

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**  
Балашовский институт (филиал)

Кафедра биологии и экологии

**МЕТОДИКА ИСПОЛЬЗОВАНИЯ  
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ  
В ОБУЧЕНИИ БИОЛОГИИ**

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студента 5 курса 54 группы  
направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование»,  
профиля «Биология»,  
факультета естественно-научного и педагогического образования  
Щербинина Алексея Александровича

Научный руководитель  
доцент кафедры биологии и экологии,  
кандидат химических наук, доцент \_\_\_\_\_ В.Н. Решетникова  
(подпись, дата)

Зав. кафедрой биологии и экологии  
кандидат биологических наук,  
доцент \_\_\_\_\_ А.А. Овчаренко  
(подпись, дата)

**Балашов 2019**

**Введение.** Актуальность исследования. В настоящее время отмечается тенденция к снижению уровня здоровья обучающихся, поэтому проблема обеспечения качества здоровьесберегающей деятельности образовательных организаций является актуальной для всех видов образовательных организаций.

В связи с чем, государственная политика в сфере образования, направленная на решение проблемы сохранения, укрепления и формирования здоровья подрастающего поколения и молодежи нашла отражение в государственных образовательных стандартах, как первого, так и второго поколения. Среди личностных характеристик выпускника, на которые ориентирован новый стандарт образования, выделена такая характеристика личности, как «...принятие и реализация ценностей здорового и экологически безопасного образа жизни...».

Здоровье рассматривается как социокультурный феномен, как социальная ценность, как ресурс личности, как условие успешной социализации в обществе. Особое внимание придаётся формированию таких важных слагаемых здорового образа жизни, как творческая и социальная активность школьника (общественная и трудовая), а также формированию концепции жизни, содействующей здоровью и в целом благополучию. Существенное место в учебном процессе занимает модель обучения творческому саморазвитию личности, модель самосовершенствования здоровья.

Повышение уровня культуры здоровья учащихся в учебно-воспитательном процессе можно обеспечить путем использования здоровьесберегающих образовательных технологий в школе.

Здоровьесберегающую деятельность образовательных организаций нужно рассматривать сквозь единство процессов воспитания, обучения и развития в достижении планируемого результата. Поэтому в стенах школы учащиеся должны приобрести опыт формирования здоровьесберегающей деятельности. На уроках и в рамках внеурочной деятельности происходит развитие мотивации к активному поиску оптимальных стратегий,

направленных на актуализацию своего здоровьесберегающего потенциала, а также организацию собственного стиля здорового образа жизни.

К актуальным проблемам реализации здоровьесберегающих технологий относят: рациональную организацию урочно-внеурочной деятельности, создание доброжелательного климата, эмоциональной комфортности на уроке и во внеурочное время, сотрудничество учителя – ученика – родителей, антистрессовые условия обучения, адекватность содержания, методов обучения возрастным особенностям учащихся, необходимый, достаточно организованный двигательный режим на уроке и во внеурочное время.

*Цель и задачи исследования.* Цель исследования: изучение методических особенностей здоровьесберегающих образовательных технологий в процессе преподавания биологии в средней школе. В соответствии с поставленной целью были определены следующие задачи исследования: 1. Изучить проблему использования здоровьесберегающих образовательных технологий в психолого-педагогической и методической литературе. 2. Разработать систему уроков и учебный проект с использованием элементов здоровьесберегающих технологий обучения. 3. Провести анкетирование учителей с целью выявления использования ими здоровьесберегающих технологий в процессе преподавания биологии. 4. Провести анкетирование учащихся с целью изучения опыта здоровьесбережения школьников в общеобразовательном учреждении.

*Методология исследования.* Теоретические: анализ психолого-педагогической и методической литературы по проблеме исследования. Эмпирические: личное преподавание; анкетирование учителей биологии и учащихся. Статистические: методы математической обработки данных, полученных в результате анкетирования.

*Структура и объем работы.* Бакалаврская работа состоит из введения, трех глав: «Теоретические аспекты здоровьесберегающих образовательных технологий», «Применение здоровьесберегающих технологии в преподавании биологии», «Характеристика опыта здоровьесбережения учащихся в образовательном пространстве школы», заключения, списка использованных

источников, приложений. Список использованных источников включает 55 наименований. Общий объем работы составляет 84 страницы компьютерного текста, в том числе 23 страницы приложений.

**Основное содержание работы.** В первой главе «Теоретические аспекты здоровьесберегающих образовательных технологий» мы рассмотрели характеристику здоровьесберегающих технологий, дидактические основы использования здоровьесберегающих образовательных технологий в преподавании биологии.

Нормативно-правовую основу здоровьесформирующего образования как приоритета государственной образовательной политики составляют: Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации», Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа», Фундаментальное ядро содержания общего образования, Федеральные государственные образовательные стандарты, примерные основные образовательные программы общего образования и система гигиенических требований к условиям их реализации.

Новая концепция стандартов общего образования строится на разделении проблем определения требований к результатам образования и конкретного содержания общего среднего образования. В нормативных документах системы общего образования обозначены требования к здоровьесформирующему образованию, формированию культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся. Они представляет собой систему взаимосвязанных и взаимообусловленных компонентов: стратегического (стратегия образовательной политики в области здоровьесформирующего образования), концептуального (цель, задачи, подходы), содержательного (ценности, знания, опыт здоровьесбережения и здоровьесформирования); средового (здоровьесберегающая инфраструктура общего образования); технологического (средства здоровьесформирования); оценочно-рефлексивного (мониторинг здоровьесформирующего образования); действенно-операционного (обеспечивает взаимосвязь элементов системы, развитие

здоровьеформирующего образования. Реализуется педагогическим сообществом общего образования.

В настоящих условиях основным звеном здоровьесберегающего образования, по мнению российской педагогической общественности, являются здоровьесберегающие педагогические технологии. Среди современных здоровьесберегающих технологий, применяемых в российской системе образования, выделяются несколько групп: медико-гигиенические, физкультурно-оздоровительные, экологические, обеспечения безопасности жизнедеятельности и собственно здоровьесберегающие образовательные технологии. В выделенных группах используется разный подход к охране здоровья школьников, соответственно разные методы и формы работы.

Организационно-педагогические технологии определяют структуру учебного процесса, частично регламентированную в СанПиНах, способствующую предотвращению состояний переутомления, гиподинамии и других дезадаптационных состояний.

Психолого-педагогические технологии связаны с непосредственной работой учителя на уроке, воздействием, которое он оказывает в течение нескольких минут на обучающихся. Сюда же относят психолого-педагогическое сопровождение всех элементов образовательного процесса.

Учебно-воспитательные технологии включают программы по обучению грамотной заботе о своем здоровье и формированию культуры здоровья школьников, мотивацию к ведению здорового образа жизни, предупреждение вредных привычек, проведение организационно-воспитательной работы с обучающимися после уроков, просвещение родителей.

Известно несколько классификаций здоровьесберегающих технологий, среди них: по характеру деятельности здоровьесберегающие технологии могут быть как частные (узкоспециализированные), так и комплексные (интегрированные).

По направлению деятельности среди частных здоровьесберегающих технологий выделяют: медицинские (технологии профилактики заболеваний;

коррекции и реабилитации соматического здоровья; санитаоно-гигиенической деятельности); образовательные, содействующие здоровью (информационно-обучающие и воспитательные); социальные (технологии организации здорового и безопасного образа жизни; профилактики и коррекции девиантного поведения); психологические (технологии профилактики и психокоррекции психических отклонений личностного и интеллектуального развития).

К комплексным здоровьесберегающим технологиям относят: технологии комплексной профилактики заболеваний, коррекции и реабилитации здоровья (физкультурнооздоровительные и валеологические); педагогические технологии, содействующие здоровью; технологии, формирующие здоровый образ жизни.

По применению в образовательном процессе: технологии, обеспечивающие гигиенически оптимальные условия образовательного процесса; технологии оптимальной организации учебного процесса и физической активности школьников; разнообразные психолого-педагогические технологии, используемые на уроках и во внеурочной работе.

Здоровьесберегающие технологии предполагают комплексное использование индивидуальных и коллективных заданий разных типов и уровней, индивидуального темпа работы, выбор учебной деятельности, личный выбор учащимися модульных систем образовательного процесса, проведение обучающих игр, проектную деятельность, коллективную деятельность, профилизацию образования, медико-психологопедагогическое сопровождение учащихся.

Во второй главе бакалаврской работы нами разработаны учебно-методические материалы школьного курса биологии на примере изучения тем «Энергозатраты человека и пищевой рацион», «О вреде наркотических веществ». Методические материалы включают технологические карты уроков и презентации, содержат тестовые задания для организации контроля знаний, задания для самостоятельной работы в классе.

Учебный проект «Музей гигиены» способствует формированию у детей гигиенических умений и навыков. Он ориентирует школьников на профессии медицинского профиля и имеет практическую направленность на реальные жизненные ситуации, его можно провести на внеурочных занятиях после завершения изучения раздела «Человек» в 8 классе. Проект может быть реализован как межпредметный совместно с дисциплиной «Основы безопасности жизнедеятельности». Работа над данным учебным проектом позволяет учащимся достичь предметных, метапредметных и личностных результатов, развить умения по анализу и обобщению собранного материала с последующей презентацией его широкой аудитории.

Разработанные учебно-методические материалы были апробированы в ходе педагогической практики в МОУ «Гимназия имени Героя Советского Союза Ю. А. Гарнаева г. Балашова Саратовской области».

В третьей главе бакалаврской работы приведены результаты собственных исследований. Опытной-экспериментальной базой исследования является МОУ «Гимназия имени Героя Советского Союза Ю. А. Гарнаева г. Балашова Саратовской области». В опросе приняло участие 28 обучающихся 8 классов.

Полученные данные на вопрос анкеты: «Как ты оцениваешь своё здоровье?» свидетельствуют о том, что только 39 % опрошенных учащихся считает себя совершенно здоровыми, а 14 % – не могли оценить состояние своего здоровья. Отвечая на второй вопрос анкеты, только 32 % учащихся признали, что они знают о том, что такое здоровый образ жизни, а 50 % – имеют только общее представление. Третий вопрос касался источников информации о здоровом образе жизни. В качестве источников информации о здоровом образе жизни учащиеся называют учебный процесс (уроки – 35 %), Интернет – 29 %, телепередачи – 18 %. Роль родителей в этом процессе оценивается весьма скромно – 11 %.

В процессе анкетирования мы определяли степень информированности учащихся о составляющих здорового образа жизни. Обучающиеся связывают здоровый образ жизни, прежде всего, с занятиями спортом и отсутствием

вредных привычек (курение, алкоголь, наркотики). Далее по значимости учащиеся назвали правильное питание и соблюдение режима дня. Вместе с тем, школьники явно недооценивают такие показатели здорового образа жизни как гармоничные отношения в семье, доброжелательное отношение к другим, полноценная духовная жизнь, позитивное отношение к себе, самосовершенствование, осмысленная жизнь, что более соответствует современным представлениям о здоровом образе жизни, не ограничивающимся только факторами физического здоровья.

На пятый вопрос: «Созданы ли в гимназии условия для получения знаний о здоровом образе жизни и способах здоровьесбережения?», большинство учащихся ответили: «Да», а именно, 16 человек, что составляет 57 % от всего количества опрашиваемых. Отрицательно ответили 12 учащихся, что составляет 43 % от всех опрошенных. На шестой вопрос анкеты 46 % обучающихся ответили утвердительно. Отрицательно ответили 15 человек, что составляет 54 % от всех опрошенных. На вопрос: «Можешь ли ты сказать, что в гимназии хорошо организована работа по предупреждению вредных привычек?», большинство школьников ответили отрицательно, что составляет 61 % от всех респондентов. По результатам анализа ответов на восьмой вопрос: «Можешь ли ты сказать, что большинство учителей используют активные формы обучения здоровьесбережению?» обнаруживается, что большинство школьников ответили положительно, что составляет 57 % от всего количества опрашиваемых.

Анкета по оценке отношения учителя биологии к использованию здоровьесберегающих технологий на уроке включала 4 вопроса. В анкетировании приняли участие 9 учителей, работающих в общеобразовательных учреждениях г. Балашова.

Ответы на первый вопрос анкеты: «Какие здоровьесберегающие образовательные технологии Вы знаете?» распределились следующим образом, на первом месте учителя отметили технологию дифференцированного обучения, на втором – технологию развивающего обучения, на третьем –



технологии адаптивного обучения, на четвертом – технологии, обеспечивающие гигиенически оптимальные условия образовательного процесса. Дополнительно учителя называли технологии личностно-ориентированного, индивидуализированного, проблемного, модульного, проблемного обучения и другие.

Анализ данных на второй вопрос анкеты: «Какие здоровьесберегающие технологии Вы используете на своих уроках?» позволяет увидеть, что опрошенные учителя биологии не применяют технологии дифференцированного, рефлексивного обучения и коллективной мыслительной деятельности. В то время как эти технологии играют важную роль в здоровьесберегающей направленности урока.

При ответе на третий вопрос, учителя отмечают, какие основные правила, они используют при построении уроков биологии. Все опрошенные педагоги предпочитают на занятиях создавать «благоприятный психологический климат», использовать приемы «снятия эмоционального напряжения», распределять интенсивность умственной деятельности. В образовательной практике 78 % опрошенных учителей основное правило – правильная организация урока. И только 33% респондентов проводят самоанализ урока с позиций здоровьесбережения.

При ответе на четвертый вопрос анкеты: «Как Вы оцениваете эффективность использования здоровьесберегающих технологий на своих уроках?» педагоги были единодушны: здоровьесберегающие образовательные технологии – наиболее значимые по степени их влияния на здоровье учащихся. Главный их отличительный признак – использование психолого-педагогических форм, приемов, методов, подходов к решению возникающих проблем. Их реализация достигает цели в полной мере лишь при осознании своей ответственности за сохранение здоровья учащихся и получении необходимой профессиональной подготовки для работы в этом направлении.

По результатам анкетирования был сделан общий вывод о том, что учителя уделяют достаточное внимание здоровьесбережению на уроках

биологии. Как отмечают педагоги, для профилактики переутомления обучающихся в школе нужно соблюдать следующие условия: не допускать нарушения учебного процесса, следить за соответствием учебной нагрузки возрастным и индивидуальным возможностям ребенка, строго соблюдать гигиенический режим школьного комплекса, соблюдать требования к проведению урока и другие. Для профилактики утомляемости, нарушения осанки, зрения учащихся на уроках необходимо проводить физкультминутки и гимнастику для глаз. Объем домашних заданий должен учитывать индивидуальные возможности учащихся. По мнению учителей, для формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся каждому педагогу необходимо создавать и поддерживать благоприятный психологический климат на занятии.

**Заключение.** В ходе исследования методических основ здоровьесберегающих технологий решены поставленные задачи, получены результаты и сформулированы выводы.

Анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования показывает, что здоровье человека становится самой актуальной проблемой для многих отраслей знаний, среди которых особое место отводится педагогической науке и практике, призванным через систему образования развивать и сохранять здоровье человека. Общеобразовательные учреждения должны создавать комфортную образовательную среду с учётом индивидуальных физических, психических и интеллектуальных особенностей детей, приучать школьников к здоровому образу жизни.

Для внедрения здоровьесберегающих технологий в образовательные учреждения необходимо соблюдение двух условий: во-первых, нужно знать, что благоприятствует состоянию; во-вторых, какими практическими действиями это можно соответственно усилить или устранить.

Одним из важнейших инструментов здоровьесберегающей деятельности являются рациональная организация учебного процесса, его технологическое обеспечение. Чтобы добиться эмоциональной комфортности, познавательной и

мотивированной деятельности обучающихся, необходимо: использовать частую смену видов учебной деятельности на уроке (норма: 4-7 видов деятельности за урок); использовать не менее трёх видов преподавания (словесный, наглядный, аудио-визуальный, групповая работа, парная работа, индивидуальная работа, самостоятельная работа), чередуя их через каждые 10-15 мин; использовать методы, способствующие активизации и творческому самовыражению самих обучающихся; проводить динамические паузы или минуты релаксаций; стимулировать внутреннюю мотивацию – стремление больше узнать, радость от активности, интерес к изученному материалу, удовольствие от полученных знаний; поддерживать у обучающихся веру в собственные силы для достижения желаемых результатов в учёбе; создавать ситуацию успеха на уроке: поощрение интеллектуальных способностей обучающихся, вовлечение в интересующую деятельность, проявление внимания; справедливо оценивать ответы обучающихся; подход к школьнику с оптимистической гипотезой, доверием; демократический, доброжелательный стиль общения. Одним из важнейших элементов рациональной организации урочно-внеурочной деятельности является соблюдение норм СанПиНа.

Воспитание позитивного отношения к здоровьесбережению на основе интеграции содержания школьных предметов предусматривает соблюдение основных методических условий: овладение знаниями и умениями о здоровьесбережении; обеспечение личностно-ценностного подхода при формировании здорового образа жизни; комплексное использование словесных, наглядных и практических методов обучения, их осознанный выбор и оптимальное сочетание; использование различных типов уроков, в том числе и интегрированных, а также внеурочных мероприятий; объяснение значения на уроках биологии мер профилактики в системе здоровьесберегающей деятельности; обучение учащихся способам самооценки своего опыта здоровьесбережения, состояния здоровья и здорового образа жизни.

Большая роль в этой работе отводится информационно-наглядной агитации по общим вопросам здоровья (стенгазеты, конкурсы плакатов) и

выпуску специализированных наглядных материалов по отдельным вопросам здоровья. Такая просветительская деятельность позволяет создать в образовательном учреждении особую культурную среду, не оставляющую без внимания и равнодушными ни учащихся, ни учителей, ни родителей, способствующую формированию мотивов, интересов, жизненных установок обучающихся в здоровом образе жизни.

Биология включает основы жизнедеятельности, общественной и личной гигиены, даёт знания о воздействии на организм человека наркотических и психотропных средств, алкоголя и никотина, воспитании и многом другом. Для проведения курса «Человек» нужно определить содержание, методы и средства обучения, необходимые для реализации установок здорового образа жизни. Реализовать материал можно с помощью проектной, игровой, здоровьесберегающей, проблемно-поисковой технологий. Возможно сочетание фронтальной, групповой, индивидуальной работы на занятиях. В такой организации учебно-воспитательного процесса создаётся цепочка: предметная деятельность – общение – творчество.

Разработаны учебно-методические материалы по разделу «Человек», школьного курса биологии с позиции здоровьесбережения. Методические материалы включают технологические карты уроков, проекта, презентации, тестовые задания, инструктивные карточки для самостоятельной работы учащихся. Разработанные учебно-методические материалы были апробированы в процессе педагогической практики.

По результатам анкетирования был сделан общий вывод о том, что учителя уделяют достаточное внимание здоровьесбережению на уроках биологии. По мнению опрошенных педагогов, важнейшими направлениями здоровьесберегающей деятельности являются: организация урока биологии в соответствии со здоровьесберегающими принципами, использование здоровьесберегающих технологий и методов, включение материала о здоровом образе жизни в содержание уроков биологии, охрана здоровья и пропаганда здорового образа жизни через проведение внеурочной работы по биологии,

индивидуально-дифференцированный подход к ученикам. Учителя, проектируя здоровьесберегающее образовательное пространство, осуществляют следующие функции: воспитание мотивации здоровья; обучение методам и способам сохранения здоровья; соблюдение требований к организации учебно-воспитательного процесса.

Таким образом, нами были проанализированы психолого-педагогические основы и содержание здоровьесберегающих технологий. В ходе исследования установлено, что проблема использования здоровьесберегающих технологий в процессе обучения биологии является актуальной для современной образовательной практики.