

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

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ
НА УРОКАХ БИОЛОГИИ И ВО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студентки 5 курса 52 группы
направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование»,
профиль «Биология»,
факультета математики и естественных наук
Мелешиной Олеси Юрьевны

Научный руководитель
доцент кафедры биологии и экологии,
кандидат биологических наук _____ Н.Ю. Семёнова
(подпись, дата)

Зав. кафедрой биологии и экологии,
кандидат сельскохозяйственных наук, доцент _____ М.А. Занина
(подпись, дата)

Балашов 2025

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность темы. Здоровье детей является фундаментальной проблемой, имеющей глобальное значение и находящейся в центре внимания научного и образовательного сообщества. В условиях современной информационной среды роль педагога в обеспечении физического и психического благополучия учащихся приобретает особую значимость, сравнимую с деятельностью медицинских специалистов.

Профессиональная деятельность учителя направлена на минимизацию негативного воздействия образовательного процесса на здоровье школьников. Это предполагает реализацию комплексного подхода, включающего здоровьесберегающие технологии, психолого-педагогическую поддержку и создание благоприятной образовательной среды.

Приоритетность заботы о здоровье учащихся в педагогической практике обуславливает необходимость внедрения здоровьесберегающей педагогики как неотъемлемой составляющей образовательного процесса. Данный подход предполагает не только профилактику заболеваний, но и формирование у учащихся навыков здорового образа жизни, что является важным фактором их общего развития и социальной адаптации.

Особое внимание уделяется вопросам защиты здоровья всех участников образовательного процесса от воздействия негативных факторов окружающей среды. Это включает как физические, так и психоэмоциональные аспекты, требующие системного подхода и координации усилий всех субъектов образовательного пространства.

Таким образом, обеспечение здоровья детей в рамках образовательного процесса является междисциплинарной задачей, требующей интеграции знаний и компетенций из различных областей науки и практики. Реализация здоровьесберегающих стратегий способствует не только сохранению физического благополучия учащихся,

но и формированию у них ценностного отношения к собственному здоровью и здоровому образу жизни.

В свете вышеизложенного, можно констатировать, что применение здоровьесберегающих технологий на уроках биологии и во внеурочной деятельности приобретает особую значимость и актуальность. Это обусловлено необходимостью обеспечения устойчивого физического и психоэмоционального развития учащихся, что является ключевым аспектом в контексте современной образовательной парадигмы.

Цель работы: изучение методических особенностей здоровьесберегающих технологий на уроках и внеурочной деятельности по биологии.

Основные задачи:

1. Изучить проблему использования здоровьесберегающих образовательных технологий в психолого-педагогической литературе.
2. Разработать технологические карты уроков биологии и учебных проектов с использованием приемов здоровьесберегающих образовательных технологий.

Структура и объём работы. Бакалаврская работа состоит из введения, 3 глав, заключения, списка литературы и приложений. Список использованных источников составляет 23 наименования. Общий объем работы составляет 71 страницу компьютерного текста, в том числе 25 страниц приложений.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

1 Теоретические основы здоровьесберегающих технологий в современном образовательном пространстве

1.1 Здоровьесберегающие технологии, их структурные компоненты

Здоровье подрастающего поколения – это ключевой ресурс государства, который обеспечивает его национальную безопасность. В связи с этим, укрепление здоровья участников воспитательно-

образовательного процесса является основой развития системы образования в России.

Состояние здоровья детей, подростков и молодёжи в Российской Федерации вызывает обоснованную тревогу не только у работников сферы образования и здравоохранения, но и у всего общества.

Современные дети сталкиваются с серьёзными проблемами со здоровьем: это дисфункции в психической и социальной сферах, а также общее снижение иммунной защиты и нарушения в нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной, опорно-двигательной и других системах организма.

Одной из основных причин ухудшения здоровья является снижение способности организма адаптироваться к изменяющейся и зачастую агрессивной окружающей среде, что в конечном итоге приводит к ослаблению общественных, социальных и трудовых функций молодёжи.

В Уставе Всемирной организации здравоохранения здоровье определяется как состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только как отсутствие болезней или физических дефектов. В этом определении не упоминается психическое здоровье, но оно является неотъемлемой частью здоровья.

А. В. Шувалов определяет психическое здоровье личности как такое функционирование психики, которое обеспечивает гармоничное взаимодействие с окружающим миром.

И. Блумберг предлагает другое определение здоровья: это не только отсутствие болезней, но и совокупность факторов, которые находятся в равновесии.

Духовное и нравственное здоровье являются основными составляющими общего здоровья человека. Они определяют его жизненную позицию, образ жизни и ценности. В этом определении учитывается интегративный подход к пониманию здоровья,

многоуровневость реализации здоровьесберегающей деятельности и единство подходов.

М. М. Безруких, Э. М. Казин, Н. В. Тверская, С. М. Чечельницкая и другие ученые разрабатывают технологии, направленные на сохранение здоровья учащихся. Они описывают, как организовать здоровьесберегающую деятельность в школе и создать благоприятную среду для учеников.

Н.К. Смирнов дает такое определение: «Здоровьесберегающие образовательные технологии – это комплексная система, основанная на единой методологии. Она включает организационные и психолого-педагогические приемы, методы и технологии, направленные на охрану и укрепление здоровья учащихся, формирование у них культуры здоровья, а также заботу о здоровье педагогов».

По мнению Н.И. Соловьевой, здоровьесберегающая образовательная технология – это система управления учебно-познавательной и практической деятельностью учащихся. Она обеспечивает сохранение и укрепление их здоровья с научной и инструментальной поддержкой.

Н.Л. Галеева рассматривает здоровьесберегающие технологии как характеристику педагогической методики. Их цель – достичь высокого качества обучения и воспитания, не нанося вреда здоровью учеников.

1.2 Применение здоровьесберегающих технологий в учебном процессе

Формирование ответственного отношения к здоровью зависит от организации образовательного процесса, ориентированного на активность и личностные особенности учащихся.

Задача учителя – создать условия для творческого развития ребёнка и подобрать методы, соответствующие его психофизиологическим особенностям. Это поможет сформировать у ребёнка позитивное мышление и положительное отношение к своему здоровью.

Материалы уроков биологии позволяют органично интегрировать принципы сохранения здоровья в темы занятий. Различные задания можно использовать как на уроках, так и при выполнении домашних заданий.

Одним из ключевых аспектов сохранения здоровья является создание благоприятной психологической атмосферы на уроке и повышение интереса к предмету. Это важно, поскольку раннее повреждение нервной системы может привести к нарушениям в работе различных систем организма.

На уроках следует активно использовать игровые элементы, аудио- и видеоматериалы для демонстрации интересных материалов. Также можно применять такие форматы занятий, как викторины и соревнования.

Использование компьютерных технологий способствует повышению вовлечённости учащихся и улучшению восприятия материала. Применение компьютеров для тестирования позволяет учащимся отдохнуть от письма и размять пальцы.

На внеурочных занятиях по биологии ученики знакомятся с понятием и применением иппотерапии. В рамках занятий используются физиологические аспекты двигательной системы и изучаются физические упражнения для её развития.

Важно следить за осанкой учеников и включать в занятия разминки для глаз и конечностей. Тренировка дыхания не занимает много времени, но способствует не только развитию дыхательной системы, но и повышению эмоциональности, облегчению восприятия материала и тренировке мимических мышц.

На уроках биологии дети также узнают о составе продуктов питания, их энергетической ценности и потребности человека в энергии, получаемой из пищи. Акцентируется внимание на важности своевременного и сбалансированного питания.

Школьники получают информацию о требованиях к здоровому питанию и процессах, происходящих с пищей во время приготовления.

Проводятся мероприятия по повышению культуры приёма пищи и соблюдению основных гигиенических норм.

В школьной программе по биологии тема здорового образа жизни раскрывается через подробное изучение работы органов и их структуры в зависимости от факторов, которые укрепляют или ослабляют организм человека.

В рамках этого предмета учащиеся знакомятся с правилами гигиены и профилактическими мерами, которые способствуют поддержанию здоровья.

Данный подход позволяет учащимся не только ознакомиться с базовыми принципами функционирования человеческого организма, но и осознать важность поддержания его гомеостаза посредством соблюдения гигиенических норм и регулярных профилактических мероприятий. Таким образом, школьный курс биологии выступает важным инструментом формирования у учащихся основополагающих знаний и навыков, необходимых для поддержания и укрепления здоровья на протяжении всей жизни.

Таким образом, обеспечение сохранения и укрепления здоровья учащихся достигается за счет правильной организации учебно-воспитательного процесса, включающей соблюдение гигиенических норм, режима школьных занятий, учет возрастных особенностей и создание благоприятного эмоционального фона на уроке.

2 Особенности реализации здоровьесберегающих технологий на уроках биологии

В ходе урока, посвящённого профилактике травматизма и оказанию первой помощи при травмах опорно-двигательного аппарата, ученики получают базовые знания о том, как предотвратить травмы и как правильно действовать в опасных ситуациях. Они также научатся оказывать первую помощь при различных повреждениях скелета и мышц.

Эти знания пригодятся им в реальной жизни, помогая сохранять своё здоровье и оказывать помощь другим людям в сложных ситуациях.

В рамках урока, посвященного вопросам профилактики сердечно-сосудистых заболеваний и оказанию первой помощи при кровотечениях, учащиеся ознакомятся с широким спектром патологий, затрагивающих сердечно-сосудистую систему.

Особое внимание уделено вопросам оказания первой помощи при различных видах кровотечений, включая капиллярные, венозные и артериальные.

В рамках практической работы учащиеся получают возможность отработать навыки и алгоритмы действий, необходимые для эффективного купирования кровотечений и минимизации рисков для здоровья пострадавшего.

Представленные знания и практические навыки имеют высокую социальную значимость, поскольку своевременное и адекватное оказание первой помощи при кровотечениях может существенно повысить шансы на выживание и минимизировать риск развития осложнений.

Таким образом, данный урок направлен на формирование у учащихся компетенций, необходимых для оказания первой помощи в экстренных ситуациях, связанных с нарушениями гемостаза и сердечно-сосудистой недостаточностью.

3 Реализация здоровьесберегающих технологий во внеурочной деятельности

Учебный проект «Изучение здоровья обучающихся» – это информационно-исследовательский проект, направленный на развитие навыков самостоятельной работы, гигиенического воспитания и профессиональной ориентации у школьников. Он углубляет знания по биологии и развивает экспериментальные навыки.

Проект можно выполнять дома или в биологическом кружке, что позволяет учащимся проводить научные исследования, измерять и

анализировать физиологические параметры с использованием современных приборов, таких как пульсоксиметры и шагомеры.

Задания проекта включают измерение кислотности среды, температуры, давления, антропометрических параметров и физической активности. Они могут выполняться индивидуально или в группах, развивая коммуникативные навыки.

Учащиеся выбирают тему на основе интересов и доступных приборов, раскрывая свой потенциал. Учитель координирует проект и привлекает специалистов из других областей.

Рекомендуется проводить проект в рамках изучения раздела «Человек» для практического применения знаний и углубления понимания анатомо-физиологических процессов.

Информационно-прикладной проект «Профессия – зубной врач» предоставляет учащимся возможность познакомиться со стоматологическими специальностями. Данный проект рекомендуется провести на внеурочных занятиях, при изучении темы «Пищеварительная система» раздела «Человек», он возможен и как межпредметный, с привлечением учителей физики, химии и информатики.

Проект «Профессия – зубной врач» представляет собой информационно-прикладное мероприятие, направленное на расширение кругозора учащихся в области медицинских профессий и смежных дисциплин. Проект нацелен на ознакомление школьников с профессиями врача-стоматолога, детского стоматолога, гигиениста и других специалистов, позволяя интегрировать знания биологии, физики, химии и информатики.

Таким образом, проект «Профессия – зубной врач» способствует развитию широкого спектра компетенций и создаёт условия для углубленного изучения предмета биологии в тесной связи с прикладными дисциплинами.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Анализ психолого-педагогической литературы по теме исследования показывает, что здоровье человека становится ключевой проблемой для многих областей знаний. Особое место среди них занимает педагогика, которая через систему образования стремится развивать и сохранять здоровье людей.

Образовательные учреждения должны создавать благоприятную среду для обучения, учитывая индивидуальные физические, психологические и интеллектуальные особенности детей. Также важно прививать школьникам навыки здорового образа жизни.

Для внедрения здоровьесберегающих методик в образовательные учреждения необходимо соблюдать два условия. Во-первых, нужно понимать, что способствует поддержанию здоровья. Во-вторых, нужно знать, как усилить или устранить эти факторы.

Биология даёт знания о жизнедеятельности человека, общественной и личной гигиене, а также о влиянии на организм наркотиков, алкоголя и никотина. Для проведения курса «Человек» нужно определить содержание, методы и средства обучения, которые помогут сформировать у учеников здоровый образ жизни. Для этого можно использовать проектную, игровую, здоровьесберегающую и проблемно-поисковую технологии. Также необходимо сочетать фронтальную, групповую и индивидуальную работу на занятиях. В такой организации учебного процесса ученики будут активно участвовать в предметной деятельности, общении и творчестве.

Следовательно, здоровьесберегающие технологии играют ключевую роль в современном образовании, обеспечивая гармоничное сочетание учебного процесса и сохранения здоровья учащихся.