

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Курской области

**Управление по делам образования и здравоохранения Администрации Курского района
Курской области**

МБОУ «Полевской лицей»

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

«Здоровьесберегающие технологии в практике МБОУ «Полевской лицей»».

учитель физической культуры

Райник Маргарита Болеславна

2024 г.

Содержание

Содержание	1
Введение	2
Теоретические основы здоровьесберегающих технологий	4
Практика применения здоровьесберегающих технологий в МБОУ «Полевской лицей»	6
Влияние здоровьесберегательных технологий на здоровье детей	8
Роль взаимодействия с родителями	10
Проблемы внедрения здоровьесберегающих технологий	13
Методические рекомендации для педагогов	15
Будущее здоровьесберегательных практик	17
Заключение	19
Список литературы	21

Помните!!!! О сохранении вашего здоровья кроме вас самих никто не позаботится -ни утренняя зарядка, ни часовая физкультура,

ни бег трусцой. Культура труда, отдыха, сна, питания и жизни в целом –

это все есть основа нашего здоровья!!!!!!

Введение.

Современное общество сталкивается с множеством вызовов, связанных с ухудшением здоровья подрастающего поколения. В условиях стремительного развития технологий, изменения образа жизни и питания, а также увеличения нагрузки на детей, вопрос сохранения и укрепления здоровья становится особенно актуальным. В этой связи здоровьесберегающие технологии в практике МБОУ «Полевской лицей» представляют собой важный инструмент, способствующий формированию у обучающихся основ здорового образа жизни и обеспечению их гармоничного развития. Школьный возраст является критически важным периодом, когда закладываются основы физического, психического и социального здоровья, и именно в этот период необходимо внедрять эффективные методы и подходы, направленные на сохранение здоровья.

Здоровьесберегающие технологии охватывают широкий спектр мероприятий и практик, которые могут быть интегрированы в образовательный процесс. К ним относятся физическая культура, закаливание, правильное питание, а также игровые методы, которые способствуют не только физическому развитию, но и формированию положительных эмоциональных состояний у детей. Важно отметить, что успешное внедрение этих технологий требует активного взаимодействия с родителями, что позволяет создать единое пространство для формирования устойчивых здоровых привычек у детей. Взаимодействие с родителями не только усиливает эффект от применения здоровьесберегающих технологий, но и способствует созданию поддерживающей среды, в которой ребенок может развиваться и расти.

В данной работе будут рассмотрены теоретические основы здоровьесберегающих технологий, что позволит глубже понять их сущность и значимость. Мы проанализируем практику применения этих технологий на примере работы МБОУ «Полевской лицей», где внедрение здоровьесберегающих практик уже дало положительные результаты. Важным аспектом исследования станет определение влияния здоровьесберегающих технологий на здоровье детей, что позволит оценить их эффективность и необходимость дальнейшего использования в образовательном процессе.

Кроме того, работа акцентирует внимание на проблемах, с которыми сталкиваются педагоги при внедрении здоровьесберегающих технологий. Это может включать недостаток ресурсов, нехватку знаний и навыков у учителей, а также сопротивление со стороны родителей. В связи с этим мы разработаем методические рекомендации для педагогов, которые помогут им более эффективно применять здоровьесберегающие технологии в своей практике.

Также в работе будет рассмотрено будущее здоровьесберегающих практик в школах. Мы проанализируем тенденции и перспективы развития этих технологий, а также их возможное влияние на систему образования в целом. Важно понимать, что

здоровьесберегающие технологии не являются статичными, они должны адаптироваться к изменяющимся условиям и потребностям общества.

Таким образом, данная работа направлена на исследование здоровьесберегающих технологий в практике образования, их влияние на здоровье детей и важности взаимодействия с родителями. Мы надеемся, что результаты нашего исследования будут полезны как для педагогов, так и для родителей, а также для всех, кто заинтересован в вопросах сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения.

Теоретические основы здоровьесберегающих технологий.

Здоровьесберегающие технологии в общеобразовательных учреждениях представляют собой систему мер и подходов, направленных на обеспечение благополучия и здоровья детей в условиях учебного процесса. Основные группы технологий охватывают медико-профилактические методы, физкультурно-оздоровительные практики и образовательные стратегии. Все эти аспекты работают в единой системе, обеспечивая комплексный подход к здоровью детей.

Медико-профилактические технологии включают в себя мероприятия, которые предотвращают развитие различных заболеваний. Они основываются на исследованиях педиатрии и медицины, что позволяет общеобразовательным учреждениям формировать необходимые условия для поддержания здоровья обучающихся. К таким методам относятся регулярные медицинские осмотры, вакцинация, а также организация правильного питания и санитарно-гигиенических условий, что существенно снижает риск заболеваний среди детей.

Физкультурно-оздоровительные технологии акцентируют внимание на физической активности и её значимости для формирования здоровья. В практике школьного образования это означает внедрение программ физического воспитания, которые включают подвижные игры, спортивные занятия на свежем воздухе. Эти методы способствуют как укреплению физического состояния детей, так и формированию у них интереса к занятиям спортом и активному образу жизни.

Образовательные технологии занимают важное место в формировании у детей осознанного отношения к собственному здоровью. Включение в образовательный процесс тем, связанных с правилами здорового образа жизни, способствует социализации и формированию у детей правильных положительных привычек. Важно создавать такие образовательные условия, при которых дети будут воспринимать здоровье как важный аспект своей жизни, что формирует у них соответствующую мотивацию для дальнейшего соблюдения принципов здорового образа жизни.

Ключевое значение в поддержке здоровья детей на раннем этапе развития имеет взаимодействие с родителями. Команда педагогов должна не только внедрять здоровьесберегающие технологии, но и активно вовлекать семьи в процесс воспитания осознанного отношения к здоровью. Для этого можно проводить семинары, лекции и консультации, направленные на информирование родителей о важности здорового образа жизни и участия в здоровьесберегающих практиках в домашних условиях.

Нужно учитывать, что школьный возраст представляет собой критически важный этап, когда формируются основные привычки и установки. Процесс внедрения здоровьесберегающих технологий в этот период становится особенно актуальным, так как именно он задает тон жизни ребенка в будущем. Здоровье детей напрямую зависит от тех условий, которые создаются как в образовательных учреждениях, так и в семье, что подчеркивает необходимость комплексного подхода к данному вопросу.

Важно, чтобы в практике применялись не только традиционные методы, но и инновационные подходы, что позволяет педагогам создавать более развивающую и безопасную среду для детей. Это может включать в себя и использование современных технологий, таких как интерактивные занятия, игровые методики, а также элементы

природной среды в образовательном процессе. Таким образом, эффективное внедрение здоровьесберегающих технологий способствует не только сохранению здоровья, но и всестороннему развитию школьников, что имеет долгосрочные положительные результаты для всего общества.

Практика применения здоровьесберегающих технологий в МБОУ «Полевской лицей»

Здоровьесберегающие технологии в образовательных учреждениях охватывают широкий спектр методов, направленных на укрепление и сохранение здоровья детей. Применение данных технологий в школьной практике требует грамотного подхода и интеграции в образовательный процесс, чтобы обеспечить максимальную эффективность.

Первый аспект — разнообразие типов здоровьесберегающих технологий. Одним из наиболее значимых направлений являются медико-профилактические технологии. Они включают в себя различные профилактические мероприятия, одобренные медицинскими специалистами и нацеленные на защиту здоровья детей в условиях образовательных учреждений. Регулярные медицинские осмотры, прививки и профилактические занятия создают основу для формирования у детей понимания важности заботы о своем здоровье.

Физкультурно-оздоровительные технологии также занимают важное место в практике работы педагогов. Эти технологии включают в себя физические занятия, спортивные игры на свежем воздухе, а также программы, направленные на укрепление физического здоровья детей. Систематические занятия физической культурой способствуют не только улучшению физической формы обучающихся, но и повышению их эмоционального настроения и социальной адаптации. Например, активные игры на улице не только способствуют развитию двигательных навыков, но и формируют у детей навыки командной работы и общения.

Технологии обеспечения социально-психологического благополучия выделяются как важный элемент здоровьесберегающего подхода. Эти методы направлены на создание комфортной и безопасной атмосферы, которая поддерживает эмоциональное и психологическое здоровье детей. Педагоги используют различные техники, чтобы создать у обучающихся уверенность в себе, разнообразные игровые формы для передачи социальных норм и эмоциональные тренинги, которые помогают детям управлять своими эмоциями. Эта работа особенно важна в условиях современного мира, где многие дети сталкиваются с различными стрессами и эмоциональными перегрузками.

Второй аспект — методы реализации данных технологий. Необходимо подчеркнуть, что использование здоровьесберегающих технологий требует системного подхода, глубокого анализа потребностей детей и интеграции этих методов в ежедневную практику. Мероприятия проводимые на свежем воздухе дополненные различными развивающими играми, способствуют не только физическому, но и интеллектуальному развитию обучающихся. Такие занятия способствуют развитию навыков саморегуляции, ответственности и коллективизма.

Для реализации здоровьесберегающих технологий в практике педагогам необходимо учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка, предоставляя возможность для самовыражения и развивая интерес к здоровому образу жизни. Формирование у детей привычки к регулярной физической активности, правильному питанию и основам санитарно-гигиенической культуры происходит через интеграцию этих знаний в повседневную практику. При этом привлечение родителей к

мероприятиям и занятиям, а также обучение их основам здоровьесберегающего подхода является частью комплексного процесса.

В конечном итоге, внедрение здоровьесберегающих технологий представляет собой важный шаг к формированию у детей навыков, способствующих сохранению здоровья на протяжении всей жизни. Это становится основой для дальнейшего их всестороннего развития и успешной адаптации в обществе. Поэтому важно постоянно анализировать и корректировать применяемые подходы, чтобы обеспечивать их актуальность и соответствие современным требованиям.

Влияние здоровьесберегающих технологий на здоровье детей.

Важность здоровьесберегающих технологий не вызывает сомнений. Эти технологии активно применяются в образовательных учреждениях для поддержания и укрепления здоровья детей. Разнообразные методики и подходы способствуют улучшению как физического, так и психоэмоционального состояния обучающихся, что играет ключевую роль в их общем развитии.

Физическое состояние детей напрямую зависит от условий, в которых они растут и обучаются. Применение здоровьесберегающих технологий позволяет создавать оптимальный микроклимат и режим дня, а также внедрять специальные физические и дыхательные упражнения. Участие в активности, направленной на развитие моторики и укрепление мышечного тонуса, положительно сказывается на аппетите и уровне жизненной энергии. Это непосредственно влияет на общий уровень здоровья, так как укрепляет иммунитет и повышает устойчивость к инфекционным и вирусным заболеваниям.

Другим важным аспектом является формирование у школьников осознанного отношения к собственному здоровью и здоровому образу жизни. Воспитание навыков заботы о своем теле, знание о пользе физической активности и правильного питания становятся основополагающими ценностями, которые будут сопровождать ребенка на протяжении всей жизни. Педагоги применяют различные образовательные игры, направленные на осознание детьми значимости здоровья и активного образа жизни.

Создание безопасной учебной среды — это еще одна категория, где здоровьесберегающие технологии находят свое применение. Учебный процесс, свободный от стресса, способствует не только физическому, но и психологическому развитию детей. Обучающиеся становятся более уверенными в себе, что положительно сказывается на их социальных отношениях и образовательных достижениях. Педагоги обучают детей правилам безопасности, что формирует у них чувство ответственности и доверия к окружающей среде.

Кроме того, важно отметить, что здоровьесберегающие технологии открывают новые возможности для взаимодействия между педагогами и родителями. Информация о методах и подходах, применяемых в образовательном процессе, транслируется родителям, что позволяет им поддерживать принципы здорового образа жизни и в домашних условиях. Совместные мероприятия, такие как спортивные праздники и дни здоровья, укрепляют связь между ребенком и его семьей, формируя целостный подход к заботе о здоровье.

Регулярное применение этих технологий ведет к заметному снижению заболеваемости среди детей. Проведение мониторинга и оценки состояния здоровья школьников позволяет педагогам корректировать образовательные программы, включая в них дополнительные элементы, способствующие укреплению здоровья. Это, в свою очередь, способствует созданию более здорового поколения, способного к активной жизни и учебе.

Здоровьесберегающие технологии выявляют и решают проблемы, связанные со здоровьем детей, формируя у них правильные модели поведения и способствуя развитию навыков, необходимых для поддержания здоровья на протяжении всей жизни. Таким образом, профессиональные и целенаправленные действия педагогов в

этой области играют неоценимую роль в жизни детей, обеспечивая им надежную основу для будущего. Исполнение всех этих факторов способствует не только улучшению физического состояния детей, но и формированию их эмоционального благополучия, повседневной активности и общественной значимости.

Финальная цель здоровьесберегающих технологий заключается в создании условий, которые обеспечивают гармоничное развитие личности ребенка, сочетая физическое, социальное и эмоциональное здоровье. Ведь именно здоровье — это основа успешного обучения и полноценной жизни, что необходимо для каждого ребенка.



Рисунок 1. Схемы взаимодействия с родителями и задачи сотрудничества

Взаимодействие с родителями играет важную роль для здоровья и благополучия детей. Педагоги и семьи должны быть партнерами в создании здоровой воспитательной среды, что позволяет детям иметь крепкое здоровье и высокий уровень активности. Родители играют основополагающую роль в формировании здоровья ребенка, так как именно они создают базу для его социального опыта и образа жизни.

Для организации эффективного взаимодействия между образовательными учреждениями и семьями необходимо рассматривать различные формы сотрудничества. Консультации, семинары и практические занятия, направленные на обучение родителей по вопросам здоровья и воспитания, способствуют созданию единого подхода к сохранению здоровья детей. Открытые встречи, где обсуждаются не только успехи, но и трудности, способствуют лучшему пониманию требований и возможностей каждой из сторон.

Наиболее актуальным представляется совместное измерение состояния здоровья и физического развития детей. Регулярная оценка, в которой участвуют и педагоги, и родители, позволяет выявлять проблемы на ранних стадиях, что значительно облегчает их решение. Таким образом, установка взаимодействия на основе транспарентности и открытости играет важную роль в создании здоровьесберегающей среды.

Методы активного участия родителей могут включать рабочие группы, которые занимаются вопросами физического воспитания и здорового образа жизни. Родителям следует предоставлять доступ к информации о гигиенических нормах, методах закаливания, а также о желательных режимах дня для детей. Совместные акции, направленные на развитие физической активности, такие как спортивные дни или тематические мероприятия, могут значительно повысить интерес как детей, так и их родителей к здоровому образу жизни.

Важным аспектом является информирование родителей о том, как они могут поддерживать здоровье своих детей вне школы. В случае, если педагоги проводят занятия по музыкальной терапии или физкультуре, родители могут быть вовлечены в дополнительные занятия, что укрепляет связи между семьей и школой. Такие инициативы формируют общую культуру здоровья в сообществе и подчеркивают важность каждой семьи в этом процессе.

Опираясь на опыт совместной работы с родителями, можно отметить, что совместные мероприятия, такие как экскурсии на природу и поездки на соревнования, способствуют формированию у детей навыков активного отдыха и уверенности в своих силах. Эти практики значительно увеличивают возможность создания у ребенка положительного имиджа по отношению к физической активности и здоровому образу жизни.

Исследования показывают, что серьезный вклад в сохранение здоровья детей делают регулярные консультации и обсуждения вопросов здоровья на уровне школы и семьи. Совместные усилия позволяют глубже понять потребности детей и находить наиболее эффективные пути для их удовлетворения. Педагоги, обладая информацией о здоровье и жизненных привычках детей, могут предложить родителям индивидуализированные рекомендации, что повышает уровень доверия между ними.

Таким образом, взаимодействие с родителями в сфере здоровьесбережения представляет собой важный инструмент для достижения основных целей. Организация совместной работы имеет потенциал не только для улучшения здоровья детей, но и для формирования у родителей ответственности за здоровье своих детей, что в дальнейшем влияет на семейные привычки и образ жизни. Согласующие действия участников процесса позволяют создавать более эффективные здоровьесберегающие технологии, обеспечивая гармоничное и активное развитие каждого ребенка.

Проблемы внедрения здоровьесберегающих технологий.

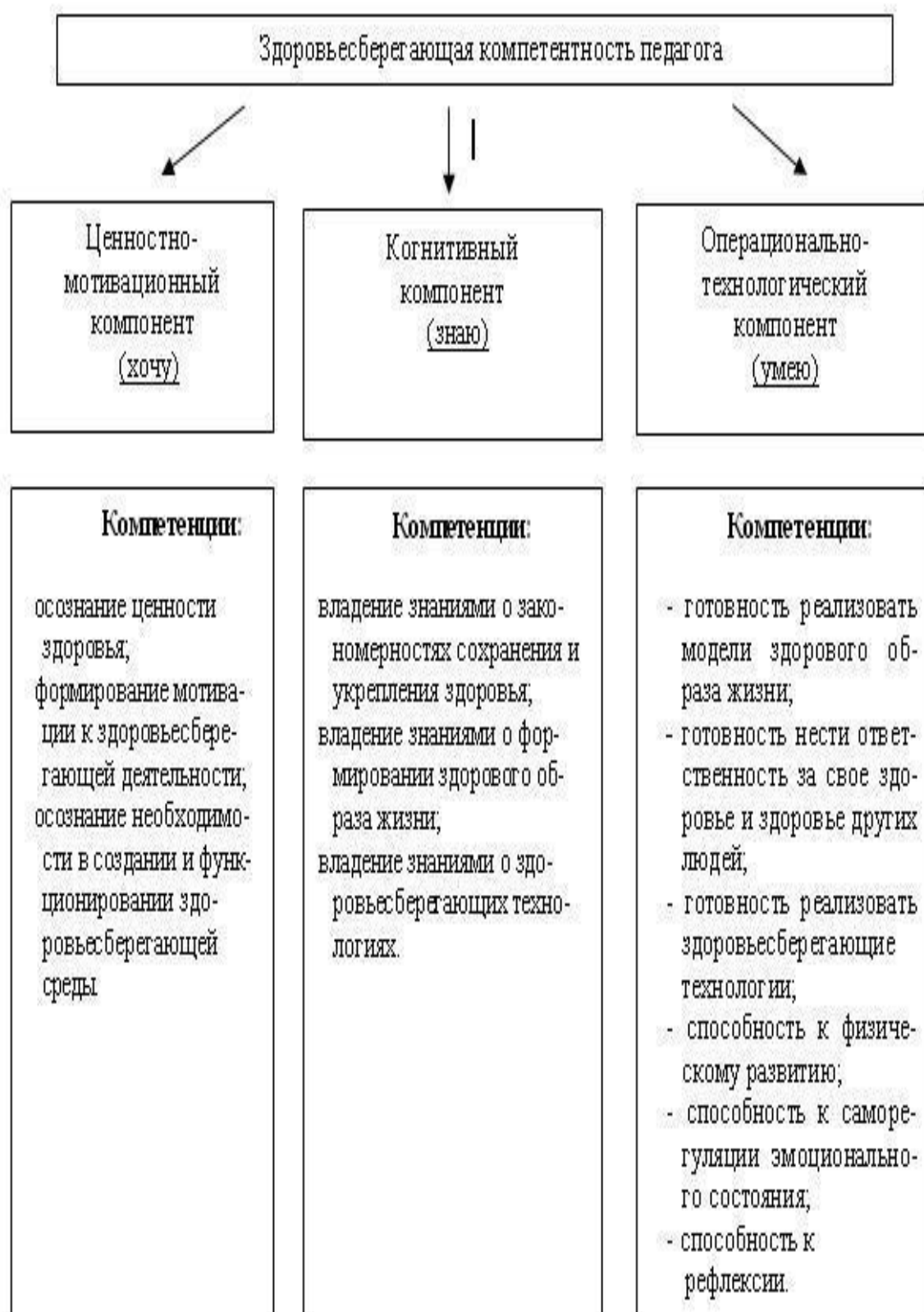


Рисунок 2. Проблемы внедрения здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс

Вопросы внедрения здоровьесберегающих технологий обостряются в условиях постоянных изменений в образовательной среде и быстрой цифровизации учебного процесса. Сложности, с которыми сталкиваются учреждения, часто имеют множественные причины, требующие детального анализа и проработки.

Среди частых проблем можно выделить недостаточную подготовленность педагогов к внедрению новых технологий. Часто педагоги не обладают достаточными знаниями и навыками для эффективной работы с этими технологиями. По данным проведенных исследований, необходимо не только обучать педагогов новым подходам, но и заботиться о создании мощной инфраструктуры внутри образовательных учреждений. Только в этом случае здоровьесберегающие технологии смогут активно интегрироваться в образовательный процесс.

Еще одной важной проблемой является связь здоровья детей с учебной нагрузкой. Практика показывает, что дети, испытывающие значительную учебную нагрузку, чаще сталкиваются с проблемами здоровья, что, в свою очередь, негативно сказывается на их способности воспринимать информацию и успешно осваивать учебный материал. Исследования показывают, что обеспечение полноценного физического и психического здоровья детей особенно актуально в условиях продолжительной учебной нагрузки. Поэтому в рамках образовательного процесса необходимо включать различные компоненты, направленные на сохранение здоровья детей.

Цифровизация среды обучения также создает новые вызовы. С одной стороны, современные технологии могут обогатить образовательный процесс, а с другой — стать источником нагрузки и стресса для детей. Применение гаджетов требует тщательного подхода, чтобы минимизировать риски, связанные с долговременным влиянием технологий на здоровье. Это создает необходимость в формировании сбалансированного подхода к использованию цифровых инструментов в обучении, который учитывал бы все потенциальные плюсы и минусы.

Важно также помнить, что внедрение здоровьесберегающих технологий включает не только педагогов, но и родителей, которые должны быть вовлечены в этот процесс. Их осведомленность играет ключевую роль в доступности и эффективности здоровьесберегающих практик. Для успешного внедрения нужно наладить взаимодействие между педагогами и родителями, организовать обучения, семинары и совместные мероприятия, что может помочь создать единую образовательную среду, ориентированную на здоровье.

В итоге, успешное внедрение здоровьесберегающих технологий требует комплексного подхода. Образовательные учреждения должны стремиться к подготовке квалифицированных педагогов, адаптации учебных программ, а также вовлечению всех участников образовательного процесса. Без совместной работы здоровьесберегающие технологии останутся лишь на уровне теории, не оказывая практического влияния на здоровье детей.

Методические рекомендации для педагогов.

Важным аспектом внедрения здоровьесберегающих технологий в практику образовательного учреждения является разработка методических рекомендаций для педагогов. Эти рекомендации помогают создать оптимальные условия для сохранения и укрепления здоровья детей, а также способствуют формированию у них навыков здорового образа жизни.

В первую очередь, необходимо акцентировать внимание на важности интеграции здоровьесберегающих технологий в различные виды деятельности школьников. Необходимо включить в образовательный процесс элементы физической активности (физкультминутки, веселые перемены и т.д), что поможет не только укрепить здоровье детей, но и повысить их работоспособность и настроить на позитивный исход занятия. Важно использовать разнообразные виды гимнастики и физкультуры, которые помогут развивать гибкость, силу и выносливость детей.

Педагогам рекомендуется осуществлять систематический подход к формированию знаний о здоровье у детей. Это может включать в себя как образовательные занятия, так и игровые формы работы. Использование игровых методик позволяет сделать процесс обучения интересным и увлекательным, что происходит через вовлечение детей в разные активности, направленные на укрепление их физического и психоэмоционального состояния.

Также важным аспектом является работа с родителями. Вовлечение семей в процесс оздоровления детей существенно повышает эффективность здоровьесберегающих технологий. Педагоги могут организовать семинары и лекции по вопросам здорового образа жизни, приглашая специалистов в области медицины и психологии. Это позволит родителям лучше понять, какие действия они могут предпринять для поддержания здоровья своих детей.

Рекомендуется также уделять внимание индивидуальным особенностям каждого ребенка при организации процесса здоровьесбережения. Это может включать в себя адаптацию физической активности в зависимости от состояния здоровья и уровня физической подготовки. Педагог должен учитывать возрастные характеристики и физиологические возможности детей, предусмотрев дифференцированный подход к каждому ребенку.

Не менее важно проводить регулярные мониторинги состояния здоровья детей для своевременной корректировки программы здоровьесбережения. Взаимодействие с медицинскими работниками также способствует выявлению проблем на ранних стадиях и постановке задач по оздоровлению. Совместные мероприятия с медицинскими специалистами, такие как обследования и консультации, могут помочь в создании более комфортной атмосферы для детей в образовательном учреждении.

Методики здоровьесбережения должны основываться на принципах системности и последовательности. Педагоги могут использовать календарные планы, в которых предусмотрены различные мероприятия, как для детей, так и для их родителей. Это создаст организованную среду, в которой здоровье будет оставаться в центре внимания и обеспечит детей необходимыми знаниями и умениями.

Внедрение традиционных и нетрадиционных форм здоровьесбережения — это еще одна из методических рекомендаций для педагогов. Традиционные физические упражнения могут сочетаться с инновационными подходами, такими как использование современных технологий и методик в образовании. Это может включать в себя как интерактивные игры, так и программы по фитнесу, которые направлены на привлечение внимания детей и создание условий для активного участия в процессе обучения.

Таким образом, сильной основой для успешного применения здоровьесберегающих технологий в практике образовательного учреждения являются разработанные методические рекомендации. Они должны быть понятны и применимы в условиях школы, способствуя созданию здоровой и развивающей среды для детей. Непрерывное обучение и развитие педагогического коллектива, а также активное сотрудничество с родителями и медицинскими работниками создадут предпосылки для всестороннего оздоровления детей в процессе обучения.

Будущее здоровьесберегательных практик.

Актуальность здоровьесберегающих технологий в образовательных учреждениях продолжает возрастать на фоне социальных и экологических изменений, влияющих на физическое и психическое здоровье детей. Внедрение таких технологий рассматривается не только как задача, но и как необходимость, основанная на современных требованиях Федеральных государственных образовательных стандартов (ФГОС). Важно учитывать, что здоровьесберегающие технологии представляют собой не просто систему мероприятий, а интеграцию методов, приемов и технологий, направленных на формирование и поддержание у детей привычек к здоровому образу жизни.

Образовательные учреждения становятся той платформой, на которой важно заложить основы для осознания детьми значимости здоровья. В качестве таких технологий целесообразно применять физические упражнения, игровые и творческие занятия, которые создают позитивное отношение к активности и спорту. Например, интеграция проекта «Шагаем вместе» может значительно повысить интерес детей к физическим нагрузкам и укрепить их здоровье. Более того, создание безопасной и комфортной среды для детей становится одной из преобладающих задач педагогов, что, в свою очередь, облегчает процесс освоения новых навыков и привычек.

Упор на здоровьесберегающие технологии напрямую влияет на образовательные процессы. Педагоги образовательных учреждений должны быть готовы внедрять и адаптировать различные подходы, соответствующие современным образовательным требованиям и требованиям к здоровью детей. Необходимо формировать у обучающихся школьников не только физическую активность, но и понимание важности выбора правильного образа жизни. Это заложит основу для формирования устойчивых навыков заботы о собственном здоровье в будущем.

Современные подходы к здоровьесбережению включают в себя не только физические аспекты, но также психологическую поддержку и создание позитивной социальной атмосферы. Важно уделять внимание и эмоциональному состоянию детей, чтобы избежать факторов стресса и обеспечить им комфортные условия для обучения и развития. С этой целью педагогам важно общаться и взаимодействовать с родителями, информируя их о принципах здоровьесбережения и вовлекая в активное участие в жизни образовательного учреждения.

Перспективы применения здоровьесберегающих технологий обширны. Составляющие таких технологий могут включать в себя различные программы физической активности, обучение правилам гигиены, питания, а также формирование навыков по оказанию первой помощи. Важно также использовать и недооцененные ресурсы, такие как природа, экология и жизнь в школе, которые могут стать основой для формирования новых ценностей и привычек у детей.

Долгосрочные последствия внедрения здоровьесберегающих подходов будут видны не только в улучшении здоровья детей, но и в их дальнейшем развитии как активных участников общества, способных определять свое здоровье и благополучие. Устойчивость навыков формирует у детей активную жизненную позицию, что, в свою очередь, влияет на качество их будущей жизни.

Педагогическим работникам необходимо непрерывно развиваться и обучаться, чтобы эффективно интегрировать здоровьесберегающие технологии в учебный процесс. Это требует новых знаний и умений, а также готовности к инновациям и практике применения разнообразных форм работы. Важно не только самим знать и соблюдать здоровый образ жизни, но и передавать эту практику детям, формируя у них оценку собственных усилий в поддержании здоровья и благополучия.

В конечном итоге, здоровьесберегающие технологии в образовательном учреждении представляют собой важную часть системы образовательных стандартов, без которой невозможно создание здорового и гармоничного поколения. Психологические, социальные и физические аспекты должны быть в едином комплексе, чтобы наилучшим образом обеспечить здоровье и благополучие детей в процессе их роста и развития. Это требует совместных усилий педагогов, родителей и общества в целом, что будет способствовать формированию нового подхода к образованию, в первую очередь, ориентированного на здоровье детей.

Заключение.

В заключение данной работы можно подвести итоги, касающиеся значимости и актуальности здоровьесберегающих технологий в практике МБОУ «Полевской лицей». В ходе исследования было установлено, что здоровьесберегающие технологии представляют собой комплекс мероприятий и подходов, направленных на сохранение и укрепление здоровья детей, что является особенно важным в условиях современного общества, где уровень заболеваемости среди детей растет, а факторы, способствующие этому, становятся все более разнообразными и сложными.

Теоретические основы здоровьесберегающих технологий, изученные в рамках работы, показывают, что здоровье детей неразрывно связано с их физическим, психическим и социальным развитием. Важно отметить, что здоровьесберегающие технологии включают в себя не только физическую активность, но и правильное питание, закаливание, а также игровые методы, которые способствуют формированию у детей устойчивых здоровых привычек. Эти аспекты подчеркивают необходимость комплексного подхода к здоровьесбережению, который должен быть внедрен в образовательный процесс с раннего возраста.

Практика применения здоровьесберегающих технологий в МБОУ «Полевской лицей», продемонстрировала свою эффективность. Примеры внедрения различных программ и мероприятий, направленных на физическое развитие детей, закаливание и формирование правильных пищевых привычек, показывают, что такие подходы не только способствуют улучшению физического состояния детей, но и положительно влияют на их психоэмоциональное состояние. Дети, участвующие в здоровьесберегающих мероприятиях, проявляют большую активность, лучше справляются с учебными задачами и имеют более высокие показатели социальной адаптации.

Влияние здоровьесберегающих технологий на здоровье детей является одним из ключевых аспектов, рассмотренных в работе. Исследования показывают, что регулярные физические нагрузки, закаливание и правильное питание способствуют укреплению иммунной системы, повышению общей физической выносливости и улучшению психоэмоционального состояния детей. Важно отметить, что здоровьесберегающие технологии не только помогают предотвратить заболевания, но и формируют у детей осознанное отношение к своему здоровью, что является основой для их дальнейшего развития.

Роль взаимодействия с родителями в процессе внедрения здоровьесберегающих технологий также была выделена как важный аспект. Родители играют ключевую роль в формировании здоровых привычек у детей, и их активное участие в образовательном процессе может значительно повысить эффективность здоровьесберегающих мероприятий. Взаимодействие с родителями должно быть направлено на информирование их о значимости здорового образа жизни, а также на совместное участие в мероприятиях, что способствует созданию единой здоровьесберегающей среды как в школе, так и дома.

Несмотря на положительные результаты внедрения здоровьесберегающих технологий, существуют и определенные проблемы, с которыми сталкиваются образовательные учреждения. К ним можно отнести недостаток финансирования, нехватку квалифицированных специалистов, а также отсутствие четких методических

рекомендаций по внедрению здоровьесберегающих практик. Эти проблемы требуют внимания со стороны образовательных властей и общества в целом, чтобы обеспечить устойчивое развитие здоровьесберегающих технологий в образовании.

Методические рекомендации для педагогов, разработанные в рамках данной работы, могут служить основой для дальнейшего совершенствования практики применения здоровьесберегающих технологий в образовательных учреждениях. Педагоги должны быть готовы к внедрению инновационных подходов, активно использовать игровые методы, а также развивать сотрудничество с родителями, что в свою очередь будет способствовать созданию поддерживающей среды для гармоничного развития детей.

Будущее здоровьесберегающих практик в школах выглядит многообещающим. С учетом современных тенденций и потребностей общества, можно ожидать, что здоровьесберегающие технологии будут продолжать развиваться и внедряться в образовательный процесс. Это потребует от педагогов постоянного обучения и адаптации к новым условиям, а также активного участия всех заинтересованных сторон в создании здоровьесберегающей среды для детей. Таким образом, здоровьесберегающие технологии не только способствуют улучшению здоровья детей, но и формируют у них осознанное отношение к своему здоровью, что является важным шагом к успешному будущему.

Список литературы.

1. «Современные здоровьесберегающие технологии ... [Электронный ресурс] // edu.tatar.ru - Режим доступа: <https://edu.tatar.ru/sovetski/page86044.htm/page3195664.htm>.
2. Виды здоровьесберегающих технологий и возможности ... [Электронный ресурс] // mdou247.edu.yar.ru - Режим доступа: https://mdou247.edu.yar.ru/2017/vidi_zdorovesberegayushchih_tehnologiy_i_vozmozhnosti_ih_primeneniya_v_dou.pdf.
3. Здоровьесберегающие технологии в школе [Электронный ресурс] // school.kontur.ru - Режим доступа: <https://school.kontur.ru/publications/2463>.
4. актуальность здоровьесберегающих технологий в [Электронный ресурс] // mdou210.edu.yar.ru - Режим доступа: https://mdou210.edu.yar.ru/opit_pedagogov/konsultatsii.pdf.
5. Использование здоровьесберегающих технологий в ... [Электронный ресурс] // mdobuds5.edusite.ru - Режим доступа: <https://mdobuds5.edusite.ru/p216aa1.html>.
6. Формы взаимодействия с родителями по вопросам ... [Электронный ресурс] // nsportal.ru - Режим доступа: https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2021/01/20/formy-vzaimodeystviya-s-roditelyami-po-voprosam-zdorovesberezheniya_svoobodnyy.
7. Сотрудничество семьи и школы в воспитании здорового ... [Электронный ресурс] // edu-frn.spb.ru - Режим доступа: <https://edu-frn.spb.ru/smi/?download=83>.
8. Проблемы применения здоровьесберегающих технологий [Электронный ресурс] // lhostu.ucoz.ru - Режим доступа: https://lhostu.ucoz.ru/publ/obuchenie_i_vospitanie/5_zdorovesberezhenie_i_zdorovesberegajushhie_tekhnologii_v_obrazovatelnom_processe/problem_y_primeneniya_zdorovesberegajushhikh_tekhnologij/26-1-0-202, свободный.
9. Проблемы и перспективы исследований ... [Электронный ресурс] // cyberleninka.ru - Режим доступа: https://cyberleninka.ru/article/n/problem_y-i-perspektivy-issledovaniy-zdoroviesberezheniya-v-obrazovatelnoy-srede-vuza-teoreticheskiy-obzor, свободный.
10. Практика внедрения здоровьесберегающих технологий ... [Электронный ресурс] // www.gouhpk.ru - Режим доступа: http://www.gouhpk.ru/index.php?option=com_content&view=article&id=2477:2018-12-17-04-05-12&Itemid=69.
11. Методические рекомендации по здоровьесберегающим ... [Электронный ресурс] // nsportal.ru - Режим доступа: <https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovy-obraz-zhizni/2014/03/11/metodicheskie-rekomendatsii-po-zdorovesberegayushchim>.
12. Методические рекомендации [Электронный ресурс] // 58. edusite.ru - Режим доступа: <http://58.edusite.ru/p75aa1.html>.
13. Использование здоровьесберегающих технологий в ... [Электронный ресурс] // spbappo.ru - Режим доступа: https://spbappo.ru/wp-content/uploads/2019/12/mr__ispolzovanie-zdorovesberegayushchih-tehnologiy_2019_2020.pdf.