровительное направление состоит в том что большое значение для здоровья является двигательная активность. Умение восстанавливать здоровье после болезни, предупреждать ее возобновление и осложнение является сутью реабилитационно-профилактического направления. Культурно-просветительное направление подразумевает посещение разных

учреждений культуры, получение дополнительного образования будет способствовать ограждению школьников от негативных привычек, которые наносят вред их здоровью. [29]

Именно в младшем школьном возрасте важно привить общегигиенические навыки по укреплению здоровья. Сюда можно отнести формирование навыков ЗОЖ, включение школьников в гигиеническое обучение и воспитание их в семье и школе.

Все знают что делать зарядку необходимо для укрепления здоровья. Но у многих возникает вопрос как приобщить ребенка к этому. Одним из лучших способов является заинтересовать и увлечь этим ребенка. Для этого как правило достаточно личного примера родителей и учителя. Со временем из подражания это перейдет в привычку у ребенка.

В младшем школьном возрасте ребенок живет на уровне эмоций. В это время дети очень восприимчивы к различным внешним влияниям. Один из главных аспектов человеческой жизни является сохранение и поддержание здоровья. Именно поэтому важно уделять особое внимание формированию у детей готовности к оздоровительной деятельности и положительного отношения к ней.

В формировании культуры здоровья мало знания способов и методов укрепления здоровья, профилактики заболеваний. Необходимо повысить «роль личностных качеств человека в сознательном и волевом принятии принципов здорового образа жизни» сформировать культуру здоровья - значит пробудить в человеке (взрослом или ребенке) внутреннюю потребность в здравосозидании. [47]

Как правило индивидуальное здоровье детей зависит от той среды, в которой он находится, а именно семьи и школы. Ребенок в семье проявляет инициативу к осуществлению здоровьезберегающих действий, самостоятельность и родители не всегда имеют опыт и знания для решения вопросов, связанных со здоровьем детей. Поэтому необходимо четко

простроить воспитательный процесс так чтобы и семья, и школа принимали активную деятельность в решении данных вопросов.

Индивидуальное здоровье — это здоровье каждого члена общества. В определение здоровья в современном обществе вкладывается более широкий смысл, чем просто отсутствие болезней у человека. Понятие здоровья включает в себя различные деятельностные возможности человека, позволяющие улучшить себе жизнь, сделать ее более благополучной, достижение высокой степени самореализации.

Необходимо отметить, что в понятие благополучия жизни входит не только физическое состояние человека, но и другие стороны жизни, а именно духовное и социальное состояние. Интеллект, человеческий разум, эмоции относятся к духовному благополучию. Социальное благополучие выражается в возможности человека жить в безопасности в реальной окружающей среде. Физические возможности, совершенствование тела человека и продолжительность его жизни отражает физическое благополучие.

Из этого следует, что благополучие человека определяет понятие его здоровья. Благополучие человека на прямую зависит от его физического, духовного и социального здоровья. Если не принимать во внимание насколько влияет на здоровье психические, биологические и социальные процесс, которые происходят в повседневной жизни и то как человек приспосабливается к ним, то нельзя получить полного представления о здоровье человека. Болезни как правило не ограничиваются только телом или психикой. Только человек имеет разум, который может творчески мыслить, только он является существом социальным, что означает наличием у него биологическим или физическим, духовным и социальным здоровьем. При чем основой здоровья все больше является духовное здоровье.

Физическое, духовное и социальное здоровье - три неразделимых составляющих индивидуального здоровья человека, находящиеся в единстве, что в свою очередь обеспечит высокий уровень здоровья человека и его благополучия. Физическое здоровье непосредственно имеет влияние на

духовную жизнь, а в свою очередь духовный контроль обеспечивает нужную дисциплину для поддержки физического здоровья. Физическое и духовное здоровье влияют на социальную составляющую и обеспечивает благополучие социальное.

Двигательная активность, очищение организма и его закаливание, правильное питание, целесообразным сочетанием умственного и физического труда, временем и умением отдыхать, не употребляя при этом алкоголь, табак и наркотики обеспечивает физическое здоровье.

Духовная составляющая здоровья обеспечивается процессом мышления, познания окружающего мира и ориентация в нем. Достижение духовного здоровья заключается в способности жить в согласии с собой, с родными, друзьями и обществом, умение моделировать и делать прогнозы различных событий, формировать и корректировать свое поведение в обществе.

Способность человека адаптироваться в техногенной, социальной и природной средах обитания является социальным здоровьем. Для его достижения необходимо уметь предвидеть возможность возникновения чрезвычайных и опасных ситуаций, уметь оценить их возможные последствия, анализировать и принимать объективные решения и действовать в конкретной ситуации, используя все имеющиеся возможности.

Физические, социальные и духовные факторы являются ведущими среди других, которые влияют на здоровье и благополучие человека. Наследственность является главным физическим фактором. Проведенные исследования говорят о непосредственном влиянии наследственности почти на все стороны физического здоровья человека. Наследственность отвечает предрасположен ли человек к некоторым заболеваниям или врожденным физическим дефектам. Степень влияния наследственности на здоровье может составлять до 20%.

Среди социальных факторов необходимо выделить состояние окружающей среды, влияние различных опасных и чрезвычайных ситуаций и

организацию защиты населения от их последствий, а также доступный уровень медицинского обслуживания. В сумме они составляют 30%.

Духовный фактор можно выделить как один из важных составляющих здоровья и благополучия человека.

Он включает понимание здоровья как способности к созиданию добра, самосовершенствованию, милосердию и бескорыстной взаимопомощи, создание установки на здоровый образ жизни. Отметим, что для того чтобы побудить человека вести здоровый образ жизни является трудной задачей. Множество людей знают что такое здоровый образ жизни, но не ведут его. По большей степени люди делают то что им нравится, что приносит им удовольствие, что не всегда бывает полезным. Хотя иногда вредные привычки на короткое время дают приятные ощущения. Для того чтобы выбрать здоровый образ жизни необходимо иметь высокий уровень понимания и заинтересованности в этом. Исходя из всего вышесказанного можно сделать вывод, что духовное здоровье сильно зависит от индивидуального образа жизни человека и степень его влияния на здоровье составляет примерно 50%.

Для того чтобы достичь высокий уровень жизни, здоровья и благополучия необходимо постоянно работать над этим, то есть должна быть определенная жизненная позиция и повседневное поведение у человека. Для этого каждый человек должен выработать некоторые необходимые качества, способствующие сохранению и укреплению здоровья. К ним относятся стремление человека к соблюдению норм здорового образа жизни, непрерывное совершенствование своих физических и духовных качеств, бережное отношение к окружающей среде и ее сохранение, используя свои возможности, воспитание в себе убежденности в том что здоровье каждого зависит от состояния окружающей природы.

Переосмысление отношения к индивидуальному здоровью и понимание здоровья как личную, так и общественную ценность является необходимостью. Индивидуальное здоровье человека непосредственно

зависит от внешней среды, от умения человека вести безопасную деятельность в повседневной жизни, в том числе и в чрезвычайных и опасных ситуациях. Исходя из этого можно сделать вывод, что для сохранения и укрепления индивидуального здоровья нужно непрерывно учиться предвидеть опасности, давать оценку обстановки и уметь принимать адекватные поступки в складывающейся обстановке для того чтобы снизить факторы риска для здоровья и жизни, уметь формировать индивидуальную систему здорового образа жизни, которая обеспечивает духовное, социально и физическое благополучие.

Исследования ученых (Н.Н.Куинджи, Н.Б. Коростелев и др.) свидетельствуют о том, что уже в младшем школьном возрасте некоторые дети попадают в зависимость от алкоголя, табака и наркотиков. Профилактика этих вредных пристрастий у детей представляет непростую задачу. На ребят 9 -10 лет плохо действуют беседы, нотации учителей и родителей, так как прогнозируемый от них вред представляется слишком далеким от настоящей жизни. По этой причине в работе с младшими школьниками необходимо основываться на особенности их эмоционального реагирования и адекватные возрасту формы организации деятельности: игры, практикумы, инсценировки и др.[31]

Простуда и ОРВИ являются одной из частых причин пропусков занятий в школе учащимися. Очень важно знакомить младших школьников с первичными видами и правилами закаливания организма. Проводить беседы с ними о закаливании необходимо так же потому что закаливание не только оздоравливает ребенка, но и вырабатывает у него силу воли, целеустремленность, решительность и других нравственных качеств.

Чтобы сформировать у детей культуру здоровья, нужно рассматривать не только физиологический, но и психологический, нравственный аспект здоровья [21]

Проанализировав все критерии сформированности культуры здоровья можно выделить следующие: необходимо относиться к своему здоровью и

здоровью окружающих как к ценности; человек должен иметь определенные умения и навыки для сохранения и укрепления здоровья, безопасное и ответственное поведение; должны быть сформированы гигиенические навыки и привычки; должна быть физическая и умственная активность; уметь противостоять негативным формам поведения для здоровья.

Младший школьный возраст - период жизни ребенка от 6 до 11 лет, когда он проходит обучение в начальных классах (с 1-го по 4-й). В данном возрасте нервные процессы, процесс возбуждения и их изменения являются ключевыми, что является отличительными особенностями младших школьников, другими словами у них происходит высокая эмоциональная возбудимость и неусидчивость.

Так как мышечное развитие и способность управления им происходят не синхронно, поэтому дети данного возраста имеют особенности в организации движения. Развитие крупных мышц опережает развитие мелких, в связи с чем, дети лучше выполняют сильные и размашистые движения, чем мелкие и требующие точности (например, при письме). Высокая утомляемость и нервно-психическая ранимость характерна для ребенка не смотря на то что физическая выносливость возрастает и увеличивается работоспособность ребенка. Их работоспособность обычно падает через 25 – 30 минут урока. Посещение группы продленного дня и высокой эмоциональности и насыщенности занятий и различных мероприятий способствуют быстрому утомлению детей.

Можно сказать что вместе с началом школьной жизни у ребенка начинается новый период жизни. Л.С. Выгодский говорил, что расставание с дошкольным возрастом – это расставание с детской непосредственностью, наивностью. Поведение ребенка, его отношения с окружающими перестает быть настолько же понятным как раньше. Что скрывается за впечатлением наивности и непосредственности поведения ребенка до кризиса? Наивность и непосредственность в поведении ребенка показывают что и внешне и внутри

ребенок одинаковый. Утеря непосредственности означает привнесение в наши поступки интеллектуального момента. [32]

Основная симптоматика кризиса:

1) потеря непосредственности. Ребенок начинает переживать, что для него будет значить его желания и действия;

2) манерничанье; ребенок что-то из себя строит, что-то скрывает (уже душа закрыта);

3) симптом «горькой конфеты»: ребенку плохо, но он старается этого не показать. Ребенок замыкается в себе и становится неуправляемым, как только появляются трудности в воспитании.

Основой данных симптомов служит обобщение переживаний. У школьника появляется новая внутренняя жизнь. Готовность ребенка к школе очень часто путают с высоким развитием, которое проявляется к семи годам. В начале обучения, в самые первые дни можно увидеть, что не все школьники готовы к обучению. Его учат писать, читать, считать, но это не делает его готовым к школьному обучению. Готовность ребенка к школе определяется деятельностью, в которую он направляет все свои умения и навыки. При наличии основных навыков у ребенка могут отсутствовать или не полностью быть сформированы определенные механизмы умственной деятельности.

Из работ Л.С. Выгодского известно, что каждая стадия психического развития ребенка характеризуется соответствующим типом ведущей деятельности. В младшем школьном возрасте у ребенка учебная деятельность должна быть главной. Процесс обучения у ребенка продолжается, он и раньше учился чему либо, но именно в школе учеба для него является самостоятельной деятельностью. В период обучения в школе главное место в деятельности ребенка занимает процесс обучения. Практически все изменения в развитии психики школьника происходят и проявляются именно в этот период, то есть наблюдается связь между изменениями и учебой. [23]

Так как некоторые школьники имеют запоздалое развитие они сталкиваются с различными проблемами в школе. Для них долгое время игра остается одной из главных деятельностью. Тем не менее требования школе, предъявляемые к школьникам меняют роль игры в образовательном процессе. В этот период для младших школьников в связи с требованиями школы учебный процесс занимает первое место, появляются новые социальные установки и мотивы, развитие чувства долга и ответственности, а так же необходимости в получении знаний и образования в целом.

Но к сожалению не все школьники в данном возрасте считают обучение главнейшим составляющим в образовательном процессе. Как отмечает Божович Л.И., для того, что бы та или иная деятельность стала ведущей в формировании психики, необходимо, что бы она составила основное содержание жизни самих детей, явилась для них центром, вокруг которого сосредоточиваются их главные интересы и переживания.

Важное условие целенаправленного развития ребенка является организованность и систематичность в его обучении и воспитании. В младшем школьном возрасте игра не уходит полностью из жизни ребенка, часть ее остается в процессе обучения приобретая образовательный характер и направленность. Большое значение в жизни ребенка вместе с учебной деятельностью занимает и игровая. Не редко дети берут с собой в школу игрушки, играя ими друг с другом на переменах. В отличии от дошкольного возраста игра уже не является для ребенка главным занятием, но для психического развития она остается важной для школьника. [42]

Ребенок обязательно должен уметь сосредотачиваться на учебном задании, не отвлекаться от него в течении продолжительного времени, быстро переключаться с одного задания на другое. Однако произвольность познавательных процессов у детей 6—8 лет возникает лишь на пике волевого усилия, когда ребенок специально организует себя под напором обстоятельств или по собственному побуждению. В обычной обстановке ему еще трудно так организовать свою психическую деятельность.

Возрастные особенности младших школьников обуславливают непостоянное внимание у них. В младшем школьном возрасте намного лучше развито произвольное внимание. Наличии чего либо интересного, яркого, нового, бездейственного привлекает внимание школьников. Именно поэтому школьники теряют концентрацию внимания и пропускают различные важные детали в процессе обучения, отвлекаясь на посторонние дела, которые не имеют никакого отношения к учебе. Низкая устойчивость произвольного внимания является возрастной особенностью младшего школьника.

В первом и во втором классе учащиеся имеют слабую концентрацию внимания над работой, особенно если она не интересна им или однообразная, в связи с чем они быстро отвлекаются. Причиной появления ошибок в школьных заданиях и ребенка и отставание от других является отвлекание от учебы на посторонние предметы. Непрерывное внимание на протяжении всего урока у школьника появляется не раньше третьего класса.

Слабость произвольного внимания является первой причиной неуспеваемости и плохой дисциплины у младших школьников. В связи с этим нужно выяснить как происходит формируется процесс данного вида внимания, определить как и с помощью чего можно скорректировать и развить его. Произвольное внимание, в отличии от произвольного, не признак развития ребенка, а результат коммуникации ребенка со взрослыми, которое формируется в результате социальной жизни ребенка и контакта с окружающими.

Изменение эмоционального состояния у младших школьников происходит в начале обучения в школе. В начале обучения дети подвержены эмоциональным переживаниям, которые обусловлены наличием свободы действий в дошкольном возрасте и зависимости от требований и правил, предъявляемых в школе. В школе предъявляются требования к детям такие как ответственность, организованность, хорошая успеваемость и дисциплина. Когда меняются условия жизни и вместе с ними социальный статус ребенка

на младшего школьника происходит увеличение нагрузки и давление на его психику.

Учитель, контролируя школьников, упрощает процесс усвоения содержания основных форм культуры человека. Традиции и социальные нормы обуславливают поступки школьников. В этом возрасте дети четко понимают межличностные отношения и взаимодействие с окружающим миром. Сознательное формирование личности ребенка происходит тогда, когда он начинает разбираться в своих мотивах поведения и поступков окружающих. Коллектив является важным фактором в процессе формирования личности ребенка, так как он формирует социальную направленность у школьника.

К моменту окончания младшего школьного возраста ребенок больше времени уделяет социальной жизни, большее количество времени отводит для своих сверстников, проявляет интерес к жизни своего класса и принимает активное участие в ней. Важным для него становится и мнение окружающих особенно сверстников. Стать авторитетом в классе и завоевать уважение одноклассников становится важным для ребенка. Процесс формирования коллектива в классе и распределение ролей детей в нем сложный и как правило неоднозначный. Так как каждый ребенок индивидуален, имеет отличия от сверстников и внешние, и умственные, и по состоянию здоровья. Степень общения, наличие тех или иных знаний и умений у каждого ребенка разные, все это обуславливает различия коллективных отношений у ребят. Труднее всего тем ребятам, которые еще недостаточно правильно умеют оценивать отношения коллектива и сверстников к ним.

Самооценка и самосознание у таких ребят развиты недостаточно полно, и им трудно определить свое место в коллективе. Как правило, в этом возрасте ребенок хочет быстрее повзрослеть, стараясь стать похожими на старших сестер и братьев, родителей, учителей. Это желание проявляется во всех действиях, в общении ребенка, показывая этим свою самостоятельность.

Поэтому необходимо стараться поручать такие дела, которые будут показывать их важность, без постоянной опеки над ним. Поручение дел ребенку способствует развитию у него ответственности. Тем самым взрослые осуществляют процесс взросления ребенка наиболее ощутимым для него.

Наибольший эффект влияния на интеллектуальную и личную сферы ребенка получается именно в данный период их жизни. Использование различных игр, которые соответствуют возрасту, и развивающие упражнения могут служить стимулятором для развития младшего школьника.

1.2. Изучение теоретических источников по проблеме расширения знаний о здоровье младших школьников

В последнее время очень часто поднимается вопрос о здоровье нации, и в частности проблема ухудшения здоровья у младших школьников. По статистике современные дети уделяют мало внимания и времени своему здоровью и возможности его сохранения. Проведенные исследования показали, что уровень индивидуального здоровья детей понижается, что связано со многими факторами, в том числе и со школой. Около 25-30% детей, приходящих в 1-е классы, имеют те или иные отклонения в здоровье.

Исследования показали, что за время обучения в школе количество здоровых детей сокращается в 4 раза, это говорит о том что учителям младших классов необходимо иметь большие знания в физиологии и гигиены ребенка для того чтобы эффективно прорабатывать учебный процесс.

Исследования, проводимые специалистами Института возрастной физиологии РАО, говорят о том, что школьный образовательный процесс развивают факторы риска ухудшения здоровья. С воздействием данных факторов объединяют 20-40% случаев нарушения здоровья школьников. Данные, полученные учеными ИВФ РАО способствовали процессу классификации школьных факторов риска по градации уменьшения значимости и силы действия на здоровья школьников:

1. Стрессовая педагогическая тактика.

2. Различие процесса обучения возрастным и функциональным способностям школьников.
 3. Несоблюдение первичных гигиенических и физиологических требований к организации образовательного процесса.
 4. Малая информированность родителей в вопросах сохранения здоровья детей.
 5. Пробелы в нынешней системе физической культуры.
 6. Уменьшение образовательного процесса.
 7. Малая функциональная грамотность учителя в вопросах охраны и укрепления здоровья.
 8. Частичное отсутствие медицинских кабинетов и работников в образовательных организациях.
 9. Отсутствие системного подхода при работе по формированию ЗОЖ.
- [40]

От того как организован образовательный процесс во многом зависит здоровье школьников. В следствии введения новых ФГОСов происходит увеличении учебной нагрузки, улучшение образовательного процесса путем увеличения объема информации. В некоторых школах отсутствует организованное и качественное питание, адаптация образовательного процесса к индивидуальным психофизиологическим особенностей детей. Данные факторы требуют от младших школьников мобилизации его психофизиологических возможностей, что в свою очередь требует от учителей четкое представление уровня возможностей школьников.

Проанализировав вышесказанное можно сделать выводы, что существующий образовательный процесс имеет отношение к появлению у школьников стрессовых ситуаций и перегрузок, приводящие к ухудшению самочувствия и индивидуального здоровья школьников и как следствие этого развитию хронических заболеваний. Поэтому в образовательных учреждениях есть необходимость поменять подход к сохранению здоровья учащихся путем внедрения здоровьесберегающих технологий.

Условия обучения, увеличение учебной нагрузки, особенности взаимоотношений в педагогическом коллективе выступают факторами риска по ухудшению здоровья школьников. Рассмотрим эти факторы. Большинство условий учебного процесса можно отнести к условиям обучения. Конкретно к ним можно отнести мебель и ее габариты, освещение в учебных классах, температурный режим, другими словами все что относится к гигиеническому нормированию.

Информационной составляющей образовательного процесса является учебная нагрузка. Как распределяются виды учебной деятельности в течении года, четверти или учебного дня, какой объем заданий отводится на тот или иной предмет и т.д. все это составляющие учебной нагрузки. Те взаимоотношения, которые происходят между учителем и учениками характеризуют их стиль общения. По их взаимоотношениям можно отследить оценку результатов учебной деятельности. Изменения и отклонения этих отношений отражается на психическом состоянии школьника, что в свою очередь влияет на его поведение. Поведение ребенка показывает его эмоциональное состояние, уровень культуры и мотивы, формирующиеся в процессе воспитания ребенка.

Необходимо учитывать, что утомительность занятия складывается не только из одного какого-нибудь фактора, например, на уроке дается сложный материал или происходит высокая психологическая напряженность у школьника. В формировании утомительности занятия участвует несколько факторов. Интенсификация процесса обучения проходит по разным направлениям. [33]

Первое направление включает в себя увеличение учебных часов. В реальности, учебная нагрузка, по данным Института возрастной физиологии РАО, Научного центра охраны здоровья детей и подростков РАМН и некоторых региональных высших учебных заведений, в некоторых школах, чаще всего с наличием углублением изучения отдельных предметов, содержит в начальных классах 6,2-7,6 часов в день. В основной школе

данный показатель увеличивается до 7,2-8,3 часа в день, а для средних классов - 8,6-9,2 часа в день. При учете времени, затраченного на подготовку домашних заданий, рабочий день нынешнего школьника составляет 9-10 часов для начальной школы, 10-12 часов в день для основной и 13-15 часов в день в средней школе. Такое быстрое увеличение нагрузки соответственно имеет влияние на нервно-психическое состояние ребенка, что способствует иммунным и гормональным нарушениям. Все вместе способствует снижению сопротивляемости организма школьника с различными болезнями. [54]

Второе направление изменения образовательного процесса заключается в уменьшении количества часов, при этом общее количество даваемого материала не изменяется или увеличивается. Министерством образования были получены данные, в которых указано, что за период с 2000 по 2018гг. в начальных классах случилось серьезное уменьшение часов на такие учебные предметы как филология и математика, на 49% и 62% соответственно. Любому человеку, непосредственно или косвенно имеющему отношение к системе образования и нынешними программами известно, что объем учебного материала и его содержание ни в каких учебных предметах не уменьшилось на протяжении 50 последних лет. В связи с уменьшением количества учебных часов прослеживается увеличение нагрузки на выполнение домашнего задания и следовательно, интенсивности учебного процесса. [75]

Из-за того что сокращается количество учебных часов происходит увеличение нагрузки домашних заданий и как правило интенсивности процесса обучения. [11]

Эти изменения могут привести к появлению у школьников переутомления и усталости. Стоит отметить, что переутомление способствует развитию острых нарушений здоровья и может спровоцировать развитие хронических заболеваний, в том числе могут развиваться нервные, психосоматические и другие заболевания. Чаще всего переутомление

школьника на занятии возникает не только из-за сложного материала или психологической напряженности, а из-за сочетания различных факторов.

И семья, и школа должны понимать и принимать решения в вопросах сохранения и укрепления здоровья школьников. Для того чтобы дети были более здоровыми и развивались не только личностно, интеллектуально, духовно, но и физически необходимо с раннего возраста учить детей ценить, беречь и укреплять свое здоровье, в том числе и личным примером.

Подобные перемены обычно не проходят без последствий для многих детей, в связи с чем у них могут развиваться отклонения в здоровье, например, нарушение осанки, зрения, искривление позвоночника. Неправильная поза, в которой сидит ребенок выполняя задание дома или в школе на уроках, может привести к изменению его осанки. Ношение тяжелых портфелей влияет на искривление позвоночника и огромную нагрузку на него, особенно если ребенок имеет проблемы с опорно-двигательным аппаратом. Как правило, данные нарушения появляются у детей, не занимающихся спортом и со сниженным зрением и слухом.

К действиям, приводящими к умственному переутомлению школьника, можно отнести чрезмерную нагрузку, отсутствие правильного чередования умственного отдыха и напряжения, прогулки на воздухе, физические упражнения и труд, недостаточный сон, неоправданные перезагрузки развлечениями. Дети быстро раздражаются, становятся капризными, их поведение не всегда адекватное, замыкаются в себе, мало общаются с окружающими, усвоение школьных заданий снижается. Ослабление все организма и возможность развития нервно-психических заболеваний может произойти из-за умственного и физического переутомления ребенка.

Болезни, которые можно отнести к основным у школьников – это нарушение зрения и осанки, гастриты и неврозы, травмы, респираторные и кишечные инфекционные заболевания. Часть учащихся страдают ожирением, а другая - недобором веса. Для того чтобы данные проблемы не возникали необходимо соблюдать режим питания и использовать при этом правила

здорового питания. Семья выступает первоисточником в обучении ребенка этих правил, а школа должна их поддерживать.

Наследственность, а так же большие нагрузки на глаза являются причинами проблем со зрением, в частности близорукости. Соответствующее освещение в рабочей зоне ребенка, а так же количество времени, проводимое им за компьютером, должно обеспечиваться и контролироваться родителями. Зарядку для глаз необходимо выполнять между занятиями для того чтобы глаза отдыхали и не портилось зрение, что во многих школах применяется.

Довольно часто у школьников имеются проблемы с желудком. Для того чтобы обезопасить ребенка от данной проблемы нужно на своем примере приучать ребенка к правильному, здоровому питанию. Родители должны отслеживать соблюдение режима питания и обеспечить ребенка полноценной горячей пищей. Все эти правила должны соблюдаться как в семье так и в школе. Как отмечалось выше, не все образовательные учреждения имеют возможность обеспечить школьников горячими завтраками и обедами, в связи с этим нужно приготовить ребенку правильный перекус, который он может взять с собой.

Нарушение осанки - это еще одна проблема, которая появляется у ребенка в школе. Она возникает из-за неправильной посадки, тяжелых портфелей, ношение сумки на одном плече, неразвитой мышечный корсет. Все эти факторы могут вызвать появление сколиоза, который особо опасен для здоровья младших школьников. Совет педиатров для родителей и учителей заключается в том, что необходимо следить, чтобы спина ребенка всегда была ровной, нужно вовремя поправлять его, если ребенок начинает горбиться. А для того чтобы укрепить мышцы нужно заниматься спортом.

Физкультура также благотворно скажется на иммунитете. Ведь именно школьники чаще всего болеют сезонными ОРВИ. Также помогут в борьбе с болезнями прогулки на свежем воздухе, мультивитамины и прививки. [17]

Анализируя факторы риска в школе можно увидеть, что многие проблемы со здоровьем школьников появляются и решаются в процессе

ежедневной практической работы учителя. В связи с чем учитель должен применять в своей работе такие способы и действия, которые будут направлены на сохранение и укрепление здоровья школьников.

Проблемы с осанкой имеют большое влияние на рост и развитие учеников. Вообще процесс формирования осанки как привычной, непринужденной манеры держать свое тело начинается с самого раннего возраста и происходит на основе физиологических закономерностей высшей нервной деятельности, которые характерны для образования условных двигательных связей и находятся в прямой зависимости от рационального двигательного и гигиенического режима. Пока развивается ребенок происходит приобретение и нарушение осанки. Чаще всего нарушения осанки встречаются у детей астенического телосложения, слабо развитых физически. Нарушение осанки происходит в том числе из-за неправильного положения школьника за партой. В следствии чего происходит патологические искривления позвоночника, слабость мышц, удерживающих позвоночник в правильной форме. К сожалению у школьников очень быстро происходит привыкание к неправильному положению туловища.

Так же одной из проблем, которая появляется в младшем школьном возрасте в начальной школе, это нарушение зрения. Известно, что дефекты зрения формируются под влиянием сложного комплекса многочисленных факторов, в котором переплетаются внешние (экзогенные) и внутренние (эндогенные) влияния. Необходимо знать, что непосредственно внешняя среда служит определяющей при нарушении зрения. Разнообразные факторы внешней среды делают зрение школьников плохим, особенно большая нагрузка на глаза, ее длительность и характер.

В условиях свойственной многим младшим школьникам слабой устойчивости аккомодационного аппарата глаза зрительная нагрузка оказывается чрезмерной. Высокая зрительная нагрузка как правило появляется именно в школе, где дети начинают много писать, читать. Подсчитано, например, что шести - семилетний ребенок за несколько часов,

проведенных над книгами и тетрадями, нагружает мышцы глаза в такой же степени, как он нагрузил бы другие мышцы, занимаясь столько же времени штангой. Из-за такой нагрузки на глаза у части школьников уже к окончанию первого класса проявляется нарушения зрения в виде близорукости. [9]

Для тех школьников, которые предрасположены к перечисленным выше проблемам со здоровьем, необходимо правильно организовать рабочий режим работы. Помимо этого нужно внедрять в учебный процесс специальную коррекционно-оздоровительную игровую деятельность, эффективность которой будет тогда когда будет выработан индивидуально-типологический подход при ее планировании и реализации.

Так же детям, которые имеют недостатки в физическом развитии и здоровье, необходимо оказывать коррекционно-профилактическую поддержку, которая будет включать в себя специальные коррекционно-оздоровительные занятия с однородными группами детей, имеющие похожие недостатки.

Рассмотрим самые простые меры по профилактике здоровья школьников:

- привитие школьникам элементарным приемам здорового образа жизни;
- привитие детям простых навыков личной гигиены;
- включение здоровьесберегающих технологий в учебный процесс;
- проведение различных физкультминуток на уроках и подвижных перемен;
- проведение проветривания и влажной уборки помещений;
- организовать и контролировать двигательную активность ребенка;
- применять лечебной физкультуры, массажа;
- организовывать массовых спортивно-оздоровительных мероприятий;

- вести пропаганду ЗОЖ в семье;
- обучать педагогический коллектив применять на занятиях здоровьесберегающие технологии. [21]

Следить за осанкой должны как родители, так и учителя. Так же необходимо на уроках по физической культуре в начальных классах в понятной форме объяснить какое большое значение для здоровья и работоспособности имеет правильная осанка.

Ребенок должен и сам контролировать свою осанку. Для того чтобы мотивировать самоконтроль своей осанки, необходимо использовать различные приемы: эстетичные - объяснить ребенку, что на стройного, с прямой спиной человека смотреть намного приятнее; человек маленького роста, если он держится прямо, - выглядит выше и т.д. Медицинские – прямая осанка обеспечивает лучшую работу всех органов, весь организм человека. Выбора профессии, достижения жизненной цели - неправильная осанка затрудняет выбор профессии актрисы, офицера, мешает достижениям в некоторых видах спорта. Все эти мотивы легко воспринимаемы в начальной школе.

У ребенка должно быть четкое понимание того что такое правильная осанка и какие действия нужны для ее сохранения. Для того чтобы у ребенка развить самоконтроль своей осанки можно ему предложить следить за собой, глядя в зеркало. Необходимо объяснить ему, что сидя на стуле спина должна касаться его спинки, предплечье до локтевого сустава лежать на столе, а ноги должны стоять на перекладине или подставке, согнутые в коленном суставе под прямым или тупым углом.

Стол удобен для занятий, если он на 2-3 см выше локтя ребенка, стоящего около стола. Правильное расстояние от глаз ребенка до книги (тетради) проверить нетрудно: поставив руку на локоть, ребенок кончиками пальцев должен коснуться виска. Между грудью и столом должна свободно проходить ладонь. Книга при чтении должна быть наклонена под углом 45° и расположена на расстоянии не менее 30 см от ребенка. При правильном

положении глаза ребенка должны быть на уровне большого пальца руки, поставленной на локоть. Настольная лампа должна быть достаточной мощности (4-50 Ватт), но не слишком яркой и находиться слева от ребенка и лишь, в крайнем случае, перед ним. [71]

Обращать внимание нужно не только на проблемы со зрением и осанкой, но и в целом всему состоянию здоровья ребенка. Большое количество детей пропускают занятия из-за простуды. Некоторые дети, имея кашель и насморк, все равно посещают занятия, тем самым заражая и распространяя простудные заболевания. Проведение закаливания организма необходимо для профилактики простудных заболеваний. Как правило закаливаться и быть более устойчивыми к простудам могут все дети. В следствии этого значительно сократятся пропуски занятий, увеличится успеваемость детей.

Закаливание по большей степени носит не только оздоровительную роль, но и воспитательную. Ребенок должен совершать постоянно некоторые усилия, до тех пор, пока закаливания не будут привычными, и он не увидит конкретных результатов. Школьники довольно часто любят самостоятельно отслеживать показания водного термометра. Приучая к закаливанию и достигая поставленные цели появляется возможность стимулирования ребенка для стремления получения результативности в других сферах, таких как учеба, внеклассные мероприятия, спорт и т.д. При помощи этого приводит к сформированности у ребенка чувства уверенности в себя. [26]

В 3 классе на уроке природоведения вполне уместно и полезно обсудить с детьми, как они практически закаливают свой организм и что им это дает. В убеждении детей проводить целенаправленное закаливание могут помочь интересные примеры из жизни выдающихся людей [37].

Абсолютно все школьники должны соблюдать правила личной гигиены: следить за чистотой рук, чистить зубы два раза в день. быть опрятным и аккуратным в одежде и обуви. К сожалению, не все дети младшего школьного возраста умеют правильно чистить зубы и мыть руки.

При выборе обуви и одежды для школьника необходимо учитывать большую подвижность ребенка, а так же погоду и климат в которых находится ребенок. Одежда и обувь должны быть удобными, просторными, не сковывать движения ребенка, хорошо проницаемыми для тепла и кожных испарений. Выбирая портфель для школьника нужно обращать внимание на то чтобы в нем нагрузка была распределена. Каждодневное ношение кипы книг под мышкой или в одной руке может способствовать образованию бокового искривления позвоночника.

Первокласснику нужно заниматься подготовкой к уроку, следующего дня не более 1 ч, во 2-м классе - 1-11/2 ч, в 3—4-м классе - около 2 ч. Но по статистике это время оказывается намного больше. В среднем в школе они проводят три часа десять минут, однако в 18 процентах школ, попавших в поле зрения специалистов, занятия у первоклассников длятся по шесть-семь часов. На домашние задания дополнительно уходит от получаса до двух часов. Лишь десять процентов детей занимаются в спортивных секциях и тратят на чтение и компьютерные игры больше часа.

При выполнении домашних заданий необходимо так же, как и в школе, устраивать перерывы в течении всего времени, проведенного за работой. Оптимальное время для таких перерывов 10 минут. Во время перерыва ребенок должен встать, походить, подтянуться. Так же можно провести дыхательную гимнастику и несколько легких упражнений на руки, ноги и туловище. В противном случае ребенок переутомится, что скажется на его здоровье и успеваемости.

Переутомление можно определить по внешним и внутренним признакам. Плохой аппетит, вялость, сонливость, головная боль, отсутствие интереса к учебе относятся к внешним признакам. Капризность, нервозность - внутренние признаки. Переутомление школьника ведет к перегрузки нервной системы, а это в свою очередь приводит к истощению нервной системы, ухудшение состояния организма ребенка в целом, что может привести к нервным заболеваниям.

Статистика свидетельствует, что сегодня 10-15 % детей имеют нервные расстройства. Именно поэтому очень важно чтобы у ребенка помимо школьных обязанностей в виде уроков и домашних заданий оставалось свободное время, которое можно потратить на отдых или занятие спортом. Контролировать данное распределение времени между школой, домашними заданиями и свободным временем должны не только родители и другие члены семьи, но и сам ребенок. [41]

Если организовать учебный процесс соблюдая все правила для сохранения здоровья школьников, то это будет положительно влиять на их здоровье. Привитие ребенку здорового образа жизни, используя для этого здоровьесберегающие технологии, является одним из главных направлений в организации образовательного процесса и всей деятельности любой школы.

По данным Минздравминпрома и Госкомэпиднадзора России лишь 14% детей практически здоровы, 50% имеют функциональные отклонения, 35–40% имеют хронические заболевания. Количество детей, которые уже в начальных классах оказываются не в состоянии за отведенное время и в необходимом объеме усвоить программу, колеблется от 20% до 30% от общего числа учащихся. [51]

Здоровье ребенка, возможности его социально-психологической адаптации, развитие и нормальный рост в большинстве случаев определяются средой его обитания. Ребенок в возрасте от 6 до 17 лет тесно соприкасается с системой образования, в связи с тем, что более 70% времени своего бодрствования он проводит в образовательных учреждениях. Вместе с тем в этот период происходит самый интенсивный рост и развитие молодого организма, закладываются основы здоровья на всю жизнь, организм ребенка отличается высокой чувствительностью к экзогенным факторам окружающей среды. [3]

Одним из важнейших факторов в развитии здорового образа жизни младших школьников являются сформированные у них представления и

понятия, расширяющие знания детей о человеке, его здоровье, здоровом образе жизни.

1.3. Интерактивные технологии как средство расширения знаний младших школьников об их индивидуальном здоровье

Для того чтобы решить проблему ухудшения здоровья младших школьников необходимо сформировать у них знания об их индивидуальном здоровье. Во время уроков и внеклассной работы происходит формирование знаний об индивидуальном здоровье у младших школьников. Для развития понимания факторов укрепления здоровья лучше применять простые методы и приемы, такие как практические занятия, беседы, рисование, "уроки здоровья", наблюдение за природой, уход за растениями, игры и проектную деятельность детей.

В образовательном процессе существует несколько моделей обучения:

- пассивное обучение, когда ученик является объектом учебного процесса (слушает, смотрит);
- активное обучение, когда ученик является субъектом учебного процесса (выполняет самостоятельную работу, творческое задание);
- интерактивное обучение (от.inter –взаимно, act - действовать), когда процесс обучения осуществляется в условии постоянного активного взаимодействия всех участников педагогического процесса. [69]

Интерактивное обучение — это, прежде всего, диалоговое обучение, в ходе которого осуществляется взаимодействие преподавателя и учащегося, или учащихся между собой. Интерактивность — означает способность взаимодействовать или находится в режиме беседы, диалога с кем-либо (человеком) или чем-либо (например, компьютером) [19].

Смысл интерактивного обучения заключается в том, что образовательный процесс организовывается так, что все учащиеся вовлекаются в процесс познания, понимают и рефлектируют по поводу того,

что они думают и знают. Совместная деятельность учащихся в учебном процессе, освоения учебного материала означает, что каждый из них вносит свой индивидуальный вклад, происходит обмен знаниями и идеями, способами действий. Главное условие для подобной деятельности заключается в том, что школьники должны работать в дружелюбной атмосфере и взаимоподдержки, что в свою очередь позволит развивать самому свою познавательную деятельность. Это обучение в общении. Особенность данной методики состоит в том, что учебный процесс протекает в совместной деятельности школьников и учителя, которые являются равнозначными субъектами обучения.

Цель интерактивного обучения, как специальной формы организации познавательной деятельности, заключается в предоставлении комфортных условий для обучения, где каждый учащийся понимает свою успешность и интеллектуальную способность. Сущность интерактивного обучения состоит в осуществлении учебного процесса при непрерывном, активном взаимодействии учителя и учащихся. При использовании интерактивного обучения исключает доминирование одного участника учебного процесса над другими, а так же одной мысли над другими. При организации интерактивного обучения необходимо использовать моделирование жизненных ситуаций, ролевые игры, совместное решение различных проблем, анализируя обстоятельства и ситуации.

Главная цель интерактивного урока - это умение решить проблему, а не поиск единственного правильного ответа. На таком занятии учащиеся учатся демократичности, коммуникабельности, критичности мышления, принятию обдуманных решений. При использовании интерактивной модели обучения образовательные возможности учащихся проявляются при помощи включения их в диалог, предполагающего высказывать и обосновывать собственные мысли, а не пересказывать готовую информацию. Интерактивные формы помогают развить инициативность, независимость, самодисциплину и сотрудничество. Они стимулируют развитие когнитивных

процессов, привлекают к активному участию в процессе обучения, заинтересовывают в совместной деятельности. Школьники приобретают навыки совместной работы, ответственности за обучение, учатся высказывать свое мнение, делятся своим опытом. А так же не мало важно они учатся учиться.

Интерактивные технологии обучения - это такая организация процесса обучения, в котором невозможно неучастие ученика в коллективном, взаимодополняющим, основанным на взаимодействии всех его участников процесса обучающего познания.

Существует множество технологий интерактивного обучения. Рассмотрим самые распространенные из них:

- 1) Работа в парах.
- 2) Ротационные (сменные) тройки.
- 3) Карусель.
- 4) Работа в малых группах.
- 5) Аквариум.
- 6) Незаконченное предложение.
- 7) Мозговой штурм.
- 8) Броуновское движение.
- 9) Дерево решений.
- 10) Ажурная пилка.
- 11) Гражданские слушания.
- 12) Ролевая (деловая) игра.
- 13) Метод пресс.
- 14) Займи позицию.
- 15) Дискуссия.
- 16) Дебаты.
- 17) Моделирование жизненных ситуаций.
- 18) Интерактивная беседа.
- 19) Диалог.

Кратко рассмотрим каждую.

Работа в парах. Данный вид работы способствует регулярному общению школьников со сверстниками, предполагает совершенствование способности договариваться, грамотно распределять обязанности между ребятами, выслушивать точку зрения своего товарища, отстаивать свое мнение. Частично парную работу необходимо внедрять уже с первого класса, так как первоклассникам интереснее работать в парах. Так же парная работа удобна тем, что не для ее организации не нужно менять расположение рабочих мест в классе. От учителя требуется внимательный подход к подбору пар, ориентируясь при этом на личные склонности детей. Работа сильного и слабого ученика в паре будет успешна тогда, когда между ними будет взаиморасположение друг к другу. Работа в парах учит школьников внимательно слушать ответ одноклассников. Необходимо отметить, что слабому ученику больше нужен терпеливый и дружелюбный партнер нежели сильный. Необходимо помнить, что если объединить в пару двух озорников или лучших подружек, то работа будет не продуктивной. Если будет ситуация, при которой кому то не достанется пары, то он становится третьим участником в какой либо паре. Рекомендуется подобные ситуации предусмотреть до начала урока.

Применяя работу в парах на уроках, учитель должен разработать правила работы и ознакомить с ними детей. Данные правила должны быть направлены на поддержание дисциплины, взаимоуважении друг друга. В самом начале такой работы можно заметить, что многие ребята не умеют «думать в две головы», т.е. общаются попусту, бесцельно. Поэтому учитель должен тактично наводить учащихся на правильный путь, помогать развернуть разговор в нужное русло.

Ротационные (сменные) тройки. Данный вид интерактивных технологий способствует активному, глубокому анализу и обсуждению новой информации для ее понимания, усвоения и запоминания. Работа должна быть организована следующим способом:

1. Необходимо разработать вопросы для обсуждения нового материала. При этом они должны предусматривать неоднозначный ответ.

2. Объединить учеников в тройки, рассадив их таким образом, чтобы каждая из них видела тройку по обе стороны. Вместе все тройки должны образовать круг.

3. Предложить каждой тройке ответить на открытый вопрос (одинаковый для всех членов тройки). Каждый по порядку должен на него ответить.

4. Дать время на небольшое обсуждение, после которого предложить участникам рассчитаться на «первый, второй, третий». Ученики с номером «один» переходят к следующей тройке по часовой стрелке, а ученики с номером «два» переходят через две тройки против часовой стрелки. Ученики с номером «три» остаются на месте и являются постоянными членами своей тройки. В результате чего образуется новая тройка.

5. Менять тройки по количеству имеющихся вопросов.

Карусель. Данная технология имеет наибольший эффект если одновременно будут привлечены все учащиеся к активной работе с разными партнерами. Она применяется для обсуждения различных проблем путем собирания информации по заданной теме, с целью проверить глубину и объем имеющихся знаний, для того чтобы научиться аргументировать свою позицию.

Чтобы организовать данную работу необходимо расставить стулья определенным способом, в два круга. При этом ученики, сидящие во внутреннем круге располагаются спиной к центру, а учащиеся, сидящие во внешнем - лицом к центру, и ученики обоих кругов сидят один напротив другого. Сидящие во внутреннем круге не двигаются, а во внешнем по сигналу учителя передвигаются на один стул в правую сторону, оказываясь перед новым партнером. Цель технологии заключается в том, что необходимо пройти весь круг, выполнив при этом поставленные задачи.

Работа в малых группах является одной из более распространенной технологией, потому что она позволяет участвовать в работе всем учащимся с различными характерами, практиковать навыки сотрудничества, коммуникабельности, уважении друг друга, что не всегда выполнимо в большом коллективе. Данную технологию применяют во многих методах, например, мозаика, дебаты, общественные слушания почти все виды имитаций, судебный процесс и др.

В то же время работа в малых группах требует много времени, этой стратегией нельзя злоупотреблять. Групповую работу следует использовать, когда нужно решить проблему которую учащиеся не могут решить самостоятельно. Если потраченные усилия и время не гарантируют желаемого результата, лучше выбрать метод «один—вдвоем—все вместе» для быстрого взаимодействия.

Существуют рекомендации для организации работы с малыми группами:

1. Групповую работу лучше начинать без спешки.
2. Если отсутствует опыт работы в малых группах, то лучше организовать сначала пары.
3. Уделить особое внимание учащимся, которые с трудом приспосабливаются к работе в небольшой группе.
4. После того как учащиеся научатся работать в парах можно начать работу в тройках.
5. Когда данная группа будет способна функционировать самостоятельно без посторонней помощи, постепенно добавляйте новых учащихся.
6. Желательно ограничиться пятью членами в малой группе.

Аквариум. Данная технология применяется в том случае, когда учащиеся уже имеют навыки работы в группе. Применяется она для того чтобы развить общение и совершенствовать умение дискутировать.

Организуется работа следующим образом:

1. Объединяются ученики в 2-4 группы и знакомятся с поставленной задачей.

2. Предлагается одной из групп сесть в центр таким образом, чтобы получился круг.

3. Начать обсуждать проблему, используя алгоритм:

- осмыслить вслух ситуацию;
- обсудить ее в группе, применить метод дискуссии;
- прийти до общего решения за 3-5 мин.

4. Оставшиеся учащиеся внимательно слушают без вмешательств в обсуждение, отслеживают соблюдение участниками дискуссии правил ее проведения. После завершения дискуссии, в отведенное на нее время, группа возвращается на свои места и учитель задает вопросы всем учащимся:

- Соглашаетесь ли вы с мыслью группы?
- Была ли эта мысль достаточно доказанной?
- Который из аргументов вы считаете наиболее убедительным?

Продолжительность такой беседы - 2-3 мин. Потом место в «аквариуме» занимает другая группа, которая обсуждает следующую ситуацию.

Незаконченное предложение. Данную технологию довольно часто объединяют «микрофоном», так как она способствует развитию у учащихся связанной речи, высказываний, умению сравнивать их с другими, а так же говорить коротко и убедительно, изложив при этом всю суть. От учителя требуется четко назвать тему для высказываний, сформулировать незаконченное предложение и предложить учащимся его закончить. Например: «На сегодняшнем уроке я усовершенствовал свои умения...», «На сегодняшнем уроке самым важным открытием было...», «Этот рассказ научил меня ...» и т.п.

Мозговой штурм - это такой метод решения проблемы, когда все участники размышляют над одной и той же проблемой и «идут на нее в атаку». Данная технология применяется если есть необходимость в

различных вариантах решения проблемы. Для того чтобы организовать работу необходимо:

1. Определить проблему, которая требует решения.
 2. Подготовить бумагу для фиксации идей, записать проблему в виде вопроса.
 3. Выбрать ведущего и секретаря, который будет записывать все идеи.
 4. Ознакомить учащихся с правилами первого этапа.
 5. Высказать свои идеи.
1. Записать их в порядке поступления. Не вносить в идею никаких исправлений.
 2. Продолжать, пока будут возникать новые идеи (но не больше 10-15 мин).
 3. В конце обсудить и оценить предложенные идеи.

Смысл технологии «Броуновское движение» заключается в движении учеников по классу для сбора информации по предложенной теме, параллельно отрабатывая изученные ранее темы.

Дерево решений. Эта технология является вариантом решения конкретной проблемы. «Дерево решений» способствует возможности анализа и понимания механизма принятия сложных решений.

Организация работы

1. Необходимо выбрать проблему, не имеющую однозначного решения. Представить ее можно в виде интересной истории, ситуации из жизни, эпизода из литературного произведения.
2. Предоставить учащимся необходимую информацию для решения проблемы, которая возникла во время домашнего чтения.
3. Подготовить и раздать каждому учащемуся образец «дерева решений».
4. Четко сформулировать проблему, ее суть, записать на доске, заполняя схему.

5. При необходимости предложить дополнительную информацию относительно проблемы.

6. Пути и варианты решения проблемы можно определить проведением «мозгового штурма». На этом этапе ни один из вариантов не может быть неправильным. Важно набрать как можно больше идей.

7. Обсудить каждый из предложенных вариантов решения, при этом выяснить положительные и отрицательные стороны. Это поможет некоторые идеи отклонить и оставить самые объективные.

8. Объединить учеников в малые группы и предложите заполнить схему. Группа путем обсуждения должна прийти к одному варианту решения. Если единства нет, можно применить голосование.

Ажурная пилка способствует совместной работе, изучению большего количества материала за короткое время.

Организация работы.

1. Подобрать индивидуальный информационный материал для каждого ученика.

2. Объединить учащихся в группы и предоставить им материалы с задачей.

3. В группе учащиеся проводят обсуждение предложенного материала, изучая его. Необходимо определить в группе двух учеников, один будет следить за временем, другой будет задавать вопросы, для убеждения в том, что все участники понимают содержание материала.

4. Когда домашние группы закончат работу над задачей можно предложить ученикам присоединиться к другим группам, в качестве экспертов по определенным вопросам. В каждой новообразовавшейся группе должен быть представитель из каждой домашней группы.

5. Каждая экспертная группа должна выслушать всех представителей домашних групп и проанализировать материал в общем, осуществив его экспертную оценку за определенное время (урок).

6. Когда все группы закончат работу, учащиеся возвращаются в свои группы и каждый член группы делится информацией, полученной в экспертной группе. Информация должна быть донесена до членов группы качественно, понятно и в полном объеме за отведенное время.

Дебаты являются одним из сложных способов обсуждения дискуссионных вопросов. Он используется только в том случае, когда все учащиеся умеют работать в группе и имеют представление о технологии решения проблем. В дебатах реакция на чужую точку зрения, отличающуюся от собственной, становится более острой, поэтому учащимся необходимо долгая подготовка к публичному выступлению. Все группы должны правильно обосновать свою позицию, убедить оппонентов в своей правоте. Важно чтобы участники дебатов общались спокойно, не повышая голос и не оскорбляя друг друга.

Организация работы состоит из следующих этапов:

- I. Подготовка.
 1. Ознакомление учеников с темой дебатов.
 2. Объединение учащихся в группы (две-три). Можно придумать роли для групп.
 3. Дать информацию по теме дебатов. Учащиеся должны подготовиться к дебатам заранее.
 4. Подготовить аудиторию.
- II. Ход дебатов.
 1. Объявить тему дебатов и представьте группы.
 2. Напомнить правила ведения дискуссии.
 3. Определить время и порядок проведения дебатов: подготовка в группах -15 мин; выступление каждой группы - 10 мин; общая дискуссия - 15 мин.
 4. Во время подготовки группа должна распределить роли, продумать эффективность использования времени, подготовить вопрос для других групп.

5. Чтобы оценить выступления участников дебатов, можно пригласить судей.

6. Учитель должен тщательно следить за временем.

7. Если была задача найти общее решение, то после дискуссии можно провести голосование.

Подбейте итоги, а если были судьи - предоставьте слово им.

Деловая игра подразумевает практическую работу моделирования разных предложенных ситуаций, используя игротехнические средства. Под моделированием подразумевается замена реального объекта его моделью. Модель осуществляется путем использования правил. Это положения, отражающие сущность игры, при соотношении всех компонентов. Правила могут быть придуманы или взяты готовые. В зависимости от сферы, которая подвергается игровому моделированию, деловые игры делятся на социально-экономические, производственные, социально-культурные, управленческие, экономические, политические и др.

Подготовка проведения деловой игры проходит в два этапа: выбирается тема и диагностика начальной ситуации; разрабатывается сценарий, который является специфическим и неотъемлемым компонентом в деловой игре. Сценарий включает в себя цели и задачи, прогнозирование результатов, описание изучаемой проблемы, обоснование задачи, план игры, описание хода игры, действующие лица и содержание ситуаций.

Организация работы:

1. Необходимо ознакомить учащихся и экспертов с начальной информацией.

2. Сформировать мини-групп (по 4—5 человек), создать арбитраж (экспертов, 4—5 человек), информировать участников об условиях игры, ввести и ознакомить с игровыми правилами, вручить игровые документы.

3. Обсудить режим и условия работы. Предоставить дополнительную литературу.

4. Распределить роли. Запрещено отказываться от полученной роли, выходить из игры, пассивно относиться к игре, подавлять активность участников, нарушать регламент и этику поведения.

Моделирование жизненных ситуаций состоит из: изучения сути ситуации, определения целей действий; поиска аналогичных ситуаций, помогающие выбрать способ решения; определить тактику своих действий; провести мысленный анализ возможных результатов; перейти от теоретической модели к практическим действиям, проводя их коррекцию; проанализировать результаты и сделать выводы.

Отличительными признаками интерактивной беседы являются активность, инициатива, обратная связь, решение проблем, приобретение навыков коммуникации.

Интерактивная беседа требует большую активность учащегося, его творческий взгляд на имеющиеся сведения, возможность неформальной выразить свои мысли, свободного их излагать, сокращение числа лекций, но увеличение семинаров, проявление инициативы школьников, присутствие групповых заданий, требующие коллективные усилия, постоянный контроль во время учебы, выполнение письменных работ. От того насколько каждый из учащихся будет участвовать в процессе обучения зависит конечный результат и уровень его образованности и интеллигентности.

Эффективность метода заключается в том, что некоторые вопросы затрагиваются самими школьниками, этим учитель получает от учащихся самостоятельных решений поставленной проблемы. Современные ИКТ технологии способствуют применению интерактивных методов для мотивации школьников и увеличения их интереса к образовательному процессу. Тем самым происходит взаимообмен опыта учащихся.

Это говорит о том, что средства ИКТ помогают повысить познавательный процесс интереса школьников, развивают индивидуальные особенности ребенка, самообразование, критическое мышление.

Технология «Займи позицию». Данный метод актуален на начальном этапе работы с дискуссионными вопросами. Он может быть использован в начале урока в виде показа различных взглядов на проблему, изучаемой на уроке. Желательно применять разные взгляды, не имеющие общего ответа.

Организация работы. Необходимо предложить учащимся дискуссионный вопрос и дать им выразить позицию по решению данного вопроса. Разместить в противоположных углах класса плакаты, на которых написать согласен и не согласен. Так же на них можно изложить различные позиции относительно проблемы. Ознакомить участников с правилами проведения упражнений. При выборе участниками определенной позиции попросить их объяснить свою позицию.

Дискуссия в стиле телевизионного ток-шоу. Данная технология имеет вид структурированной дискуссии, где все ученики принимают участие. При этом появляется возможность контроля хода дискуссии, оценить участие каждого учащегося. С помощью этой методики учащиеся получают навыки публичного выступления, защиты своей позиции, а так же формирование гражданской активности. Учитель выступает в роли ведущего. В его обязанности входит ознакомление с правилами, объявление темы, предложение исследуемой проблемы. Далее происходит обсуждение темы.

На сегодняшний день существует множество интерактивных подходов, рассмотрим самые распространенные: творческие задания, работа в парах, группах, ролевые и образовательные игры, использование экскурсий, приглашенных специалистов, внеклассные методы обучения, интерактивные уроки, обсуждение проблем.

Через ролевые игры, например, можно объяснить школьникам что для укрепления их здоровья нужно правильно питаться, соблюдать правила личной гигиены и т.д. Основой интерактивного метода служит творческое задание, придающее смысл обучения. Создание фундамента для сотрудничества, общения всех учащихся учебного процесса основано на неизвестности ответа и возможности поиска своего решения, которое

основано на своем опыте. При выборе творческого задания необходимо учитывать определенные критерии. Оно не должно иметь однозначных ответов, было полезно для учащихся, иметь связь с жизнью, вызывать интерес у них.

Учебный процесс может быть построен таким образом если все участники будут взаимодействовать друг с другом, что способствует формированию коллективизма у них, развивает способность поддержки и заботы, стабилизирует психологическое состояние, а так же служит для повышения самооценки. При этом происходит процесс передачи своих знаний другому учащемуся и нахождение решения проблемами общими силами. Так же у школьников формируется ответственность за принятое решение.

Интерактивное обучение является одним из лучших способов выполнения миссии учителя. В этом случае «ученик становится творцом урока, а учитель «режиссером-постановщиком, мудрым советчиком и организатором. Интерес учителя заключается в том, что учащиеся должны научиться понимать и адекватно оценивать происходящее, для этого он должен принимать различные точки зрения учащихся. Когда учащиеся работают в группе могут возникать некоторые проблемы, распространенная из них когда работает несколько учеников, а оценки получают все. Поэтому учитель должен позаботиться о распределении ролей среди учащихся, привлекать их к работе. При оценивании работы всей группы необходимо ставить одинаковые оценки всем участникам одной группы. При подготовке к занятию с использованием интерактивных технологий необходимо использовать определенные критерии.

Важно отметить, что умело организованный учителем интерактивный диалог между учащимися способствует творческому самовыражению читателя, его самоутверждению как Я-личности, способной получить эстетическое удовольствие от прочитанного. Интерактивное (диалоговое) обучение может успешно применяться в нестандартных формах урока. [54]

Понятие "интерактивные технологии в школе" на сегодняшний день меняет свой смысл, в нем появляется ступень организации образовательного процесса, при которой интерактивные доски, проекторы, приставки и т.д. являются обязательным условием.

Интерактивные технологии максимально заполнили жизнь современного человека. При помощи них можно развить свои творческие потребности, стать успешным в учебе и работе. Использование интерактивной доски дает возможность учителю эффективнее использовать демонстрационный материал, организовывать работу в группах, создавать свои разработки.

Требования предъявляемые к школьникам заключаются не только в том чтобы они получали знания, но и в способности применения полученных знаний на практике, а так же в создании нового, используя полученные данные. Для того чтобы достичь данные цели использование пассивных методов обучения будет не эффективно, необходимо применение активных, где учащиеся будут не просто слушать новый материал, а активно участвовать в образовательном процессе.

Для эффективности обучения необходимо не просто излагать готовый материал, а создавать ситуацию, при которой учащиеся будут находить самостоятельно информацию, путем использования литературных источников, интернет ресурсов. Помимо этого, при использовании интерактивных технологий можно организовать взаимодействие учеников и учащихся друг с другом. При этом учитель является не просто источником информации, а координатором познавательных способностей в необходимом русле. Интерактивные технологии в обучении применяются неограниченно. Особенно эффективно применять их в начальной школе.

При использовании интерактивных технологий в обучении младших школьников происходит:

- развитие внимания у них;
- развитие памяти и восприятия, наблюдательности;

- развитие сообразительности, самодисциплины и самоорганизации;
- развитие мышления и речи. [61]

Тем самым происходит укрепление здоровья младших школьников и их знания о нем.

Использование ИКТ технологий в образовательном процессе пробуждает интерес и увеличивает мотивацию обучения у школьников. Их применение дает возможность использовать новую информацию, вести "диалог" с источником информации и экономить время, представлять учебную информацию в различных видах, используя цветовые эффекты, анимации и т.д. Применение интерактивного аппаратно-программного комплекса в обучении позволяет управлять познавательной и творческой деятельностью школьников, в этом случае обучение строится в рамках личностно-ориентированной модели, учитывающей индивидуальные темпы усвоения знаний, умений и навыков, уровень сложностей, интересы, а также даёт возможность многосторонней и комплексной проверки знаний учащихся. [68]

Применение интерактивной доски на занятиях хорошо влияет на познавательную активность и творческую деятельность школьников, повышает мотивацию к изучению предмета, способствует концентрации внимания.

Использование интерактивной доски имеют преимущества как для учителя, так и для учащихся. Для учителя это возможность работы с большой аудиторией, делать уроки более яркими, возвращаться к пройденному материалу в любой последовательности и т.д. Для учащихся - возможность коллективной работы, развитие коммуникативных навыков, развивает мотивацию к обучению, уверенность в себе, сложный материал дается более легче, возможность использовать различные источники информации, готовиться к урокам заранее.

Выводы по первой главе.

Анализируя различные подходы по вопросу укрепления индивидуального здоровья младших школьников было выявлено следующее. Здоровье человека является важной составляющей жизни человека, и тесно связано с физическим, духовным, социальным благополучием при максимальной продолжительностью его активной жизни. Индивидуальное здоровье - это состояние, которое является целостным, меняющимся, которое развивается в процессе реализации генетического потенциала экономической и социальной среды.

Проблема укрепления индивидуального здоровья является приоритетной, поэтому важно теоретически и практически находить решения данной проблемы, необходимо проводить исследования и разрабатывать методические и организационные подходы по сохранению индивидуального здоровья, его развитию и формированию. Поэтому появляется необходимость привитие культуры здоровья и формирование здорового образа жизни.

Существует несколько направлений формирования здоровья: физкультурно-оздоровительное, реабилитационно-профилактическое, общегигиеническое, культурно-просветительное.

Так же нами было выявлено, что определение здоровья объемно и многогранно, поэтому выделим некоторые из них: 1) сформированность представлений о здоровье и здоровом образе жизни; 2) наличие знаний о способах укрепления и сохранения здоровья; 3) осознание базовых ресурсов своего организма; 4) понятие всей полноты ответственности за состояние своего здоровья; 5) развитие навыков психофизической саморегуляции и самоконтроля; 6) отсутствие вредных привычек.

Культура здоровья включает в себя: культуру образа жизни, культуру питания, физическую культуру и экологию. Данные компоненты необходимы, но их недостаточно для того чтобы сохранить и укрепить индивидуальное здоровье. Укрепление здоровья младших школьников

является важной проблемой, потому что ребенок наиболее подвержен болезням, у него растущий и развивающийся организм, обретает опыт и появляются все качества, которые присущие человеку. Главное условие для полноценного развития ребенка является здоровье.

Здоровье младших школьников очень хрупкое, но легко поддается усовершенствованию и восстановлению. Для этого необходимо грамотно организовывать досуг ребенка, а так же создавать условия в образовательных организациях, которые будут положительно влиять на здоровье ребенка. Использование здоровьесберегающих технологий подготовит ребенка к здоровому образу жизни, что в свою очередь должно стать приоритетным направлением при организации деятельности любого образовательного учреждения.

Педагогу важно знать и уметь так построить процесс укрепления здоровья, чтобы он включал в себя:

- Во-первых, актуализацию всех источников нравственно-интеллектуального опыта школьников. Такими источниками являются: деятельность (учебная, общественно полезная), отношения между детьми в коллективе, отношения школьников с обучающими их педагогами и родителями,

- Во-вторых, правильное соотношение форм деятельности и просвещения на данном возрастном этапе.

- В-третьих, включение критериев сформированности здоровья в оценку всех без исключения видов деятельности и проявлений личности воспитанников.

Глава 2. Организация опытно - экспериментальной работы по расширению знаний младших школьников об их индивидуальном здоровье

2.1 Уровень сформированности знаний младших школьников об индивидуальном здоровье

Экспериментальная работа по проблеме исследования проводилась в 4 «А» и 4«В» классах, в условиях естественного педагогического процесса на базе МКОУ СОШ №5 г. Тайшет. В исследовании принимали участие 48 учащихся. Где 4«А» контрольный класс, а 4 «В» - экспериментальный.

При изучении теоретических и практических данных по исследуемой проблеме, нами получен положительный опыт по организации воспитательного процесса с ответственным отношением к своему здоровью. Соотношение материалов теоретического анализа и выводов, явилось отправным моментом разработки программы опытно-экспериментальной работы.

Опытно-экспериментальная работа проводилась в следующей последовательности. На первом этапе опытно-экспериментальной работы проводилось ознакомление с объектом исследования, изучались взгляды и подходы к проблеме формирования знаний об индивидуальном здоровье младших школьников, имеющихся в психолого-педагогической литературе, выявлялась сущность подхода к организации процесса формирования здорового образа жизни, уточнялись педагогические условия, обеспечивающие эффективность данного процесса. На этом этапе обдумывался план опытно-экспериментальной работы и проводилась подборка методик оценки уровней сформированности представлений о здоровом образе жизни и индивидуальном здоровье у младших школьников.

На втором этапе опытно-экспериментальной работой были охвачены учащиеся двух классов. Были выявлены взаимодействие и взаимовлияние педагогических условий, обеспечивающих эффективность формирования

знаний и навыков здорового образа жизни, как необходимых качеств личности младшего школьника в учебной деятельности. Всего к участию в эксперименте было привлечено 48 ученика.

На третьем этапе осуществлялся анализ и обработка полученных данных, формулировались выводы и практические рекомендации.

В ходе экспериментальной работы были проведены констатирующий и формирующий эксперименты.

Индивидуальное здоровье включает в себя физическое, духовное и социальное здоровье, поэтому экспериментальная работа была направлена на выявление уровня знаний о данных составляющих здоровья и для этого была разработана программа эксперимента.

Программа формирующего эксперимента

Результаты констатирующего эксперимента показали, что знания школьников об их индивидуальном здоровье находятся на низком уровне. Мало школьников знают что здоровье состоит из трех составляющих.

Эксперимент проводился в течении 1 четверти. Всего было проведено одиннадцать занятий, из них девять занятий были проведены на уроках по окружающему миру и 2 урока классного часа.

В своей работе учитель может использовать различные виды учебных заданий. Нами была разработана система учебных заданий по предмету «Окружающий мир», которые способствуют расширению знаний об индивидуальном здоровье младших школьников. Предложенные задания можно включать в содержание урока на разных его этапах: в начале урока, чтобы заинтересовать учащихся предстоящим материалом, в середине урока для активизации учебной деятельности, в конце урока на этапе закрепления нового материала.

Предмет «Окружающий мир» непосредственно имеет отношение к теме здоровья. Программа предмета «Окружающий мир» предусматривает изучение всех составляющих здоровья. На занятиях по окружающему миру можно использовать различные приемы, методы и технологии. Задания,

разработанные нами включают в себя и групповые, и парные и индивидуальные задания. Использование интерактивных технологий на занятиях способствует улучшению восприятия информации школьниками.

Цель программы: проанализировать уровень знаний младших школьников об их индивидуальном здоровье и условиях его укрепления с применением интерактивных технологий.

Задачи программы:

- выявить начальный уровень знаний школьников об их индивидуальном здоровье и условиях его укрепления;
- провести занятия с применением интерактивных технологий с целью повышения уровня знаний младших школьников об их индивидуальном здоровье и условиях его укрепления;
- проанализировать уровень знаний после проведенных занятий.

Принципы реализации программы:

- вариативность, гибкость, мобильность;
- модульность содержания программы;
- ориентация на личностные результаты;
- продуктивный характер программы;
- открытый характер реализации.

Индивидуальное здоровье включает в себя физическое, духовное и социальное здоровье, поэтому экспериментальная работа была направлена на выявление уровня знаний о данных составляющих здоровья и для этого использованы следующие методики:

- Методика № 1 "Мое здоровье" Н.К. Смирнов;
- Методика № 2 Диагностика нравственной воспитанности. М.И.

Шилова;

- Методика № 3 "Уметь отказаться" Н.А.Гусева. (Приложение)

Во время эксперимента были поставлены следующие задачи:

- создание, поддержание и упрочнение у детей мотивации здорового образа жизни;

- включение в содержание образования информации о факторах риска и факторах устойчивости в формировании здоровья человека;
- формирование умений и навыков здоровьесберегающей деятельности учащихся;
- создание благоприятной социо-культурной и образовательной среды, способствующей разностороннему развитию личности, формированию здоровья, предупреждению дистресса и хронического утомления;
- привитие навыков гигиены в школе и дома;
- проведение бесед лечебно-профилактического значения для младших школьников.

На констатирующем этапе исследования было необходимо:

- выявить начальный уровень представлений и понятий младших школьников об организме человека и о здоровьесберегающих факторах;
- установить степень интереса детей к строению своего организма, желания сблечь его здоровым;
- выявить умение детей выполнять санитарно-гигиенические требования на практике;
- выявить уровень знаний нравственных норм по теме исследования.

Для повышения уровня знаний младших школьников об их индивидуальном здоровье и его укрепления проводились занятия с применением интерактивных технологий по темам: глаза, уши, язык, нос - наши умные помощники. (обобщающий урок здоровья по теме «Органы чувств»); горизонты доброты; как устроен организм человека; кожа – «пограничник» организма, заболевания кожи; путешествие бутерброда; как удаляются ненужные вещества; для чего и как мы дышим; почему наш организм работает слажено; окна в окружающий мир; отчего мы иногда блеем; мое общество.

Обучение являясь ведущей деятельностью как правило навязывается учащимся. На основе этого мы получаем изменения нравственных качеств

школьников, приводящее к снижению их общественной активности, замедлению развития и ухудшению здоровья. Большинство школьных предметов из-за формы их проведения, загруженности учебной программы, несоответствие материальной базы, оказывают пагубное влияние на большинство составляющих индивидуального здоровья школьников. А именно, тормозят его развитие, как психическое, так и физиологическое, являются причиной переутомления и психических расстройств, изменяют мотивационную сферу, провоцируют хронические заболевания.

Из всего вышесказанного было выявлено, что полученная информация показывает необходимость воспитания у школьников правильного отношения к здоровью, сформированности у них научных понятий о смысле ЗОЖ и формирования индивидуального здорового поведения.

Вывод: Для того чтобы решить проблему по сохранению и укреплению индивидуального здоровья младших школьников необходимо: во-первых, учащиеся должны провести самоанализ своих знаний о здоровье, возможности влияния на свое здоровье; во-вторых, проведение общего исследования и анализа образовательного процесса и определение его влияния на здоровье школьников.

Проанализировав полученные результаты при исследовании данной проблемы, можно утверждать, что главной причиной увеличения патологической измененности школьников является их необъективная оценка индивидуального здоровья и, следовательно, неправильное отношение к своему организму. Данное утверждение в очередной раз указывает на актуальность внедрения здоровьесберегающего процесса в школьное образование, в котором главное место будет отдано обучению методам сохранения здоровья и изменения своего образа жизни.

2.2. Методические основы использования интерактивных технологий для младших школьников по расширению знаний об индивидуальном здоровье

Игры развивают внимание, наблюдательность, воображение, сообразительность, активизируя познавательную деятельность. Так как игры это коллективное мероприятие они помогают научиться взаимодействию, строящееся на чувстве товарищества, солидарности и ответственности, имея социальное значение. Для положительного влияния игры на сердечно-сосудистую, опорно-двигательную, дыхательную системы необходимо правильно ее построить с точки зрения методики. Играя, ребенок увеличивает свою функциональную деятельность, задействуя крупные и мелкие мышцы, при этом происходит увеличение подвижности в суставах, улучшается двигательный и зрительный анализаторы.

В нынешнее время здоровье детей является одной из проблем всего государства. Для того чтобы решить ее огромное значение необходимо уделить формированию физической культуры учащихся, в развитии которой огромное влияние имеют подвижные игры, которые могут привить постоянный интерес и сформировать ценностные ориентации детей при поддержании здорового образа жизни.

На сколько будет эффективно физическое воспитание непосредственно зависит от увеличения творческой инициативы, самостоятельности, увеличении средств воспитания и обеспечение потребностей учащихся в процессе физкультурно-спортивной деятельности. Все это можно решить путем применения подвижных игр.

Н. К. Крупская называла игру «естественной потребностью растущего детского организма». Подвижная игра удовлетворяет большинство потребностей одновременно, так как имеет неограниченные возможности. К этим потребностям относятся: движение, новые впечатления, самоутверждение, положительные эмоции, разрядка и т.д.

Большинство подвижных игр имеют схожие элементы, но в тоже время у них есть и различия. Как правило содержание игр одинаковое, а правила различаются.

В ходе эксперимента были применены интерактивные технологии, а именно ролевые игры, работа в парах, моделирование жизненных ситуаций, беседы. Приведенные методики проводились на классных часах, посвященных теме здоровье. Разработана программа эксперимента.

2.3 Выявление эффективности интерактивных технологий как средства расширения знаний младших школьников об индивидуальном здоровье

По окончании формирующего эксперимента был проведен второй контрольный срез по методикам, аналогичным констатирующему этапу исследования.

Целью данного среза было выявление эффективности применения интерактивных технологий как средства расширения знаний младших школьников об их индивидуальном здоровье.

Диагностическое исследование в рамках формирующего эксперимента было направленно на развитие у учащихся таких знаний, как здоровый образ жизни, индивидуальное здоровье, составляющие здоровья.

В 4 "А" классе результаты срезов не изменились. Уровень знаний об индивидуальном здоровье человека у учащихся контрольного класса практически не изменились, с ними не проводилась работа по расширению знаний об индивидуальном здоровье.



Рисунок 1 – Диаграмма уровней физического здоровья по методике "Мое здоровье" 4 "А" и 4 "В" классов до эксперимента

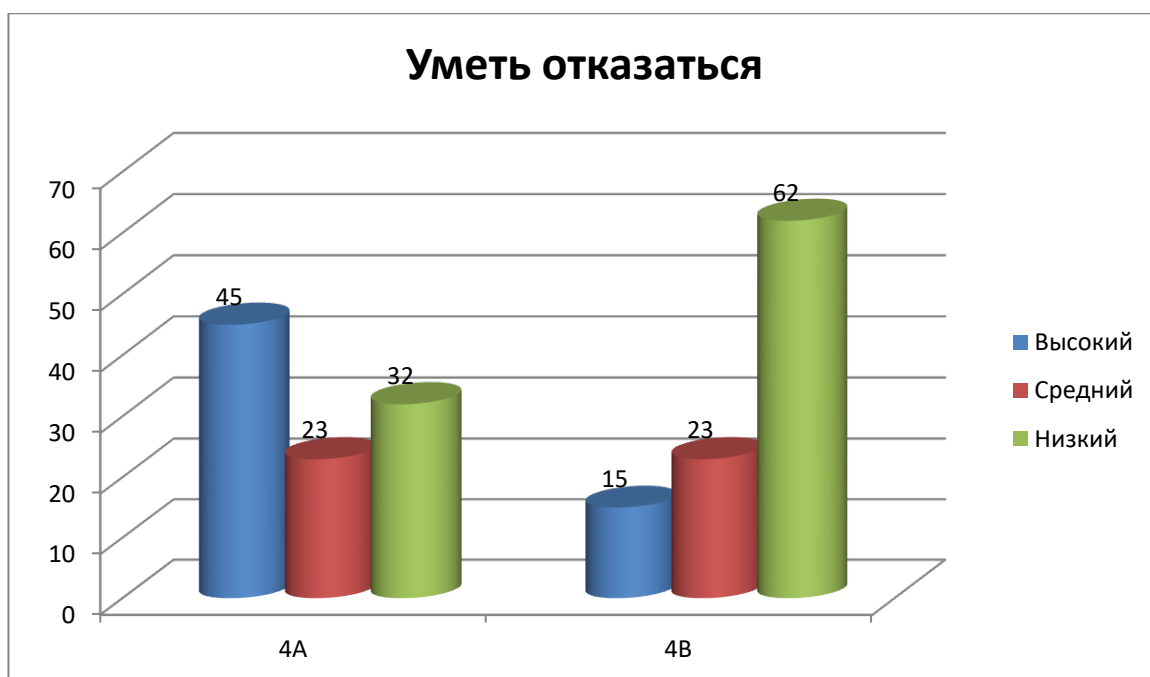


Рисунок 2 – Диаграмма уровня здоровья по диагностике "Уметь отказаться" 4 "А" и 4 "В" классов до эксперимента

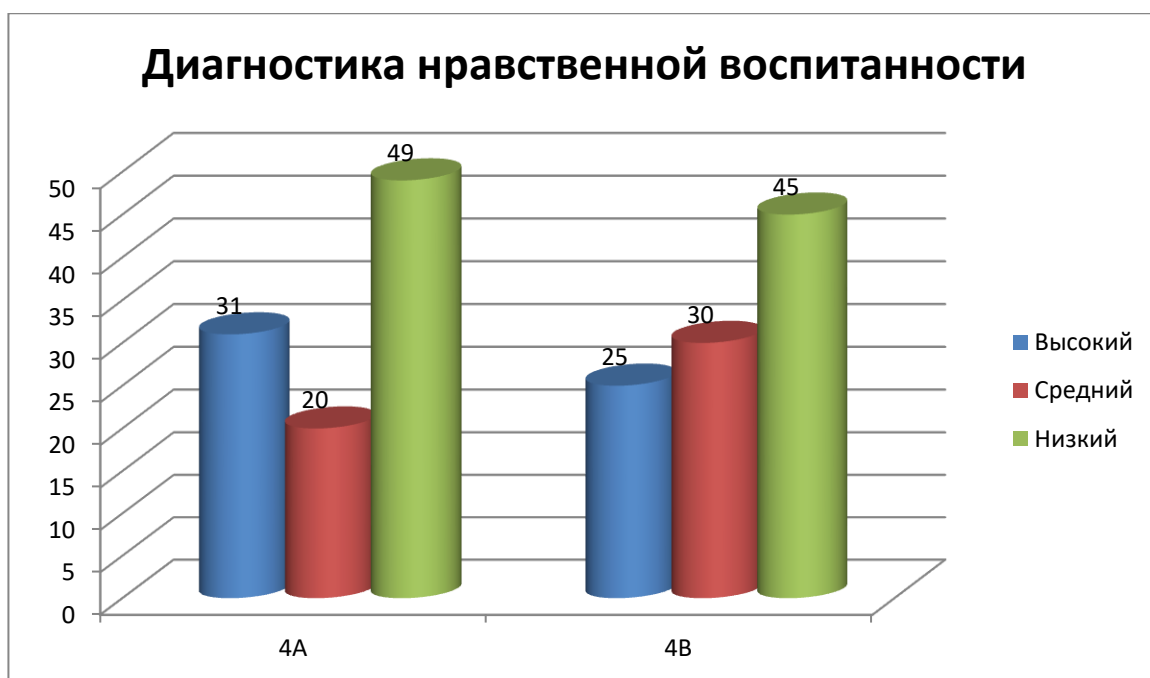


Рисунок 3 – Диаграмма уровня духовного здоровья по диагностике нравственной воспитанности 4 "А" и 4 "В" классов до эксперимента

Сопоставив результаты 4 "В" класса 1-го и 2-го срезов по первой методике, мы заметим разницу и на основании этого можем сделать вывод о том, что уровень знаний об индивидуальном здоровье в экспериментальном классе повысился:

- 75% учащихся понятие «здоровье» рассматривают не только с позиции «ничего не болит», но и понимают, что это ведение и укрепление здоровья через правильное питание, занятие спортом и т.д.;
- 44 % учащихся после эксперимента адекватно оценивают свое здоровье;
- 52% учащихся реализуют принципы здорового образа жизни последовательно и постоянно, совершенствуя себя;



Рисунок 4 – Диаграмма уровней физического здоровья по методике "Мое здоровье", 4 "А" и 4 "В" классов после эксперимента

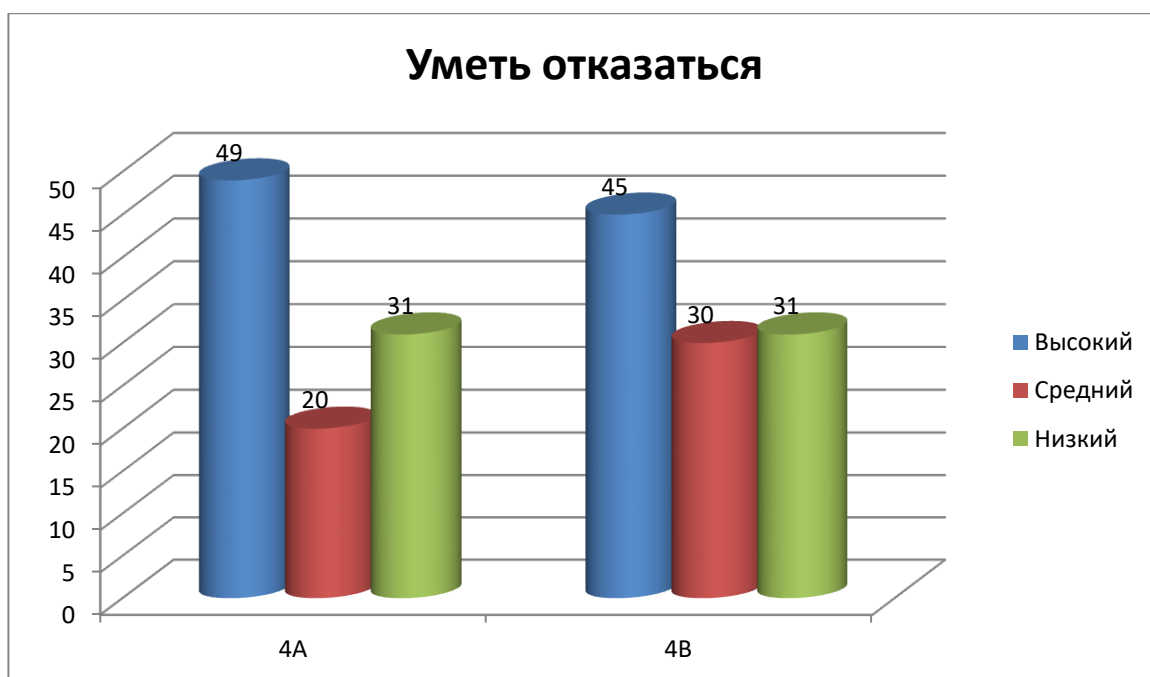


Рисунок 5 – Диаграмма уровня здоровья по диагностике "Уметь отказаться", 4 "А" и 4 "В" классов после эксперимента

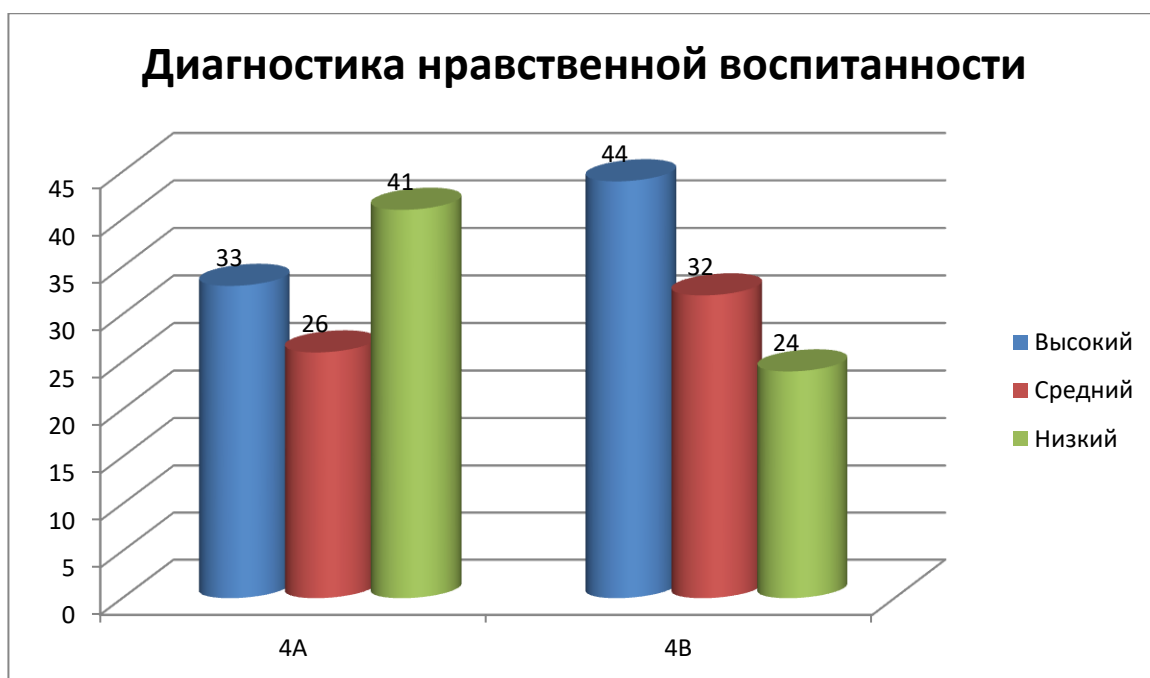


Рисунок 6 – Диаграмма уровня духовного здоровья по диагностике нравственной воспитанности, 4 "А" и 4 "В" классов после эксперимента

Из представленных данных видно, что после применения интерактивных технологий уровень знаний учащихся об их индивидуальном здоровье и здоровом образе жизни в целом увеличился. Учащиеся понимают взаимосвязь между их индивидуальным здоровьем и здоровым образом жизни, все больше учеников задумываются о своем здоровье и укрепляют его, посещают спортивные секции. Дети стали более активно вступать в обсуждение проблем, связанных со здоровым образом жизни, с удовольствием высказывают свою точку зрения.

В целом, результаты второго контрольного среза позволяют говорить о том, что применение интерактивных технологий, уроков, разработанных с учетом возрастных особенностей детей, позволяет расширить знания младших школьников об их индивидуальном здоровье.

Заключение

На основе теоретического анализа различных подходов к проблеме укрепления здоровья современных младших школьников мы выяснили следующее. Здоровье человека отражает одну из наиболее чувствительных сторон жизни общества и тесно переплетается с фундаментальным правом на физическое, духовное и социальное благополучие при максимальной продолжительности его активной жизни. Здоровье - это комплексное и, вместе с тем, целостное, многомерное динамическое состояние, развивающееся в процессе реализации генетического потенциала в условиях конкретной социальной и экологической среды.

Проблема укрепления здоровья младшего школьника столь же многогранна, как и проблема здоровья человека, так как ребёнок – это тоже человек, но человек, развивающийся и растущий, обретающий жизненный опыт и проявляющий все качества, присущие человеку. Здоровье является одним из основных условий, определяющих полноценное развитие ребёнка.

Исследование, которое было проведено, способствовало конкретизации понятий, связанных со здоровьем и здоровьесбережением, показало необходимость здоровьесберегающего подхода к образовательной деятельности в начальной школе. Была выявлена сущность здоровьесбережения, внутренняя и внешняя структура и связи, раскрыты его содержание, задачи и функции, определены организационные и педагогические условия эффективности здоровьесбережения. Так же был разработан и предложен урок с применением интерактивных технологий для расширения знаний младших школьников об их индивидуальном здоровье. Полученные в результате исследования результаты свидетельствуют об эффективности данного занятия.

Таким образом, результаты, проведенного исследования подтвердили состоятельность выдвинутой гипотезы.

Список используемой литературы:

1. А.А. Баранов, В.Р. Кучма, Л.С. Намазова-Баранова, Л.М. Сухарева, А.Г. Ильин, И.К. Рапопорт, В.И. Широкова, А.А. Левитская, О.В.Чумакова, Е.В. Антонова, В.Ю. Альбицкий, И.В. Звезда, В.В. Чубаровский, Н.В. Соколова, А.А. Сергеева. Стратегия «Здоровье и развитие подростков России» (гармонизация Европейских и Российских подходов к теории и практике охраны и укрепления здоровья подростков).(Электронный ресурс).- Режим доступа к ст. : standart.edu.ru/attachment.aspx?id=453
2. Абаскалова Н.П. Теория и практика формирования здорового образа жизни учащихся и студентов в системе «школа-вуз»: автореф. дисс. .д.п.н. Барнаул, 2000. 43 с.
3. Айзенштат Г.В. Организационно-педагогические условия становления учащихся образовательных учреждений: Дисс. к.п.н.: Ижевск, 2007. 233 с.
4. Ахутина Т.В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход //Школа здоровья. Т. 7. 2000. №2. С. 21-25
5. Бабушкина Н.А. Проектирование здоровьесберегающей среды как функция управления коррекционным общеобразовательным учреждением: автореф. дис. к.п.н. Тула, 2005. 22 с.
6. Баль Л. В., Барканова С.В. Формирование здорового образа жизни российских школьников. М.: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 2002. 192с.
7. Барашков С.Е. Формирование готовности школьников к здоровьесберегающей деятельности: автореф. дисс. .к.п.н. Самара, 2008. 24 с.
8. Безруких, М.М.,Сонькин В.Д., Безобразова В.Н. Здоровьесберегающая школа//Управление школой. 2005. №14. С. 43-47
9. Борисова Т. В. Формирование здоровьесберегающей образованности школьников: дисс. к.п.н. Челябинск, 2007. 168 с.

10. Буева Л.П. Социальная среда и сознание личности / Л.П. Буева. - М. : Изд-во Моск. ун-та, 1968. – 368 с.
11. Булгакова, М. Б. Здоровьесберегающие технологии на уроках в начальной школе и во внеурочное время// Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. 2010. №1. URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/zdoroviesberegayuschie-tehnologii-na-urokah-v-nachalnoy-shkole-i-vo-vneurochnoe-vremya>
12. Бусыгин, А.Г. Педагогика глобальной экологии / А.Г. Бусыгин. – Казань, Инфра – М, 2004. – 257 с.
13. Бутакова О. А. Педагогические условия развития здоровьесберегающих технологий учащихся экологически неблагоприятных регионов: Дисс. .к.п.н. Челябинск, 2001. 200 с.
14. Быков, Е. В. Интеграция образовательных и здоровьесберегающих технологий в образовательном процесс // Вестник ЮУрГУ. Серия: Образование. Педагогические науки. 2009. №4 (137). URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/integratsiya-obrazovatelnyh-i-zdoroviesberegayuschih-tehnologiy-v-obrazovatelnom-protssesse>
15. Вайнер Э.Н. Формирование здоровьесберегающей среды в системе общего образования // Валеология. 2004. №1. С. 21-26
16. Вашлаева Л.П. Формирование здоровьесберегающей стратегии педагога в системе повышения квалификации: автореф. дисс.—к.тш Кемерово, 2003. 22 с.
17. Виленский, М. Я. Лабиринты методологии / М. Я. Виленский // Теория и практика физической культуры. – 1996. – No 7. – С. 45 – 50.
18. Выготский, Л.С. Педагогическая психология/ Л.С. Выготский.- М.: Педагогика, 1991. - С. 33-37.
19. Гершунский Б.С. Россия: образование в третьем тысячелетии: гармония знания и веры (прогностическая гипотеза образовательного триумфа) М.: Моск. психол.-соцнприс. ин-т. 2017. 120 с. ,

20. Гинецинский, В. И. Основы теоретической педагогики: учеб. пособие / В.И. Гинецинский. — СПб., 1992. – 342 с.
21. Гиппенрейтер, Ю.Б. Психология мотивации и эмоций / Ю.Б. Гиппенрейтер Ю.Б. - ЧеРо, 2002. – 451 с.
22. Глазунов А.Т. Педагогические исследования: содержание, организация, обработка результатов Мi: АЛЮ, 2003. 41 с.
23. Глебова, Е. И. Здоровьесбережения как средство, повышения эффективности обучения школьников: автореф; Дисск.п.н. Екатеринбург, 2005: 28 с.
24. Глейзер Г. Психолого-педагогическая реабилитация подростков // Открытая школа, 2000; №5. С. 8-9
25. Гордеева, Т.О. Мотивация достижения / Т.О. Гордеева. - М.: Смысл, 2005. – 324 с.
26. Гринько В.С Проблемы развития образования [Электронный ресурс] URL:: <http://www.edu.meks-inlo.ru/tezis/230.doc>
27. Гузев В.В. Образовательная технология: от приема до философии. М.: Сентябрь, 2016. 112 с.
28. Гуманистический подход к охране здоровья /отв. ред. Н.Берковитц; Пер. с англ. Под ред. К.В.Григорьева. М.: Аспект Пресс, 2008. 253 с.
29. Давыдов В.В. Теории развивающего обучения. М.: ИНТОР, 2016. 544 с.
30. Диагностика школьной дезадаптации. Научно-методическое пособие для учителей начальных классов и школьных психологов. – М., 1993. – с.71 –75.
31. Дружинин В.Н. Экспериментальная психология. СПб., 2005. 319 с.
32. Дуркин, П.К. Проблемы формирования здоровья. Интерес к занятиям физической культурой и спортом как фактор формирования

здорового образа жизни / П.К. Дуркин // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка.– 2004. - №2 - с. 55-58.

33. Евсеев, Ю.И. Физическая культура / Ю.И. Евсеев. - Ростов н/Д.: Феникс, 2005. – 382 с.

34. Елькова Л.С. Формирование здоровьесберегающего образовательного пространства высшей школы: автореф. дисс. к.п.н. М., 2006. 24 с.

35. Ерохина И.А. Здоровьесберегающие технологии в профилактике наркозависимости подростков: Дисс. к.п.н. Тамбов, 2005. 272 с.

36. Завадская И.Е. Интерактивные технологии в образовательном процессе: Автореф. дис.. к.п.н. Екатеринбург, 2007. 28 с.

37. Загвязинский В.И. Методология и методика дидактического исследования. М.: Педагогика, 2012. 150 с.

38. Загвязинский В.И., Атаханов Р. Методология и методы психолого-педагогического исследования: Учебное пособие для студ. высш. пед. учеб.заведений. М.:Издательский центр «Академия», 2001. 208 с.

39. Зайда Дж. Непрерывное образование и образование взрослых: Россия и Запад //Сравнительное образование: продолжающиеся традиции, новые вызовы и новые парадигмы /Под ред. М.Брэя / Пер. с англ. Томск: СТТ, 2008. С. 130-155

40. Зауэр Л.С. Дидактические условия внедрения интерактивных технологий обучения учащихся: Дисс. к.п.н. Курган, 2009. 186 с.

41. Здоровьесберегающее сопровождение воспитательно-образовательного процесса: методическое пособие под научной ред. Э. М. Казина. Кемерово, 2005. 193с.

42. Здоровьесберегающие педагогические технологии. М.: Академия, 2008. 192 с.

43. Здоровьесберегающие технологии в воспитательно-образовательном процессе: Сб. инновационного опыта / Под ред.

Е.З.Путаева, И.Ю.Соколова, И.В.Чупаха. М.Илеша; Ставрополь: Сервисшкола, 2001. 400 с.

44. Здоровьесберегающие технологии в образовании детей на 2010-2020 годы: Региональная комплексная программа (Концепция). Ставрополь: СКИПКРО, 2008. 36 с.

45. Зимняя И.А. Педагогическая психология: Учебное пособие. Ростов-на-Д.: Изд-во Феникс, 2007. 480 с.

46. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М. Практикум по креативной терапии. – СПб., 2001.

47. Кайнова Э.Б. Курс современной практической педагогики. / Э.Б.Кайнова. М: АПК и ППРО, 2005. - 140 с.

48. Киселев Н. В. Теория и практика взаимодействия педагогов и учащихся в современной системе образования: Дисс. д.п.н. М., 2003. 301 с.

49. КларинМ.В. Педагогические технологии. М., 2009.

50. Кокарева З.А. Охрана и укрепление здоровья детей в современных образовательных технологиях//Образование, 2002. №5. С. 92

51. Колеченко А.К. Энциклопедия педагогических технологий: Пособие для преподавателей. СПб.: КАРО, 2002. 368 с.

52. Комплексная оценка показателей здоровья и адаптации обучающихся и педагогов в образовательных учреждениях: методическое пособие /под ред. Э.М.Казина. Кемерово: Изд-во КРИПКИпро, 2006. 213 с.

53. Комплексная оценка состояния здоровья и развития детей: методическое пособие / авт.-сост: . Р.И. Айзман и др. Отв.ред. И.Л.Левина. М: АСТШ, 2006. 166 с

54. Коржова М. Е. Интерактивная технология осуществления образовательного процесса: дисс. к. п. н. Челябинск, 2007. 176 с.

55. Кузнецова Л.М. Здоровьесберегающие технологии // Методист. 2003. № 4. С.42-45.

56. Куликов, Л.В. Психические состояния /. Л.В. Куликов - Питер, 2001. - 512 с.

57. Кучма В.Р, Сухарева Л.М., Степанова М.И. Физиолого-гигиеническое обеспечение модернизации структуры и содержания общего образования в России. Здоровье, обучение и воспитание детей: история и современность (1904-1959-2004). Под ред. А.А.Баранова, В.Р.Кучмы, Л.М.Сухаревой. М.; Издательский Дом «Династия», 2006. – С. 21-27.

58. Кучма В.Р. Школа здоровья: организация работы, мониторинг развития и эффективности (Аудит школы в сфере здоровьесбережения детей). (Электронный ресурс). - Режим доступа к ст.:schoolforhealth.ru/upload/Rukovodstvo.doc

59. Методика и технологии работы социального педагога / Под ред. М.А. Га-лагузовой, Л.В. Мардахаева. М., 2002. С.13-14.

60. Митяева А.М. Интерактивные педагогические технологии. М.: Academia, 2008. 192 с.

61. Науменко Ю.В. Здоровьеформирующее образование как модель социокультурной педагогической практики.//Стандарты и мониторинг в образовании. 2006. №6. С. 13-21

62. Новиков А.М. Образование России: Проблемы развития. М.: Рос.акад. образования, 2017. 254 с.

63. Новиков А.М. Проблемы гуманизации образования //Педагогика. 2000. № 7. с. 3-10

64. Общая психодиагностика / под ред. А.А Бодалева, В.В. Столина – М., 1987.

65. Павлова М. Методические рекомендации по интеграции программы «Основы здорового образа жизни» в учебно-воспитательный процесс образовательного учреждения. [Электронный ресурс] / М.Павлова.- Режим доступа к ст.: <http://health.best-host.ru> - заглавие с экрана.

66. Панина Т.С., Редлих С.М., Ростовцев А.Н. Модернизация образования // Образование в России и зарубежных странах: Коллективная монография. Томск: STT, 2008. С.156-194

67. Педагогика /Под ред. Л.П.Крившенко. М.: Проспект, ТК Велби, 2006. 432 с.
68. Педагогика. Котова И.Б и др. М.: Академия, 2001. 512 с.
69. Педагогические технологии: Учебное пособие. Авт.-сост. Т.П.Сальникова. М.: ТЦ Сфера, 2007. 128 с.t
70. Рыбачук Н.А. Педагогическая технология //Педагогика, 2003. № 4. С. 70-74
71. Селевко Г.К. Современные образовательные технологии: Учебное пособие М.: Народное образование, 2008. 256 с.
72. Собчик Л.Н. Методика цветowych выборов. Методические рекомендации. – М., 1990.
73. Соловьев Г.М. Интерактивные технологии в обеспечении качества образования // Педагогическое образование и наука. 2003. №3. С. 22-27
74. Тараконова Л.А. Здоровьесберегающие технологии: экология образования //Завуч, 2002. №2. С. 120
75. Тимофеев В.И., Филимоненко Ю.И. Психодиагностика цветопредпочтением. (Краткое руководство по использованию цветowego теста М. Люшера) – СПб., 1994.
76. Тренинг по сказкотерапии. - СПб., 2000.
77. Физиологические основы здоровья / под ред. заслуженного деятеля науки РФ, д.б.н. проф. Р.И.Айзмана и д.м.н., проф. А.Я.Гернера. Новосибирск: Издательская компания «Лада», 2001. 524 с.
78. Харисов Ф. Проблемы и перспективы охраны и укрепления здоровья обучающихся в условиях модернизации образования //Народное образование. 2007. №5. с. 45-49
79. Цветовой тест отношений. Методические рекомендации./ сост. Е.Ф. Бажин, А.М. Эткинд – Л., 1985

80. Чупаха И.В., Путаева Е.З., Соколова И.Ю. Здоровьесберегающие технологии в воспитательно-образовательном процессе. М.: Илекса, Народное образование; Ставрополь: Ставропольсервисшкола, 2003. 400 с.

81. Щуркова Н.Е. Педагогические технологии. Второе изд., дополненное. М.: Педагогическое общество России, 2005. 256 с.