***А. Л. Романова***

 *МБОУ «СОШ №6», г.Братск*

**ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ НА УРОКАХ ХИМИИ**

*Чтобы сделать ребёнка умным и рассудительным сделайте его крепким и здоровым.*

 *Жан Жак Руссо*

В уставе Всемирной организации здравоохранения сказано, что  здоровье – это состояние полного физического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов. Проблема  здорового поколения с каждым годом становится все более  и более актуальной. Сегодня общество окончательно убедилось в том, что молодые люди постепенно теряют интерес к самим себе, к своему развитию, к своей судьбе и жизни в целом. Они не всегда задумываются о своем здоровье даже тогда, когда болеют и не серьезно относятся  к любым внезапным проявлениям того или иного недуга.

Формирование установки на здоровье, как источника социально-экономического благополучия в системе рыночных отношений, выступает важным направлением социальной политики в охране здоровья. В современном мире это уже проблема не только медицинская, социальная, но и педагогическая, решение которой требует интеграции фундаментальных знаний и междисциплинарных исследований. В «Национальной доктрине развития образования», в «Концепции долгосрочного социально-экономического развития РФ до 2020 года» отмечается, что сегодня приоритетной задачей системы образования в нашей стране, является воспитание человека в духе ответственного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих как наивысшей социальной ценности; формирование высокого уровня здоровья детей и подростков во всех его аспектах – духовном, психическом и физическом. Эти задачи получили отражение в новых федеральных государственных стандартах образования. В комплексных гуманитарных и естественнонаучных исследованиях здоровье рассматривается как самостоятельный образовательный продукт, так как оно является целью и результатом образования (в соответствии ФГОС).

О том, что школа подрывает здоровье детей, говорили еще в прошлом веке, когда родители были относительно здоровы, когда люди дышали чистым воздухом, ели нату­ральную пищу, пили чистую воду, когда школьные программы не были так перегружены.

Сегодня в век технического прогресса школа продолжает наращивать объем и ин­тенсивность информационных потоков, уходя от проблемы самочувствия, психической и физической переносимости детьми этих нагрузок. Тревожат статистические данные Мин­здрава РФ:

- из каждой тысячи новорожденных - 800-900 уже имеют врожденные пороки

развития, а к концу школьного обучения эти показатели возрастают;

- лишь 5 % выпускников являются практически здоровыми;

- 80 % учащихся школ имеют хронические заболевания.

Критическая ситуация, сложившаяся в нашей стране, получила название «Русский крест» (если наложить друг на друга графики смертности и рождаемо­сти, то получается фигура креста).

Специалисты называют целый ряд причин, приведших русский народ к дегра­дации, но самым главным «похитителем здоровья» оказалась школа. Непосильная многим учащимся нагрузка, неподвижность детей во время занятий, необходимость нахо­диться по несколько часов в день в замкнутом помещении, построение образователь­ного процесса без учета уровня развития учащихся - вот только некоторые из причин, позволяющих судить о школе подобным образом.

Следовательно: здоровье - проблема педагогическая. В связи с этим, на мой взгляд, школа остро нуждается в технологиях, учитывающих особенности психического развития личности в разные возрастные периоды, технологиях, помогающих преодолеть негативное влияние школьного обучения на здоровье ребенка, то есть в здоровьесбере­гающих технологиях.

Термин «здоровьесбережение» получил широкое распространение в педагогической литературе и в повседневной жизни. Под этим обычно понимают систему мер, направленных на улучшение здоровья участников образовательного процесса.

К сожалению, медики констатируют существенное ухудшение здоровья детей в нашей стране в последнее время. Использование здоровьесберегающих технологий в школе может быть направлено на улучшение ситуации со здоровьем подрастающего поколения.

Так называемые «школьные болезни» связаны в основном с возрастанием объема и усложнением характера учебной нагрузки, а также усложнением характера взаимоотношений «ученик-учитель» и межличностных отношений внутри класса. В структуре заболеваемости, как учеников, так и учителей преобладают нарушения опорно-двигательного аппарата, патологии нервной системы, органов чувств, сердечно-сосудистой и пищеварительной систем.

Значительный эффект в решении этих проблем может быть достигнут благодаря использованию здоровьесберегающих технологий, которые относятся к качественной характеристике любой образовательной технологии и показывают насколько решается задача сохранения здоровья учителя и учащихся.

Их применение даёт возможность:

осуществлять личностную направленность обучения, создавать комфортные условия для школьников с учётом индивидуальных психологических особенностей (восприятие, мышление, память) и индивидуального темпа работы;

-  достигать прогнозируемого результата, осуществлять в определённые сроки с определённым уровнем затрат ресурсов, физического и психического здоровья учителя и ученика;

- осуществлять неразрывную связь с теорией деятельного подхода в обучении;

- организовать самостоятельную работу учащихся, научить их работать со справочным материалом.

Здоровьесберегающее обучение и воспитание детей предполагает  реализацию принципов здорового образа жизни, базирующихся на психолого-педагогических и медико-экологических основах, направленных на сохранение духовного, интеллектуального и физического благополучия учащихся.

Предмет химии неразрывно связан с жизнедеятельностью человека. На уроках химии  необходимо и очень важно формировать взгляды учащихся на здоровый образ жизни. Работа учителя  должна быть направлена на отказ учащихся от разрушителей здоровья:  курение, употребление спиртных напитков, психотропных и наркотических средств, а так же употребления продуктов питания средств бытовой химии  содержащих  токсины и яды.  Нужно учить детей не только правильно питаться, но и правильно применять средства бытовой химии,  косметику и парфюмерию, состав и влияние на организм зачастую нам бывают неизвестны. Таким образом, знакомство учащихся  с веществами их  химическими, физическими и биохимическими свойствами и составом, это необходимый и важный процесс в формировании у детей стремления к здоровому образу жизни.

Немало важную роль в сбережении здоровья  детей имеет процесс правильного использования на уроках химии применяемого для демонстрации опытов и анализов химической посуды и оборудования, наглядных пособий и образцов. Оптимальное их применение в учебном процессе  дает возможность снизить учебную нагрузку и теоретический материал сделать более аргументированным и полезным в повседневной жизни.

В здоровьесберегающих технологиях большое место отводится игровым урокам, которые способствуют повышению мотивации и активизации учебной деятельности учащихся.

Одним из эффективных методов эдоровьесбережения и формирования знаний у учащихся по курсу химии, это решение  задач направленных на здоровый образ жизни. Решая такие задачи, учащиеся невольно становятся  сопричастны к проблеме формирования здорового образа жизни. В задачи по курсу химии целесообразно и необходимо  включать следующие проблемы

- влияние некоторых неорганических  веществ и органических соединений  на здоровье человека и окружающую среду;

- влияние отходов  промышленной переработки и химической промышленности на все живое;

- состав пищевых продуктов и  влияние ингредиентов пищи на здоровье людей;

- применение бытовых химических средств в повседневной жизни, их влияние на природу и здоровье человека.

     Для решения проблемы переутомления учащихся на уроках  предлагаются разные по сложности задания, дифференцируется время на их выполнение. Особое значение имеют уроки-экскурсии, уроки практикумы, где важными целями являются  уменьшение психологической нагрузки на ученика, двигательная активность учащихся.

Проведение физкультминуток решает следующие  задачи:

    - Уменьшение утомления и снижение отрицательного влияния однообразной позы;

    - Активизация внимания  и повышения способности к восприятию учебного материала;

    - Эмоциональное встряска учащихся.

 В состав упражнений физкультминуток обязательно включаются упражнения по формированию осанки, укрепления зрения и упражнения направленные на выработку рационального дыхания. Продолжительность физкультминуток 2-3 минуты. Они обязательно на третьем и последующих уроках.

Любые методики обучения и воспитания можно отнести к здоровьеберегающим, если их систематическое использование  не приводит к снижению здоровья и заболеваемости, способствует профилактике  заболеваний, воспитанию культуры здоровья. Но  разумеется, одними здоровьесберегающими технологиями  вопрос о сохранении и укреплении здоровья не решить. Необходима целенаправленная работа по формированию ценности здоровья в структуре личности ученика.

*Литература*

1. Информационно-публицистический бюллетень «Просвещение», №8 (15), декабрь, 2007.

2. Павлова М.А., Гришанова О.С., Серякина А.В. Методическое сопровождение здоровьесберегающих технологий в школе - Саратов: Министерство образования Саратовской области, ГОУ ДПО «СарИПКиПРО», 2009. - 36 с.

3. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. - М.: АПК и ПРО, 2012.

4. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы. - М.: АРТИ, 2003. -272 с.

5. Советова Е.В. Эффективные образовательные технологии. - Ростов н / Дону: Феникс, 2007. - 285 с.

6. «Здоровье – дело не только личное, но и общественное», ПОРТФОЛИО №1, 2011 год, рубрика «Педагогические технологии»

7. Научно – методический журнал «Классный руководитель» №6 М.,2013

8. Журнал «Народное образование» М., №9 2006

9. Интернет «Здоровьесберегающие технологии», http\\bankrabot.Com\\wolk – 62709. Html & similar = 1, 2013

10. Корешкова Г.Г. «Внедрение здоровьесберегающих технологий на уроках химии» (Методические рекомендации), Уссурийск 2013