

УДК 372.8:613

ББК 74.26

М41

Рецензенты

Н.В. Сократов, доктор медицинских наук, профессор

П.П. Тиссен, кандидат педагогических наук, доцент

Меерзон Т.И.

Здоровьесберегающие технологии в процессе физкультурного образования. Учебное пособие для студентов педагогических вузов по специальности «Физическая культура» /Т.И. Меерзон, Л.М. Степанова, М.А. Ермакова; Мин-во образования и науки РФ, Федер. агентство по образованию, Оренб. гос. пед. ун-т. – Оренбург: Изд-во ОГПУ, 2011. - 151 с.

В учебном пособии рассмотрены используемые в школе здоровьесберегающие технологии, позволяющие успешно решать проблему охраны, формирования и развития здоровья всех участников педагогического процесса. Наряду с теоретическими вопросами в работу включены практические рекомендации, описания методик, упражнения, диагностические программы необходимые как в процессе обучения студентов, так и в практической работе учителей физической культуры.

Пособие может быть полезным студентам и преподавателям всех факультетов педагогического вуза, аспирантам, учителям общеобразовательных учреждений, родителям школьников.

УДК 614.8:316.6(073)

ББК 68.69:60.55

М 41

© Меерзон Т.И. 2009

© Петров С.В.

© Оформление. Изд-во ОГПУ. 2011

Введение

Много веков назад отец истории Геродот говорил: «Когда нет здоровья - молчит мудрость, не может расцвести искусство, не играют силы, бесполезно богатство и бессилён разум». Укрепление здоровья должно рассматриваться в качестве ключевой задачи, ответственность, за решение которой должны разделить государство, бизнес, гражданское общество, школа, семья и каждый человек. Особое место в охране здорового человека занимает формирование общественного и индивидуального сознания, ориентированного на личную ответственность за свое здоровье, включая борьбу с вредными привычками, соблюдение мер безопасности жизнедеятельности, использование средств защиты от вредных условий труда, самоконтроль за состоянием здоровья и сохранение потребности в его поддержании.

Неоспоримо, что основная задача школы - подготовить ребенка, подростка к самостоятельной жизни, дав ему для этого необходимое образование. Но может ли каждый профессионально подготовленный педагог, просто взрослый, ответственный человек бесстрастно относиться к неблагополучному состоянию здоровья своих воспитанников, его прогрессирующему ухудшению? Одним из ответов на этот, во многом риторический вопрос и стала востребованность учителями и руководителями образовательных учреждений здоровьесберегающих образовательных технологий.

Понятие "здоровьесберегающие образовательные технологии" (ЗОТ) появилось в педагогическом лексиконе в последние несколько лет и до сих пор воспринимается многими педагогами как аналог санитарно-гигиенических мероприятий. Это свидетельствует об искаженном понимании термина "здоровьесберегающие образовательные технологии", примитивных представлениях о содержании работы, которую должна проводить школа для осуществления своей важнейшей задачи - сохранения и укрепления здоровья учащихся [30, 31].

По-разному понимают этот термин и преподаватели общеобразовательных учреждений. Некоторые считают, что ЗОТ - это одна или несколько новых педагогических технологий, альтернативных всем другим, и поэтому можно выбирать: работать ли, например, по технологиям С. Френе, В. Зайцева, М. Монтессори и т.д. или по "технологии здоровьесбережения" [24].

Другой вариант понимания можно обозначить как «мифологизацию представления о здоровьесберегающих технологиях»: будто никогда в школах невиданное и обладающее чудодейственной эффективностью.

Повсеместное прогрессирующее ухудшение показателей здоровья подрастающего поколения ставят перед органами управления образованием, администрациями образовательных учреждений проблему поиска новых, более совершенных, доступных и эффективных форм и методов работы, при которых образование будет способствовать формированию здоровья, а не его потере. Здоровье, по сути своей, должно быть первейшей потребностью человека, но удовлетворение этой потребности, доведение её до оптимального результата носит сложный, своеобразный, часто противоречивый, опосредованный характер и не всегда приводит к необходимому результату.

В этих условиях особую актуальность приобретает проблема здоровьесбережения учащихся, которая отражает новые подходы к здоровотворческой деятельности и сохранению здоровья подрастающего поколения, а современная школа находится в поиске новых здоровьесберегающих технологий обучения, предусматривающих разностороннее развитие личности с учетом индивидуальных, психофизиологических и интеллектуальных возможностей.