МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

**«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**(ФГБОУ ВО «КубГУ»)**

**Факультет педагогики, психологии и коммуникативистики**

**Кафедра педагогики и методики начального образования**

**КУРСОВАЯ РАБОТА**

**РОЛЬ И СРЕДСТВА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ**

**В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ**

Работу выполнила А.А. Статищева

 (подпись, дата)

Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, 2 курс ОФО

Направленность(профиль) Начальное образование

Научный руководитель

канд. пед. наук, доцент \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ О.И. Баранова

(подпись, дата)

Нормоконтролер

ст. преп. Г.Б. Мардиросова

(подпись, дата)

Краснодар

2019

СОДЕРЖАНИЕ

Введение 3

1. Теоретические основы применения здоровьесберегающих технологий в начальной школе 5
	1. Понятие «средства» в педагогике 5
	2. Понятие и значение здоровьесберегающих технологий 9
		1. Роль здоровьесберегающих технологий в отечественной

 педагогике 9

* + 1. Понятие здоровьесберегающих технологий 13
		2. Классификация здоровьесберегающих технологий в процессе обучения 17
	1. Возрастные особенности и возможности младших школьников 23
1. Структуризация средств здоровьесберегающих образовательных технологий 31

Заключение 33

Список использованных источников 35

ВВЕДЕНИЕ

Здоровье является основополагающим аспектом полноценного развития каждого человека. Здоровье – состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов [1]. В основном оно зависит от того, насколько грамотно и правильно личность соблюдает здоровый образ жизни.

Основы знаний о здоровом образе жизни закладываются ещё на этапах раннего взросления человека. В этом процессе участвует множество социальных институтов: семья, школа, группа друзей, соседи. Но одним из главных является именно школа. Ведь именно в ней закладываются основы морали и нравственности, правильного общения со сверстниками и формируется правильное отношение к собственному здоровью у подрастающего поколения.

На данный момент вопрос о здоровьесберегающих технологиях, их роли и средствах изучается многими учёными. И.И. Брехман, Л.Г. Татарникова, С.В. Попов изучали валеологию, как новую науку о здоровье; В.В. Колбанов, М.Г. Колесникова, Г.К. Зайцев большинство своих трудов посвятили педагогике здоровья. Можно отметить работы Е.З. Пужаевой, И.Ю. Соколовой, а также Н.К. Смирнова, работы которого также посвящены изучению и разработке здоровьесберегающих технологий.

Задача сохранения и укрепления здоровья с раннего возраста – одна из важнейших задач для любой личности. И, благодаря школе, возможно успешное осуществление этой задачи. Традиции системы начального образования и их развитие обеспечивают положительное развитие здоровье школьников. Однако, по данным здравоохранения, количество здоровых школьников уменьшается и поэтому возрастает роль и значение здоровьесберегающих технологий и их непосредственного применения в школьных условиях.

**Актуальность исследования** обусловлена потребностью педагогов школы в системном применении средств здоровьесберегающих технологий, которые способствуют природосообразному развитию младшего школьника.

Выявленное на основе анализа литературных источников **противоречие** состоит в следующем: между высокой потребностью педагогов в применении здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательном процессе младших школьников и недостаточной разработанностью системы средств, применяемых в данных технологиях.

**Проблема исследования:** каковы средства здоровьесберегающих технологий, способствующих развитию младших школьников?

**Цель исследования:** теоретически обосновать роль здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательном процессе младшей школы и структурировать совокупность средств здоровьесберегающих технологий.

**Объект исследования:** учебно-воспитательный процесс в начальной школе.

**Предмет исследования:** особенности применения здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательном процессе в начальной школе.

**Задачи исследования:**

1. Проанализировать психолого-педагогическую литературу по теме исследования;
2. Составить комплекс средств здоровьесберегающих технологий для начальной школы.

**Методы исследования:** анализ литературы по проблеме исследования, синтез в виде выводов.

1. Теоретические основы применения здоровьесберегающих технологий в начальной школе
	1. Понятие «средства» в педагогике

Понятие «средство» довольно широко. Оно распространено во всех сферах деятельности человека: научной и художественной, экономической и экологической, медицинской, управленческой, а также педагогической. Употребление термина «средство» в философской, педагогической, психологической литературе неоднозначно, и поэтому, можно сделать вывод: в педагогике нет однозначного определения понятия «средство обучения».

Можно выделить две большие группы средств обучения: средство – источник информации и средство – инструмент освоения учебного материала. То есть, средствами обучения обозначаются все объекты и процессы (материальные и материализованные), которые служат источником учебной информации и инструментами (собственно средствами) для усвоения содержания учебного материала, развития и воспитания учащихся. Все средства обучения разделяются на материальные и идеальные.

К материальным средствам относятся учебники, учебные пособия, дидактические материалы, книги-первоисточники, тестовый материал, модели, средства наглядности, технические средства обучения, лабораторное оборудование.

Идеальные средства обучения – это те усвоенные ранее знания и умения, которые используют учителя и учащиеся для усвоения новых знаний. В качестве идеальных средств обучения выступают общепринятые системы знаков, такие, как язык (устная речь), письмо (письменная речь), система условных обозначений различных дисциплин (нотная грамота, математический аппарат и др.), достижения культуры или произведения искусства (живопись, музыка, литература), средства наглядности (схемы, рисунки, чертежи, диаграммы, фото и т.п.), учебные компьютерные программы, организующе-координирующая деятельность учителя, уровень его квалификации и внутренней культуры, методы и формы организации учебной деятельности, вся система обучения, существующая в данном образовательном учреждении, система общешкольных требований. Л.С. Выготский же приводит такие средства обучения, как речь, письмо, схемы, условные обозначения, чертежи, диаграммы, произведения искусства, мнемотехнические приспособления для запоминания и др.  [2].

К средствам обучения в ряде случаев наряду с учебно-наглядными пособиями, приборами, механизмами, инструментами, другие учёные относят слово учителя, тексты, упражнения [3]. Н.М. Шахмаев к средствам обучения относил материальные объекты педагогического труда (часть учебно-материальной базы), носители учебной информации, предназначенные для использования в учебно-воспитательном процессе.

Понятие «средство обучения» используется в дидактике для обозначения одного из компонентов процесса обучения, наряду с другими компонентами: целью обучения, содержанием обучения, методам обучения и, конечно же, формой обучения.

Средства преподавания имеют существенное значение для реализации информационной и управленческой функции учителя. Они способствуют стимулированию и подержанию познавательных процессов учащихся, улучшают наглядность учебного материала. Основными функциями средств обучения обозначаются как информационная, дидактическая, контрольная.

В педагогическую науку и практику термин «средства обучения» вошел относительно недавно. Так, в «Педагогическом словаре», изданном в 1960 г., этот термин еще не обозначен. Позднее он использовался произвольно и применялся для обозначения деятельности учителя, учащихся, учебного оборудования и учебно-наглядных пособий [4].

Итак, многие педагоги-авторы под понятием «средство обучения» понимали разные определения.

По мнению Л.П. Крившенко, средства обучения (дидактические средства) – источники получения знаний, формирования умений. То есть, средства обучения являются обязательным элементом оснащения учебных кабинетов и их информационно-предметной среды, а также важнейший компонент учебно-материальной базы школ различных типов и уровней [5].

П.И. Пидкасистый понимает под средством обучения материальный или идеальный объект, который использован учителем и учащимися для усвоения знаний [6].

Также существует следующее определение: «средства обучения – совокупность материальных, технических, информационных и организационных ресурсов, используемых для обеспечения многообразных методов обучения» [7].

**Средство обучения** – материальный или идеальный объект, который «находится» между учителем и учеником и используется для усвоения знаний, формирования опыта познавательной и практической деятельности. Средство обучения существенно влияет на качество знаний учащихся, их умственное развитие и профессиональное становление. Так определяет средство обучения Зайченко И.В. в пособии для студентов педагогических вузов [8].

Средства обучения (педагогические средства) – все те материалы, с помощью которых преподаватель осуществляет обучающее воздействие (учебный процесс). К средствам обучения относятся предметы материальной и духовной культуры, которые используются при решении педагогических задач. В самом общем плане к ним относятся: виды деятельности: игровая, учебная, трудовая; педагогическая техника: речь, мимика, движение; средства массовой информации, наглядные пособия, произведения искусства. Так описывают средства обучения в электронном учебно-методическом комплексе, авторами которого являются В.А. Иванова и Т.В. Левина [9].

Итак, проанализировав данные понятия, представим в таблице 1 все используемые понятия для составления в последующем наиболее обобщенного понятия.

Таблица 1 – Понятие «средство обучения»

|  |  |
| --- | --- |
| Автор | Определение понятия «средство обучения» |
| Л.П. Крившенко | Источники получения знаний, формирования умений |
| П.И. Пидкасистый | Материальный или идеальный объект, который использован учителем и учащимися для усвоения знаний |
| Энциклопедия экономиста [Электронный ресурс] | Совокупность материальных, технических, информационных и организационных ресурсов, используемых для обеспечения многообразных методов обучения |
| И.В Зайченко  | Материальный или идеальный объект, который «находится» между учителем и учеником и используется для усвоения знаний, формирования опыта познавательной и практической деятельности |
| В.А. Иванова и Т.В. Левина  | Все те материалы, с помощью которых преподаватель осуществляет обучающее воздействие (учебный процесс) |

Таким образом, проанализировав работы учёных, можно сформулировать наиболее полное понятие средств обучения: «Средство обучения – это сочетание материального и идеального объектов, представляющих собой совокупность материальных, технических, информационных и организационных ресурсов, которые находятся между учителем и учеником и обеспечивают многообразие методов обучения». То есть, это все те материалы, с помощью которых преподаватель осуществляет педагогический процесс.

* 1. Понятие и значение здоровьесберегающих технологий

1.2.1 Роль здоровьесберегающих технологий в отечественной педагогике

Здоровьесберегающие технологии начали своё существование в педагогике с советских времён. В обозначенную эпоху реализация оздоровительных программ осуществлялась различными государственными органами и общественными организациями.

На протяжении последних 25 лет, с 1991 года, сложилась неблагоприятная ситуация по статистическим данным в области здоровья детей и взрослых, граждан нынешней Российской Федерации [10]. Например, результаты исследований, проведенных В.Ф. Базарным, В.В. Колбановы, В.П. Казначеевым и др. показывают, что до 85 % выпускников школ имеют различные психосоматические нарушения, заболевания, а более 60 % употребляют психоактивные вещества. Также значительное снижение уровня здоровья, по данным А.Г. Сухарева, И.Н. Куинджи, происходит в образовательно-воспитательных учреждениях [11].

Ведущим фактором здоровья является образ жизни, формировать который может и призвана школа [12].

Здоровьесберегающие образовательные технологии рассматривают в трёх направлениях: как технологическую основу здоровьесберегающей педагогики – одной из самых перспективных образовательных систем XXI века, как совокупность приёмов, форм и методов организации обучения школьников без вреда и ущерба для его здоровья, и как качественную характеристику любой педагогической технологии по критерию её воздействия на здоровье детей. Педагогов не стоит заставлять выполнять долю обязанностей медиков, то есть врача или школьной медсестры, а наоборот, обучать психолого-педагогическим технологиям, которые позволят работать так, чтобы не наносить вред и ущерб здоровью своих учеников, как на собственных уроках, так и по общей программе работы школы, непосредственной задачей которой является забота и охрана здоровья всех находящихся в образовательном учреждении.

Основополагающей целью здоровьесберегающих образовательных технологий обучения является обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья в период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Здоровьесберегающие технологии реализуются на основе личностно-ориентированного подхода. Осуществляемые на основе личностно-развивающих ситуаций, они относятся к тем жизненно важным факторам, благодаря которым школьники учатся жить вместе и эффективно взаимодействовать. Предполагают активное участие самого обучающегося в освоении культуры человеческих отношений, в формировании опыта здоровьесбережения, который приобретается через постепенное расширение сферы общения и деятельности учащегося, развитие его саморегуляции (от внешнего контроля к внутреннему самоконтролю), становление самосознания и активной жизненной позиции на основе воспитания и самовоспитания, формирования ответственности за свое здоровье, жизнь и здоровье других людей [13].

Говоря о цели и значении здоровьесберегающих технологий, необходимо также выделить их принципы и задачи.

Принципы применения здоровьясберегающих технологий представлены как совокупность *общеметодических,* или их ещё называют «дидактические», *и специфических принципов*, которые отражают насущные общественные потребности.

Общеметодические (дидактические) принципы – это основные положения, определяющие содержание, организационные формы и методы учебного процесса в соответствии с его общими целями и закономерностями [14]. К таким принципам следует отнести следующие несколько:

1. Принцип *сознательности и активности*. Обучение должно быть осознанным, осмысленным, целенаправленным с точки зрения обучаемого, а учителя должны создавать для этого условия: материал должен излагаться в понятной и доступной форме; необходимо объяснить ученикам важность и практическую ценность изучаемого предмета и т.д.

2. Принцип *наглядности.* Пользуясь наглядным материалом, учитель открывает для учеников еще один канал восприятия – зрительный, что значительно повышает эффективность усвоения новой информации и способствует интенсивности обучения.

3. Принцип *систематичности и последовательности* определяет системный характер процесса обучения, что является необходимым условием эффективности любого воздействия; в результате обучения у человека должна сформироваться четкая, ясная и понятная в целом картина мира с присущей ей системой взаимосвязанных закономерностей и понятий.

4. Принцип *прочности*. Цель этого принципа – это прочное и долговременное усвоение полученных знаний; она достигается с помощью развития интереса и положительного отношения ученика к изучаемой дисциплине.

5. Принцип *доступности* подразумевает разработку содержания процесса обучения с учетом возможностей обучаемых.

6. Принцип *научности:* т.е. при тщательном подборе информации, составляющей содержание обучения, отвечающей следующим требованиям: обучающимся должны предлагаться для усвоения только прочно устоявшиеся, научно обоснованные знания,

7. Принцип связи *теории с практикой* основан на центральном понятии философии: практика – основной материал для познания [15].

*Специфическими* принципами применения здоровьесберегающих технологий, которые выражают закономерности педагогики оздоровления являются следующие:

1) принцип *«Не навреди!» –* наиважнейший принцип педагогики оздоровления, который одинаково актуален как для медиков, так и для педагогов («No nocere!»);

2) принцип *повторения:* в результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы, т.е. закрепившаяся система временных нервных связей (условных рефлексов), образовавшаяся в ответ на устойчиво повторяющуюся систему условных раздражителей и позволяющая выполнять определенные действия без значительного напряжения сознания;

3) принцип *постепенности*, заключающийся в последовательном переходе от одной ступени обучения к другой;

4) принцип *индивидуализации*: опираясь на индивидуальные особенности, педагог всесторонне развивает ребёнка, планирует и прогнозирует его развитие;

5) принцип *непрерывности*, отражает некоторые закономерности оздоровления и здоровьесбережения как непрерывного и целостного процесса;

6) принцип *всестороннего и гармоничного* развития личности, способствующий развитию психофизических способностей, двигательных умений и навыков, которое в совокупности направленно на всестороннее, т.е. физическое, интеллектуальное, духовое, нравственное и эстетическое развитие личности школьника;

7) принцип *оздоровительной направленности* решает задачи укрепления здоровья ученика непосредственно в процессе обучения;

8) принцип *комплексного междисциплинарного подхода к обучению школьников*, который предполагает тесное взаимодействие медицинских работников и педагогов;

9) принцип *формирования ответственности у учащихся за собственное здоровье и здоровье окружающих людей* [16].

Также, исходя из основной цели здоровьесберегающих технологий, а именно цели сохранения и укрепления здоровья учащихся, можно выделить следующие, самые основные задачи:

1) обеспечение школьнику возможности сохранения здоровья на период обучения в школе;

2) снижение уровня заболеваемости учащихся;

3) сохранение работоспособности на уроках;

4) формирование у учащихся знаний, умений и навыков по здоровому образу жизни;

5) формирование системы спортивно-оздоровительной работы.

Таким образом, были раскрыты и рассмотрены следующие аспекты: *роль* здоровьесберегающих технологий, их основную *цель*, которая заключается в обеспечении сохранения здоровья школьника в период его обучения в школе и формировании знаний, умений, навыков здорового образа жизни, а также *принципы*, соединяющие в себе общеметодические и специфические принципы, *задачи*, сочетающие в себе следующие: обеспечение возможности сохранения здоровья на период школьного обучения; снижение уровня заболеваемости у учеников; сохранение у них работоспособности и формирование навыков здорового образа жизни, а также формирование некой системы спортивно-оздоровительной работы.

* + 1. Понятие здоровьесберегающих технологий

«Технология» как научный термин берет свое начало от греческого «tehne» (искусство, мастерство умение) и «logos» (наука). Далее понятие «технология» стало достаточно широко использоваться и в других сферах деятельности, то есть приобрело более широкое толкование. По выражению Э. де Боно, технология – это процесс производства чего-либо полезного на основе использования знания [17].

В технике, в промышленности технологии связаны с производственной деятельностью людей и позволяют получить продукцию с заданными параметрами. В медицине – это все разрешенные к применению методы диагностики, лечения, профилактики и реабилитации заболеваний, а также технические средства, медикаменты и т.д., способствующие эффективному оказанию медицинской помощи, имеющие своим основным результатом лечение тех или иных заболеваний.

В настоящее же время понятие «технология» используется не только в промышленности, но также в области науки и *образования.* Изучение и анализ научно-педагогической литературы позволяют сделать небольшой вывод: понятие «педагогическая технология» у многих авторов имеет разное толкование.

Технология – это искусство, мастерство, умение, совокупность методов обработки, изменения состояния. Такое понятие дает в своих трудах В.М. Шепель [18].

По определению Г. Селевко, технология обучения – «это система функционирования всех компонентов педагогического процесса, построенная на научной основе, запрограммированная во времени и в пространстве и приводящая к намеченным результатам» [19].

Б.Т. Лихачев дает следующее понятие: «Педагогическая технология – совокупность психолого-педагогических установок, определяющих специальный набор и компоновку форм, методов, способов, приемов обучения, воспитательных средств; она есть организационно-методический инструментарий педагогического процесса» [20]. При этом под объектом педагогической технологии понимается структура и логика конструирования педагогического процесса, способы его организации по реализации педагогических целей в соответствии с теми или иными принципами и условиями.

Далее раскроем понятие «здоровьесберегающие образовательные технологии». Само определение появилось в сфере педагогики сравнительно недавно и до сих пор это понятие воспринимается многими педагогами как аналог санитарно-гигиенических мероприятий.

Под здоровьесберегающими технологиями, в широком смысле слова, следует понимать все те технологии, использование которых идет на пользу здоровья. Здоровьесберегающие технологии связаны с различными формами деятельности людей (в сфере образования, здравоохранения, в правовой, социально-экономической, культурной сферах), которые направлены на формирование здорового образа жизни человека и минимизацию факторов, приносящих вред его здоровью.

Всё это может свидетельствовать об искаженном понимании термина «здоровьесберегающие технологии», примитивных представлениях о содержании работы, которую должны проводить образовательные учреждения для осуществления важнейшей задачи – сохранения и укрепления здоровья учащихся. Однако, несмотря на это, педагоги, подробно изучавшие направление здоровьесбережения в педагогике, составили собственные определения.

Н.К. Смирнов – профессор, член-корреспондент Международной педагогической академии, заведующий кафедрой психолого-педагогических технологий охраны и укрепления здоровья АПК и ПРО Минобразования России – является родоначальником понятия «здоровьесберегающие образовательные технологии». Он утверждал, что их можно рассматривать как технологическую основу здоровьесберегающей педагогики, как совокупность форм и методов организации обучения детей без ущерба для их здоровья [21].

«Здоровьесберегающая технология – это система мер, включающая взаимосвязь всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития», – такое понятие дает Л.К. Архипова в своей статье [22].

О.В. Петров под здоровьесберегающей образовательной технологией понимает систему, создающую максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья всех субъектов образования (учащихся, педагогов и др.) В данную систему входит:

* + - 1. использование данных мониторинга состояния здоровья учащихся, проводимого медицинскими работниками, и собственных наблюдений в процессе реализации образовательной технологии, её коррекции в соответствии с имеющимися данными;
			2. учёт особенностей возрастного развития школьников и разработка образовательной стратегии, соответствующей уровню памяти, мышления, работоспособности, активности учащихся данной возрастной группы;
			3. создание благоприятного эмоционально-психологического климата в процессе реализации технологии;
			4. использование разнообразных видов здоровьесберегающей деятельности учащихся [23].

Итак, в результате анализа понятий здоровьесберегающих образовательных технологий, составим таблицу (Таблица 2), где будут обозначены все используемые определения.

Таблица 2 – Понятие «здоровьесберегающие образовательные технологии» в трактовке разных авторов

|  |  |
| --- | --- |
| Автор | Понятие «здоровьесберегающие образовательные технологии» |
| Н.К. Смирнов | Совокупность форм и методов организации обучения детей без ущерба для их здоровья |
| О.В. Петров | Система, создающая максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья всех субъектов образования (учащихся, педагогов и др.) |
| Л.К. Архипова | Система мер, включающая взаимосвязь всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития |

Отметим, что в данной работе будет использовано определение Н.К. Смирнова.

Понятие «здоровьесберегающие технологии» применяются в настоящее время не только в сфере педагогики, но и в сфере здравоохранения и в других сферах государственной политики охраны здоровья граждан. В сфере здравоохранения применение здоровьесберегающих технологий направлено на профилактику различных неинфекционных и инфекционных и заболеваний, риск возникновения которых связан с образом жизни людей.

Таким образом, в данном разделе при помощи употребления формулировок разных учёных мы раскрыли следующие понятия: «технология», «педагогическая технология» и «здоровьесберегающие образовательные технологии».

1.2.3 Классификация здоровьесберегающих технологий в процессе обучения

Единой и общепринятой классификации здоровьесберегающих технологий нет. Разные авторы в своих работах, как и электронные источники, раскрывающие данную тему, используют разные аспекты для различия и классификации здоровьесберегающих технологий.

И.П. Борисова предлагает следующую классификацию здоровьесбрегегающих технологий.

*Организация обучения детей на основе двигательной активности.* Технология обучения на основе двигательной активности была разработана В.Ф. Базарным – доктором медицинских наук, профессором и врачом. В основе данной технологии – принцип организации учебного процесса согласно подвижной природе ребёнка. Учебные занятия проводятся в режиме смены динамических поз, где часть урока ученик стоит за конторкой, а другую – стоит за партой. При применении данной технологии используется набор специальной учебной мебели.

*Сохранение природного зрения детей.* Данная технология реализуется в аппаратно-программном комплексе «Зрение» (АПК «Зрение»). В данном АПК используется более чем два десятка тестов и методик, которые предлагаются классической офтальмологией, а база данных позволяет контролировать динамику нарушений зрения.

*Обеспечения безопасности жизнедеятельности в школе* – является главной задачей школьного курса основ безопасности жизнедеятельности (ОБЖ).

*Активизация учебного процесса.* В современной образовании чаще используются новые технологии активизации процесса обучения на основе научно-технических разработок. Например, технология «Активный экран» [24].

В некоторых электронных источниках здоровьесберегающие технологии *по характеру действия* в специальном образовательном учреждении разделяются на:

1. *защитно-профилактические технологии* (к этой группе относятся приемы, методы, направленные на защиту человека от неблагоприятных воздействий; например, соблюдение требований СанПиНов);
2. *компенсаторно-нейтрализующие технологии* (например, физкультминутки, которые позволяют нейтрализовать перегрузки; также сюда включены йодирование, витаминизация и др.);
3. *стимулирующие технологии* (они позволяют активизировать собственные силы организма; сюда входят такие технологии здоровьесбережения, как закаливание, самомассаж от простуды и др.);
4. *информационно-обучающие технологии* (уроки здоровья, которые проводятся для обеспечения детей необходимым уровнем грамотности в области заботы о собственном здоровье и здоровье окружающих).

В другом электронном источнике здоровьесберегающие образовательные технологии подразделены на следующие виды:

1. *Технологии сохранения и стимулирования здоровья, куда входит*:
* *стретчинг* – одна из эффективных здоровьесберегающей технологий, которая представляет собой комплексные упражнения, которые способствуют растяжению мышц, сухожилий и связок всего туловища и всех конечностей, содержат в себе основу лечебной физкультуры [25];
* *динамические паузы*, представляющие собой подвижные, хороводные игры, проверка осанки, пальчиковые игры, физкультурные минутки; сюда входят: массаж лица, кистей рук (пшеном, рисом), пальцев, ритмические упражнения, игры в уголке валеологии (ходьба по ребристым дорожкам, пробкам, пуговицам, «классики» и т.д.) [26];
* подвижные и *спортивные игры* (в основном данный вид игр реализуется на уроках физической культуры в образовательном учреждении);
* *релаксация*, которая осуществляется в образовательных учреждениях в специальной сенсорной комнатой, являющейся организованным особым образом окружающей средой; данная комната представляет собой помещение, включающее множество различного рода стимуляторов, призванных воздействовать на различные человеческие органы; мягкая среда обеспечивает уют, комфорт и безопасность; представляет собой способ снятия напряжения (нервного, физического и психического), а также расслабления, что позволяет ликвидировать фактор раздражения [27];
* *гимнастика* (пальчиковая, для глаз, дыхательная; сюда же можно отнести технологию В.Ф. Базарного – «экологический букварь»);
* *оздоровительная гимнастика*, то есть комплекс физических упражнений для укрепления здоровья и правильного физического развития, и формирования правильной осанки [28]; в неё входит динамическая, корригирующая, ортопедическая гимнастики.
1. *Технологии обучения здоровому образу жизни*:
* *физкультурные занятия* (т.е. уроки физической культуры);
* *проблемно-игровые технологии*: *игротренинги* (игровые упражнения, которые тренируют способность концентрировать слуховое внимание и слуховую память, зрительное внимание и зрительную память, осязание и осязательную память, воображение и творческую фантазию) [29], *игротерапия* (способ коррекции эмоциональных и поведенческих нарушений, развития навыков коммуникации у детей, в основу которого положена игра, которая является ведущим видом деятельности в дошкольном и младшем школьном возрасте) [30];
* серия занятий *«уроки здоровья*» – это уроки, которые содержат познавательный материал, соответствующий возрастным особенностям детей в сочетании с практическими заданиями, необходимыми для формирования умений и навыков здорового образа жизни [31];
* точечный *самомассаж,* *акупрессура* (лечение и профилактика заболеваний через давление на определённые точки тела);
* *валеопаузы* представляют собой короткие (на 3–5 минут) эвристические беседы или информационные «минутки», направленные на формирование полезных для здоровья привычек, развития самооценки (например, во время эпидемии гриппа проводятся беседы: «Азбука витаминов», «Как правильно одеваться» и др.); также во время проведения валеопауз рекомендуется использовать пословицы, поговорки, загадки, которые посвящены теме здорового образа жизни, наример, пословица: «Кто спортом занимается, тот силы набирается».
1. *Коррекционные технологии*:
* *технологии музыкального воздействия* (данная технология может осуществляться как через пение, так и через прослушивание музыкальных композиций во время процесса обучения);
* *арт-терапия* (метод психотерапии, использующий для лечения и психокоррекции художественные приёмы и творчество, такие как рисование, лепка, музыка, фотография, кинофильмы, книги, актёрское мастерство, создание историй и многое другое) [32].
* *сказкотерапия* (психотерапевтическое направление, использующее сказки для решения тех или иных психологических проблем клиента;
* *технологии воздействия цветом,* в частности*, цветотерапия* (разновидность арт-терапии); данная технология – это немедикаментозный метод лечения, основанный на том, что каждая из биологически активных зон организма реагирует на один из цветов: воздействие цветом происходит на орган зрения, а через него и через зрительный анализатор – на нервную систему; воздействие определенного цвета снимает энергетическую блокаду, являющуюся причиной функционального расстройства [33];
* *психогимнастика* – один из невербальных методов групповой психотерапии, в основе которого лежит использование двигательной экспрессии в качестве главного средства коммуникации в группе; данная технология предполагает выражение переживаний, эмоциональных состояний, проблем с помощью движений, мимики, пантомимы [34];
* *фонетическая ритмика* представляет собой систему специальных упражнений, сочетающую речь и движение, где проговаривание речевого материала (звуков, слогов, текстов) сопровождается движениями (рук, ног, головы, корпуса); занятия фонетической ритмикой помогут сформировать фонетически правильную речь [35].

Наиболее проработанной и используемой в образовательных учреждениях является классификация Н.К. Смирнова, которая выглядит следующим образом.

1. *Медико-гигиенические технологии.*

К медико-гигиеническим технологиям относятся контроль и помощь в обеспечении надлежащих гигиенических условий в соответствии с регламентациями СанПиНов.

Школьный медицинский кабинет организует проведение прививок учащимся, оказание консультативной и неотложной помощи обратившимся в медицинский кабинет, проводит мероприятия по санитарно-гигиеническому просвещению учащихся и педагогического коллектива, следит за динамикой здоровья учащихся, организует профилактические мероприятия в преддверии эпидемий (гриппа) и решает ряд других задач, относящихся к компетенции медицинской службы. Также в данную группу технологий входит создание в образовательном учреждении и проведение занятий лечебной физической культуры, организация фитобаров и т.п.

1. *Физкультурно-оздоровительные технологии.*

Направлены на физическое развитие занимающихся. В данную группу здоровьесберегающих технологий входят закаливание, тренировку силы, выносливости, быстроты, гибкости и других качеств, отличающих здорового, тренированного человека от физически немощного. Реализуются на уроках физической культуры и в работе спортивных секций.

1. *Экологические здоровьесберегающие технологии.*

Направленность данных технологий – это создание определенных, экологически оптимальных условий жизни и деятельности людей, гармоничных взаимоотношений с природой. В школе они представлены через обустройство пришкольной территории, а также зелеными растениями в классах, рекреациями, и живом уголком, за счёт организации участия школьных классов в природоохранных мероприятиях, таких как Субботник, конференциях по природоохране и охране здоровья жителей района и др.

1. *Технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности.*

Их реализуют специалисты по охране труда, защите в чрезвычайных ситуациях, архитекторы, строители, представители коммунальной, инженерно-технических служб, гражданской обороны, пожарной инспекции и многие другие. Грамотность учащихся по этим вопросам обеспечивается изучением курса ОБЖ, а за обеспечение безопасности условий пребывания в школе отвечает ее директор.

1. *3доровьесберегающие образовательные технологии* подразделяются на 3 подгруппы:
* *организационно-педагогические* технологии, определяющие структуру учебного процесса, частично регламентированную в СанПиНах, способствующих предотвращению состояния переутомления, гиподинамии и других дезаптационных состояний;
* *психолого-педагогические* технологии, связанные с непосредственной работой учителя на уроке, воздействием, которое он оказывает все 45 минут на своих учеников. Сюда же относится и психолого-педагогическое сопровождение всех элементов образовательного процесса;
* *учебно-воспитательные* технологии, которые включают программы по обучению грамотной заботе о своем здоровье и формированию культуры здоровья учащихся [36].

Также отдельное место занимают ещё две группы технологий, традиционно реализуемые вне школы, но в последнее время все чаще включаемые во внеурочную работу школы:

* *социально адаптирующие и личностно-развивающие технологии* включают технологии, обеспечивающие формирование и укрепление психологического здоровья учащихся, повышение ресурсов психологической адаптации личности; в данные технологии включены разнообразные социально-психологические тренинги, программы социальной и семейной педагогики, к участию в которых целесообразно привлекать школьников и их родителей, а также педагогов;
* *лечебно-оздоровительные технологии* составляют самостоятельные медико-педагогические области знаний: лечебную педагогику и лечебную физкультуру, воздействие которых обеспечивает восстановление физического здоровья школьников.

Таким образом, в данной части работы были рассмотрены классификации здоровьесберегающих технологий, в основу которых были положена различные аспекты применения данных здоровьесберегающих технологий в образовательных учреждениях.

* 1. Возрастные особенности и возможности младших школьников

Возрастные особенности в психологии определяются как специфические свойства личности человека, его психики, закономерно изменяющиеся в процессе смены стадий развития возраста. Возрастные особенности представлены как комплекс многообразных свойств, который включает познавательные, эмоциональные и другие характеристики личности [37].

Если говорить о понятие «возрастные возможности», то необходимо дать определение, что такое «возможность». Итак, в философском энциклопедическом словаре определяется как «направление развития, которое присутствует в каждом жизненном явлении», а в толковом словаре С.И. Ожегова, возможность определена во втором значении как «средство, условие, обстоятельство, необходимое для осуществления чего-нибудь» [38]. Из второго определения можно раскрыть и более узкое понятие – возрастные возможности и определить его как «средства, условия, обстоятельство характерные для каждого отдельно взятого возрастного периода и необходимые для осуществления человеком всевозможных задач этого периода жизни».

В педагогике возрастными особенностями называются характерные для определенного периода жизни физиологические и психические качества организма человека. Сущность возрастных особенностей наглядно раскрывается на примере физического развития человека. Поскольку духовное и биологическое развитие человека взаимосвязаны между собой, то с возрастом соответствующие изменения происходят и в психической сфере: осуществляется социальное созревание, проявляется динамика духовного развития личности. Это служит основой для выделения последовательных этапов развития человека и составления возрастной периодизации.

Для педагогики школы теоретическое и практическое значение имеет периодизация жизни и развития человека школьного возраста. Заслуживает внимания периодизация школьного возраста, предложенная академиком Б.Т. Лихачёвым:

1. от рождения до одного года – раннее младенчество;
2. от 1 до 3 лет – собственного младенчество;
3. от 3 до 6 лет – раннее детство;
4. от 6 до 8 лет – собственно детство;
5. от 8 до 11 лет – предподростковый период;
6. от 11 до 14 лет – отрочество или подростковый возраст;
7. от 14 до 18 лет – юношеский возраст [39].

Так, в данной работе будут рассмотрены особенности развития детей младшего школьного возраста, то есть будут раскрыты *особенности психического и физического развития* детей в возрасте от 6–7 до 11–12 лет.

Само психическое развитие является понятием, которое, по мнению Л.С. Выготского, определяется как количественные накопления, которые приводят к возникновению новых качественных показателей, к появлению психических новообразований, тех форм и качеств психики, которых не было на предыдущем этапе. Если говорить о младшем школьном возрасте, то психическое развитие в данном возрасте отражается в таких показателях как *мышление, восприятие, уровень развития памяти, речи и воображения,* а также в *мотивации, воли и эмоций младшего школьника.*

Мышление – это психический познавательный процесс человека [40]. В период младшего школьного возраста мышление выходит на первый план и становится ведущим, доминирующем понятием в развитии психики младшего школьника – основано на том, что ведущей деятельность в данный период взросления становится учебная деятельность.

Итак, мышление в младшем школьном возрасте характеризуется как *словесно-логическое* или *вербальное мышление*. Словесно-логическое мышление функционирует на базе языковых средств и представляет собой наиболее поздний этап развития мышления. Такой тип мышления действует на базе языковых средств. Благодаря вербальному мышлению – мышлению в основе которого использование слов в их различных значениях – ребенок уже может устанавливать наиболее общие закономерности, обобщать различный наглядный материал.

В процессе решения учебных задач формируются следующие операции словесно-логического мышления: анализ, синтез, сравнение, обобщение, классификация.

К возрастным возможностям можно отнести возможность развития абстрактного мышления, самооценки и рефлексии, а также позитивного мышления. Возможное развитие у младшего школьника абстрактного мышления возможно благодаря тому, что ребенок в этом возрасте начинает знакомство не только с материально стороной мира, но и начинает осваивать его внутренние структуры. Это возможно благодаря не только использованию педагогом различных педагогических технологий, но и в частности, благодаря использованию некоторых технологий обучения здоровому образу жизни, а именно проблемно-игровых технологий – игротренингов по различным темам, например, игротренинг о правилах личной гигиены с утра или проведение валеопауз с использованием пословиц, поговорок и загадок, посвящённых теме ЗОЖ.

Также возможно развитие позитивного мышления. Позитивное мышления некоторые учение определяют, как способность видеть положительные стороны в сложных и даже негативных ситуациях. В силу возрастных особенностей младший школьный возраст наиболее благоприятен для этого. Ученики 1–4 классов обладают только формирующимися началами самосознания и поэтому податливы, пластичны, эмоциональны, доверчивы.

В проанализированных нами источниках, большинство технологий и техник, способствующих развитию позитивного мышления, опираются на использование игры, как основы. Однако, это возможно и благодаря использованию одной из многих здоровьесберегающих технологий – арт-терапии (просмотр и создание кинофильмов с добрым, позитивным завершением, рисования и многое другое), а также технология воздействия цветом или цветотерапия.

Также в возрасте от 7 до 11–12 лет у детей возможно развитие самооценки и рефлексии.

А.И. Липкина считает особенностью этого возрастного периода то, что у младших школьников обнаруживаются все виды самооценки (адекватная устойчивая, завышенная устойчивая, неустойчивая в сторону неадекватного завышения или занижения), которые имеют свою специфику [41]. Стоит сказать, именно в период младшего школьного возраста самооценка получает свое развитие за счет учебной деятельности, новой позиции – позиции ученика, нового психического образования – рефлексии – способности человеческого мышления к критическому самоанализу. Формирование именно адекватной самооценки младшими школьниками, как наиболее полезной для развития личности, возможно благодаря использованию педагогом определенных образовательных технологий. Например, психогимнастика, в основе которой лежит использование двигательной экспрессии как главного средства коммуникации в группе, может поспособствовать правильному формированию самооценки младшего школьника.

Мышление и его развитие неизменно связано с развитием восприятия у человека. Особенно этот проявляется в развитии психики младшего школьника.

Если говорить об основных характеристиках восприятия младшего школьника, то необходимо отметить, что восприятие непроизвольно, то есть нет способности владеть и управлять своим поведением; слабая дифференцированность (путают предметы, их свойства), ориентируясь лишь на сенсорные эталоны формы, цвета, времени. Однако у младших школьников существует возможность развития произвольного восприятия. Для того, чтобы это произошло многие педагоги используют технологию «Активный экран», которая позволит привлечь ещё больше внимания к изучаемым в начальной школе предметам, что возможно поспособствует росту интереса учащихся и последующим последовательным возникновением у них произвольного внимания.

Память – другая характеристика психического развития младших школьников, и она определяется как «способность сохранять и воспроизводить в сознании прежние впечатления, опыт, а также самый запас хранящихся в сознании впечатлений, опыта». Память младших школьников характеризуется большей произвольности, сознательно регулируемой и опосредствованной. Но есть риск, что ученик будет запоминать некоторую часть материала механически, из-за недостаточности знаний о других видах запоминания и применение таких средств здоовьясбережения, как валеопаузы и смена динамических поз (технология В.Ф. Базарного) возможно снизит этот риск.

Также в младшем школьном возрасте идёт активное развитие речи. Речь в кратком энциклопедическом словаре определяется как «одна из высших психических функций человека, опосредованная языком и имеющая коммуникативную направленность» [42]. В младшем школьном возрасте увеличивается словарный запас, совершенствуется грамматический строй речи, усваивается морфологическая система языка. Развитие всех сторон речи находится в прямой зависимости от условий жизни и воспитания ребенка. Соответственно, применение, например, такого средства здоровьясбережения, как фонетическая ритмика, возможно, поспособствует развитию речевого дыхания, силы голоса, темпа речи.

Мотивация и воля ребёнка младшего школьного возраста тоже имеет свои особенности: в волевых поступках большую роль играют чувства, которые нередко становятся мотивами поведения. Развитие воли и чувств на этом этапе проходит в постоянном взаимодействии. Условием проявления учащимися организованности, упорства и других волевых качеств является такая организация деятельности, при которой ребенок видит свое продвижение к цели и осознает его как следствие собственных действий и усилий. В связи с этим огромное значение приобретают методически продуманные указания учителя, как во время классной работы, так и при задании «на дом». Соответственно, для целостного волевого развития и установления достаточного уровня мотивации возможно применение таких средств здоровьесберегающих технологий, как игротренниг и релаксация [43].

Эмоции как часть психического развития тоже играют важную роль в развитии всего организма ребёнка. У здорового ребенка 7–10 лет преобладают положительные эмоции и реакция, но такие сильные переживаний у младшего школьника взаимосвязано с большой неустойчивостью чувств. Потерпев какую-либо неудачу или почувствовав обиду, младший школьник может очень расстроиться, но его печаль так же быстро и легко проходит, как и возникла, обычно не оставляя особого следа в памяти ребенка. В такой ситуации развития возможно применение таких средств здоровьесбережения, которые бы научили школьников социально приемлемым способам выплеска эмоций: стретчинг и/или психогимнастика (направленны на снятие эмоционального напряжения и уменьшение риска возникновения эмоционального истощения).

Воображение, ещё один аспект развития психики младшего школьника. Для развития позитивного воображения у ребёнка педагогу стоит использовать такие здоровьсберегающие образовательные технологии как сказка-терапия, музыкальное воздействие или арт-терапию.

Если раскрывать понятие *физического развития*, то физическое развитие – это процесс изменения форм и функций организма человека вследствие естественного роста, составная часть физического воспитания. В понятие физического развития наряду с такими признаками, как рост, вес, окружность груди, входят также показатели развития основных двигательных качеств (быстрота, сила, выносливость) и способностей к овладению двигательными навыками.

Младший школьный возраст является узловым этапом в развитии ребенка, в том числе в развитии двигательного анализатора, координации движений, всей двигательной функции. В этом возрасте мышца полностью созревает как орган чувств (ее окончательное развитие как рабочего органа завершается много позже). Разнообразная двигательная активность становится для детей физиологической потребностью и определяет общее физическое развитие, интеллект, здоровье, а для этого необходимо использование такой методики как смена динамических поз или отдых в кабинете релаксации.

Начиная с 7 лет, пропорции тела у детей приближаются к пропорциям тела взрослого человека. Мышечная система младших школьников продолжает интенсивно совершенствоваться за счет развития преимущественно длинных мышц, от которых зависит быстрота и гибкость движений, и в меньшей мере за счет развития силовых мышц.

У младших школьников продолжается окостенение скелета, которое происходит неравномерно. Скелет детей содержит значительное количество хрящевой ткани, суставы очень подвижны, связочный аппарат легко растягивается. Ростовые процессы у детей с наибольшей интенсивностью протекают в летнее время и минимальны зимой [44].

Стоит отметить, что для комплексного развития организма младшего школьника в физическом плане, педагогу стоит использовать разнообразные воспитательный средства и средства обучения, а также применять множество средств по здоровьесбережению (организация фитобаров, физкультурные занятия, дни здоровья, комплекс упражнений для уменьшения напряжения на глаза, на позвоночник (стретчинг) и т.д.)

Таким образом, в данной главе были раскрыты основные возрастные особенности и возможности психического и физического развития детей младшего школьного возраста, а также были указаны некоторые средства здоровьесберегающих технологий, которые будут актуальны для применения педагогом при работе с детьми такого возраста.

1. Структуризация средств здоровьесберегающих образовательных технологий

На основе проведённого анализа психолого-педагогической литературы были выявлены, структурированы и представлены на рисунке 1 средства здоровьесберегающих образовательных технологий в начальной школе по трём направлениям:

1. организационно-педагогическое;
2. психолого-педагогическое;
3. учебно-воспитательное.

|  |
| --- |
| Средства здоровьесберегающих образовательных технологий |
|  |
| организационно-педагогические | психолого-педагогические | учебно-воспитательные |
| – ***технология В.Ф. Базарного*** (*смена динамических поз, гендерное обучение*);–***технология «стретчинг» –разновидность лечебной физкультуры* (**комплексные упражнения на растяжение мышц всего туловища и конечностей);–***технология динамических пауз* (**подвижные, хороводные игры, пальчиковые игры, физ. минутки; массаж лица, кистей рук, пальцев, ритмические упражнения; *игры в уголке валеологии:* ходьба по ребристым дорожкам, пробкам, пуговицам, «классики»);– ***медико-гигиенические технологии*** *(*обеспечение гигиенических условий в соответствии с требованиями СанПиНов; школьный медицинский, стоматологический, физиотерапевтический кабинеты; лечебная физкультура, *организация фитобаров* ;– ***физкультурно-оздорови-тельные технологии*** (закаливание, тренировка силы, выносливости, быстроты, гибкости). | – ***технологии обучения здоровому образу жизни*** (– *релаксация в специальной* сенсорной комнате; – *игротренинги*; – «*уроки здоровья*» в виде театрализованных представлений; – *точечный самомассаж, акупрессура*);– ***коррекционные технологии***(– *музыкальное воздействие* (пение, прослушивание музыкальных композиций);– *арт-терапия (*рисование, лепка, музыка, фотография, кинофильмы, книги, актёрское мастерство, создание историй);– *сказкотерапия;*– *цветотерапия*;– *психогимнастика (*выражение переживаний, эмоциональных состояний, проблем с помощью движений, мимики, пантомимы)– *фонетическая ритмика*). | – ***технологии обучения здоровому образу жизни*** (*валеопаузы*: короткие (на 3–5 минут) эвристические беседы или информационные «минутки», направленные на формирование полезных для здоровья привычек);– ***экологические здоровье-сберегающие технологии (***создание природосообразных, экологически оптимальных условий жизни: обустройство пришкольной территории, зеленые растения в классах, рекреациях, живой уголок, участие школьников в природоохранных мероприятиях;– ***технология обеспечения безопасности жизнедеятельности*** (изучение курса ОБЖ)***.*** |

Таким образом, структуризация совокупности средства здоровьесберегающих технологий выполнен по следующим параметрам: организационно-педагогические; психолого-педагогическое; учебно-воспитательное. *По первому параметру* включены: технологии В.Ф. Базарного, технология «стретчинг», технология динамических пауз, медико-гигиенические технологии и физкультурно-оздоровительные технологии; *по второму параметру*: технологии обучения здоровому образу жизни, технологии обучения здоровому образу жизни; *по третьему параметру*: технологии обучения здоровому образу жизни, экологические здоровье-сберегающие технологии, технология обеспечения безопасности жизнедеятельности (изучение курса ОБЖ)*.*

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Итак, в данной теоретической работе были рассмотрены понятия «средств» в педагогической науке, их которых в дальнейшем сформулировали наиболее полное понятие средств обучения: «Средство обучения – это сочетание материального и идеального объектов, представляющих собой совокупность материальных, технических, информационных и организационных ресурсов, которые находятся между учителем и учеником и обеспечивают многообразие методов обучения», указав, что это все те материалы, с помощью которых преподаватель осуществляет педагогический процесс.

Также раскрыта роль и значение здоровьесберегающих образовательных технологий, заключающиеся, во-первых, в том, что здоровьесберегающие образовательные технологии способствуют формированию знаний, умений и навыков учащихся по организации здорового образа жизни; во-вторых, способствуют тому, что школьник начинает применять знаний о способах сохранения и укрепления физического и эмоционального здоровья в повседневной жизни; в-третьих, направлены на формирование у учащихся ответственности и за собственное здоровье и здоровье окружающих; в-четвёртых, в целом способствует сохранению работоспособности школьников на уроках и, в-пятых, всецело способствует снижению уровня заболеваемости младших школьников в период обучения.

Кроме того, мы раскрыли понятие «здоровьесберегающие образовательные технологии» и определено понятием Н.К. Смирнова как «совокупность форм и методов организации обучения детей без ущерба для их здоровья».

Также в тексте раскрыты возрастные особенности и возможности как психического, так и физического развития младшего школьника.

Были приведены и несколько классификаций здоровьесберегающих образовательных технологий, из которых в основу нашей дальнейшей классификации средств здоровьесберегающих образовательных технологий легла классификация М.М. Яловенко, в основе которой разделение здоровьесберегающих образовательных технологий по трём критериям:

1. организационно-педагогическое;
2. психолого-педагогическое;
3. учебно-воспитательное.

В завершающей части работы, мы структурировали средства здоровьесберегающих образовательных технологий по указанным выше критериям.

Таким образом, цель нашего исследования, заключающаяся в теоретическом обосновании роли здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательном процессе начальной школы и структурировании совокупности средств здоровьесберегающих технологий, достигнута, все поставленные в задачи выполнены.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Шабунова А.А., Калачикова О.Н., Калашников К.Н. и др. Здоровье и здравоохранение: учеб. пособие / А.А. Шабунова, О.Н. Калачикова, К.Н. Калашников и др. – Вологда: Изд-во ИСЭРТ РАН, 2014. – 230 с.
2. Выготский Л.С. Собрание сочинений: В 6 т. Т. 1–3: Вопросы теории и истории психологии. / Л.С. Выгодский; Под ред. А.Р. Лурия, М.Г. Ярошевского. – М.: Педагогика, 1982. – 488с., ил. (Акад. пед. наук СССР)
3. Миньяр-Белоручев Р.К. Методика обучения переводу на слух / Р.К. Миньяр-Белоручев. – М.: изд-во ИМО, 1959. – 190 с.
4. Галеулина Н.В. Аудиовизуальные средства обучения. – URL: <https://studopedia.org> (дата обращения: 12.12.2019).
5. Крившенко Л.П., Вайндорф-Сысоева М.Е. и др. Педагогика. / Л.П. Крившенко, М.Е. Вайндорф-Сысоева и др.; под ред. Л.П. Крившенко. – М.: ТК Велби, изд-во Проспект, 2004. – 432 с.
6. Смирнов С.А., Котова И.Б., Шиянов Е.Н. Педагогика: педагогические теории, системы, технологии: учеб. для студ. высш. и сред. пед. учеб. заведений. / С.А. Смирнов, И.Б. Котова, Е.Н. Шиянов и др.; под ред. С.А.Смирнова. – 4-е изд., испр. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 512 с.
7. Энциклопедия экономиста. – URL: <http://www.grandars.ru/college/psihologiya/sredstva-obucheniya.html> (дата обращения: 25.12.2018).
8. Педагогика. Учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений, 2-евид / И.В. Зайченко. – М., «Образование Украины», «КНТ», 2008. – 528 с.
9. Иванова В.А., Левина Т.В. Педагогика: электронный учебно-методический комплекс. – URL: <http://www.kgau.ru/distance/mf_01/ped-asp/00a_autor.html> (дата обращения: 26.12.2018).
10. Соловьева Н.И. Здоровьесберегающая система образования в обеспечении формирования культуры здорового образа жизни учащихся: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01 / Соловьева Наталья Ивановна; Ставр. гос. ун-т. – Ставрополь, 2005. – 195 с.
11. Синицын Ю.Н., Дегтерев Е.А. Здоровьесберегающие образовательные технологии. Уроки здоровья: учеб.-метод. Пособие / Ю.Н. Синицын, Е.А. Дегтерев. – Краснодар: Кубанский гос. ун-т, 2004. – 63 с.
12. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе 1–4 классы. / В.И. Коваленко. – М.: «Вако», 2004. – 296 с.
13. Орлова О.И. ФГОС и здоровьесберегающие технологии / О.И. Орлова // Педагогическое сообщество УРОК.РФ. – URL: <https://урок.рф> (дата обращения: 30.12.2018).
14. Подласый И.П. Педагогика: 100 вопросов – 100 ответов: учеб. пособие для вузов. / И. П. Подласый. – М.: ВЛАДОС-пресс, 2004. – 365 с.
15. Назарьева В. Педагогика. Ответы на экзаменационные вопросы: учебное пособие для вузов. / В. Назарьева. – М.: Экзамен, 2008. – 224 с.
16. Харькина Л.М. Доклад на тему: Здоровьесберегающие технологии на уроках физической культуры для СПО / Л.М. Харькина. – Гос. автономн. проф. обр. учр-ние моск. обл. Профессиональный колледж «Московия». – М., 2017. – 22 с.
17. Сайт Калининградского бизнес-колледжа – Калининград, 1999. –URL: <http://student39.ru> (дата обращения: 02.01.2019).
18. Шепель В.М. Управленческая антропология. Человековедческая компетентность менеджера. / В.М. Шепель. – М.: Дом педагогики, 2000. – 260 с.
19. Селевко Г.К. Энциклопедия образовательных технологий. В 2-х т. Т.1. – М.: Народное образование, 2005. – 556 с.
20. Лихачев Б.Т. Педагогика: курс лекций / Б.Т. Лихачев; под ред. В.А. Сластенина. – М.: Гуманитар, изд. центр ВЛАДОС, 2010. – 647 с.
21. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие технологии в образовательных учреждениях / Н.К. Смирнов. – М., 2003. – 312 с.
22. Архипова Л.К. Виды здоровьесберегающих технологий и возможности их применения в ДОУ / Л.К. Архипова // Официальный сайт ГБДОУ дет. сада № 40 комбинированного вида Кир. р-на СПб. – URL: [www.kirov.spb.ru](http://www.kirov.spb.ru) (дата обращение: 03.01.2019).
23. Петров В.О. Здоровьесберегающие технологии в работе учителя физической культуры: дис. … канд. пед. наук: 13.00.01 / В.О. Петров; Ростов-на-Дон. гос. ун-т. – Ростов-на-Дону, 2005. – 220 с.
24. Борисова И.П. Обеспечение здоровьесберегающих технологий в школе // Справочник руководителя учреждения. – 2005. – № 10. – С.84–92.
25. Зуев Е.И. Волшебная сила растяжки. 2-е издание. / Е.И. Зуев. – М.: «Советский спорт», 1990. – 63 с.
26. Фомина Е.И. Применение динамических пауз в течение дня / Е.И. Фомина – 2009. – 27 июня. – М.: Фестиваль педагогических идей «Открытый урок». – URL: <http://xn--i1abbnckbmcl9fb.xn--p1ai> (дата обращения: 12.01.2019).
27. Ильичева Л. Вид здоровьесберегающих технологий – релаксация / Л. Ильичева // Всероссийское зарегистрированное СМИ «Международный образовательный портал МААМ». – 2016. – Волгоград: Международный образовательный портал МААМ. – URL: <https://www.maam.ru> (дата обращения: 25.01.2019).
28. Кальмухамедова М.Х. Оздоровительная гимнастика // Научное сообщество студентов: Междисциплинарные исследования: сб. ст. по мат. XI междунар. студ. науч.-практ. конф. № 8(11).
29. Гиппиус С.В. Гимнастика чувств. Гимнастика чувств. Тренинг актерского мастерства. / С.В. Гиппиус. – М.: Азбука, 2010. – 378 с.
30. Сницарь Е.Н., Попова М.С. Игротерапия как метод коррекции речи у детей с задержкой психического развития (ЗПР) // Теория и практика образования в современном мире: материалы VI Междунар. науч. конф. (г. Санкт-Петербург, декабрь 2014). – СПб.: Заневская площадь, 2014. – С. 150–152 – URL: <https://moluch.ru/conf/ped/archive/145/5847> (дата обращения: 28.01.2019).
31. Чупина Н.И. «Уроки здоровья» как средство формирования здорового образа жизни учащихся / Н.И. Чупина – 2008. – 6 марта. – М.: Фестиваль педагогических идей «Открытый урок». – URL: <http://xn--i1abbnckbmcl9fb.xn--p1ai> (дата обращения: 02.02.2019).
32. Копытин А.И. Системная арт-терапия / А.И. Копытин. – СПб.: Питер, 2001. – 216 с.
33. Цветотерапия – эффективное средство сохранения здоровья – Петрозаводск: Международный центр новых медицинских технологий, 2010. – URL: <https://drego.ru> (дата обращения: 10.02.2019).
34. Карвасарский Б.Д. Психотерапия: учеб. для вузов, изд. 2-е, перераб. / Б.Д. Карвасарский. – СПб.: Питер, 2002. – 672 с.
35. Абашкина Р.А. Фонетическая ритмика как средство коррекции произносительных навыков детей с нарушениями слуха во внеурочное время // Молодой ученый. – 2018. – №25. – С. 281–283.
36. Бим-Бад Б.М. Педагогический энциклопедический словарь / гл. ред. Б.М. Бим-Бад. – М.: Большая рос. энцикл., 2002. – 528 с.
37. Ильичёв Л.Ф., Федосеев П.Н. и др. Философский энциклопедический словарь / Л.Ф. Ильичёв, П.Н. Федосеев и др. – М.: Советская энциклопедия, 1983. – 840 с.
38. Ожегов С.И. Толковый словарь русского языка / С.И. Ожегов, Н.Ю. Шведова. − 4-е изд., доп. – М.: Азбуковник, 2000. – 940 с.
39. Эльконин Д.Б. К проблеме периодизации психического развития в детском возрасте. / Д.Б. Эльконин // Вопросы психологии. – 1971. – № 4.
40. Резепов Ш.И., Гаврилова А.С. Шпаргалки. Общая психология / Ш.И. Резепов, А.С. Гаврилова. – М.: Феникс, 2015. – 128 с.
41. Липкина А.И. Самооценка школьника / А.И. Липкина. – М., 1999. – 382 с.
42. Вайнер Э.Н., Кастюнин С.А. Краткий энциклопедический словарь: Адаптивная физическая культура / Э.Н. Вайнер, С.А. Кастюнин. – М.: Флинта: Наука, 2003. – 144 с.
43. Завьялова Н.Ю. Особенности воли младших школьников // Образование и воспитание. – 2017. – №1.1. – С. 19–21.
44. Гончарова Ю.А. Возрастная анатомия, физиология и гигиена: учеб. пособ. для вузов / Ю.А. Гончарова; ред. Л.М. Носилова. – Воронеж: Изд-ко-полиграф. центр Воронежск. гос. ун-та, 2008. – 92 с.