

качественного питания; необходимый (в расчёте на количество учащихся) и квалифицированный состав преподавателей и специалистов.

Ответственность и контроль за реализацией этого направления лежит на администрации УВО.

2. Рациональная организация учебного процесса: соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеучебной нагрузки (домашнего задания) на всех этапах обучения; использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям студентов и прошедших апробацию; введение любых инноваций только под контролем специалистов; строгое соблюдение всех требований к использованию технических средств в обучении (компьютер, аудиовизуальные средства); рациональная и соответствующая требованиям организация уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера; индивидуализация обучения (учёт индивидуальных особенностей организма), работа по индивидуальным программам.

Реализация этого блока создаст условия для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха, повысит эффективность учебного процесса, снимая при этом чрезмерное функциональное напряжение и утомление.

3. Организация физкультурно-оздоровительной работы: полноценная и эффективная работа во всех группах здоровья (на уроках занятиях физической культуры, секциях); организация ЛФК; организация динамических перемен; создание условий для работы спортивных секций; регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий.

Правильно организованная физкультурно-оздоровительная работа может стать основой рациональной организации двигательного режима студентов, способствовать нормальному физкультурному развитию и двигательной подготовленности студентов всех факультетов, позволит повысить адаптивные возможности организма и, значит, станет средством сохранения и укрепления здоровья студентов.

4. Просветительско-воспитательная работа со студентами, направленная на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни. К этому направлению относятся: включение образовательных программ, направленных на сохранение и сбережение здоровья; лекции, беседы, консультации по проблемам сохранения здоровья и профилактике вредных привычек; проведение дней здоровья, праздников; создание общественного совета по здоровью, включающего представителей администрации и студентов.

5. Профилактика и динамическое наблюдение за состоянием здоровья студентов включает: использование рекомендованных и утверждённых методов профилактики заболеваний, не требующих постоянного наблюдения врача (витаминация, профилактика нарушения осанки и зрения); регулярный анализ и обсуждение на заседании кафедры физического воспитания и спорта состояния здоровья студентов; регулярный анализ результатов динамических наблюдений за состоянием здоровья; создание системы комплексной педагогической, психологической и социальной помощи студентам; привлечение медицинских работников к реализации всех компонентов работы по сохранению и укреплению здоровья студентов.

Заключение. Каждый коллектив любого образовательного учреждения может разрабатывать свои технологии по здоровьесбережению молодого поколения.

Список цитируемых источников

1. Горелов, А. А. Анализ показателей здоровья студентов специальной медицинской группы / А. А. Горелов, О. Д. Румба, В. А. Кондаков // Науч. проблемы гуманитар. исслед. — 2008. — Вып. 6. — С. 28—33.

Материал поступил в редакцию 10.12.2013 г.

УДК 373.2

Е. А. Леоненко

Государственное учреждение образования «Дошкольный центр развития ребёнка г. Мозыря», Мозырь

СОЗДАНИЕ АДАПТИВНОЙ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ СРЕДЫ В ГУО «ДЦРР Г. МОЗЫРЯ» ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАТИВНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ

Введение. Моделирование образовательной среды является одной из тенденций развития современной системы дошкольного образования. Развивающий характер предметной среды, её разнообразие, динамичность и многофункциональность, соответствие психолого-педагогическим, эстетическим, санитарно-гигиеническим и другим требованиям и нормам позволяют обеспечить организацию образовательного процесса.

Основная часть. Организуя развивающую образовательную среду для ребёнка дошкольного возраста, педагоги нашего учреждения учитывают все факторы, способствующие формированию и становлению базовых характеристик личности. Деятельность специалистов дошкольного центра направлена на создание такого средового пространства, которое соответствует возрастным особенностям воспитанников, отвечает их интересам,

способствует реализации учебной программы дошкольного образования, имеет здоровьесберегающую направленность. Обеспечение качественного пополнения материально-технической базы ГУО «Дошкольный центр развития ребёнка (ДЦРР) г. Мозыря», в том числе современными средствами обучения, способствует созданию оптимальной развивающей и игровой среды, благоприятной для успешного развития детей раннего и дошкольного возраста.

В дошкольном центре формируется новая образовательная среда, появляются высокотехнологичные информационные средства обучения и развития дошкольников (видеомагнитофон, телевизор, видеокамера, мультимедийный компьютер, проектор, экран). С сентября 2012 года начал функционировать компьютерный зал, оснащенный 10 современными компьютерами.

В ГУО «ДЦРР г. Мозыря» создана адаптивная здоровьесберегающая среда при использовании информационно-коммуникационных технологий.

Современную жизнь невозможно представить без компьютеров. Достоинства компьютерного обучения несомненны, а необходимость овладения компьютерной грамотой очевидна. Занятия строятся на игровых методах и приёмах, позволяющих детям в интересной, доступной форме получить знания, решить поставленные педагогом задачи. При этом компьютер является мощным средством повышения эффективности обучения, значительно расширяя возможности предъявления образовательной и развивающей информации. Применение цвета, графики, звука, современных средств видеотехники позволяет моделировать различные ситуации и среды. Важным компонентом комплексного руководства формированием компьютерной игры является организация развивающей предметной среды компьютерного зала. В основе её построения лежит метод эффективной организации среды и педагогического процесса на базе новых информационных технологий — компьютерно-игровой комплекс.

Последний [1, с. 292] представляет собой многофункциональный набор компонентов, образующих «развивающую предметную среду» и методологию её использования и включает компьютеры, снабжённые развивающими программами; наборы мягких модулей, традиционные и нетрадиционные игрушки, расположенные в игровом зале (кабинете педагога-психолога, экологической студии); специальное оборудование для активных движений и психологической разгрузки.

Однако компьютеризация образовательного процесса имеет ряд негативных моментов, которые могут оказать неблагоприятное влияние на здоровье. Работа, занятия или игра на компьютере сопряжены с воздействием на пользователя, будь он ребёнок или взрослый. Режим занятий с детьми с использованием ПЭВМ должен соответствовать требованиям постановления Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 28.06.2013 № 59 об утверждении Санитарных норм и правил «Требования при работе с видеодисплейными терминалами и электронно-вычислительными машинами», гигиенического норматива «Предельно-допустимые уровни нормируемых параметров при работе с видеодисплейными терминалами и электронно-вычислительными машинами».

Игровые занятия с использованием ПЭВМ в дошкольном центре проводятся для воспитанников с 5-6-летнего возраста не более двух раз в неделю с продолжительностью индивидуальной работы с компьютером для воспитанников пятилетнего возраста — 5—7 минут, шестилетнего возраста — 10 минут. Дети, носящие очки, занимаются за компьютером в них. Образовательную деятельность с использованием компьютеров проводят педагог-психолог и воспитатели.

Функциональные и эргономические параметры компьютерного места воспитанника 5-6-летнего возраста соответствуют требованиям санитарных правил [2, гл. 3]: группа мебели 2 (цвет маркировки — фиолетовый), рост детей 115—130 см, стол — 52 см, стул — 30. Угол наклона клавиатуры составляет 120 градусов, расстояние от экрана до глаз ребёнка — 50 см, линия зрения перпендикулярна экрану и совпадает с центром экрана.

С целью снижения утомляемости во время компьютерных занятий в классе обеспечена рациональная организация рабочего места, допустимое количество одновременно занимающихся детей (не более 8). В соответствии с графиком организуется сквозное и одностороннее проветривание. Педагогом-психологом И. П. Царун и воспитателями организуется выполнение комплекса упражнений для глаз, проведение физкультминутки.

Рекомендации по использованию компьютерных программ и техника безопасности при работе с ними. Занятия на компьютере должны быть комплексными. Они включают в себя три этапа.

1 этап — подготовительный. Идёт погружение ребёнка в сюжет занятия, период подготовки к компьютерной игре через развивающие игры, беседы, конкурсы, соревнования, которые помогут ему справиться с поставленной задачей. Включается гимнастика для глаз, пальчиковая гимнастика для подготовки зрительного, моторного аппарата к работе.

2 этап — основной. Он включает в себя овладение способом управления программой для достижения результата и самостоятельную игру ребёнка за компьютером. Используется несколько способов «погружения» ребёнка в компьютерную программу: первый способ — последовательное объяснение ребёнку назначения каждой клавиши с подключением наводящих и контрольных вопросов; второй способ — ориентируясь на приобретенные ребёнком навыки работы с компьютером, познакомить с новыми клавишами, их назначением; третий способ — ребёнку предлагается роль исследователя, экспериментатора, предоставляется возможность самостоятельно разобраться со способом управления программой; четвёртый способ — ребёнку предлагается

карточка-схема, где задаётся алгоритм управления программой. На первых этапах дети знакомятся с символами, проговаривают и отрабатывают способы управления с педагогом, в дальнейшем самостоятельно «читают» схемы.

III этап — заключительный. Он необходим для снятия зрительного напряжения (проводится гимнастика для глаз), для снятия мышечного и нервного напряжений (физминутки, массаж вперёдистоящему, комплекс физических упражнений, расслабление под музыку).

Занятия построены на игровых методах и приёмах, позволяющих детям в интересной, доступной форме получить знания, решить поставленные педагогом задачи.

Режим работы — один из факторов профилактики утомления. За компьютером дети, как правило, очень активны и эмоциональны. С интересом выполняя задание, они увлекаются и могут долго сидеть у монитора, не чувствуя усталости. Поэтому следует обратить внимание на внешние признаки утомляемости: потеря контроля над собой: ребёнок часто трогает лицо, сосёт палец, гримасничает, кричит и т. п.; потеря интереса к компьютеру: ребёнок часто отвлекается, вступает в разговоры, обращает внимание на другие предметы, не желая продолжать работу; «утомлённая» поза: ребёнок склоняется то в одну, то в другую сторону, откидывается на спинку стула, задирает ноги, упираясь в край стола; эмоционально-невротическая реакция — крик, подпрыгивания, истерический смех и др.

Для предупреждения развития переутомления обязательны физкультурные паузы, которые могут проводиться как в компьютерном классе, так и в экологической студии. Рациональное размещение различных растений, ярких цветов, аквариума, успокаивающая мелодия помогут снять и зрительное, и нервное напряжение, которые могут возникать после занятий в компьютерном зале.

Таким образом, компьютер используется как одна из составляющих процесса, включаемая в специфические для детей виды деятельности при организации компьютерно-игрового комплекса и не оказывающая отрицательного влияния на здоровье детей. Компьютерно-игровой комплекс в дошкольном центре успешно функционирует, он органично вписался в общую систему педагогической работы, разностороннее развитие и социализацию воспитанников дошкольного возраста в соответствии с их возрастными и индивидуальными возможностями, способностями и потребностями.

Заключение. Рекомендации по использованию компьютеров в учреждении дошкольного образования:

1. Самые жёсткие требования необходимо предъявлять к монитору. Монитор должен соответствовать международным стандартам безопасности. На современном этапе лучшими по безопасности признаются мониторы на жидких кристаллах. В связи с этим желательно, чтобы дети (особенно дошкольники) пользовались компьютером, оснащённым именно таким монитором.

2. Сам компьютер (системный блок) должен быть не ранее 1997 года выпуска, что соответствует уровню Pentium II. Компьютеры предыдущего поколения не обладают современными техническими возможностями и не поддерживают современное программное обеспечение.

3. Важную роль в уменьшении физической нагрузки на ребёнка при работе с компьютером является правильно подобранная мебель, соответствующая возрасту и росту ребёнка.

4. Компьютер должен устанавливаться в хорошо проветриваемом помещении, где регулярно проводится влажная уборка.

5. Комната должна иметь хорошее равномерное освещение, не допускающее бликов на экране монитора.

Список цитируемых источников

1. Дошкольное образование: опыт, проблемы, перспективы : IV Междунар. науч.-практ. семинар, 18 апр. 2013 г. : сб. науч. ст. : Барановичи : РИО БарГУ, 2012. — С. 291—292.

2. Об утверждении Санитарных норм и правил «Требования при работе с видеодисплейными терминалами и электронно-вычислительными машинами», Гигиенического норматива «Предельно-допустимые уровни нормируемых параметров при работе с видеодисплейными терминалами и электронно-вычислительными машинами» : постановление М-ва здравоохранения Респ. Беларусь от 28.06.2013 № 59.

Материал поступил в редакцию 10.12.2013 г.

УДК 378.172

О. Л. Мулярчик, преподаватель кафедры социальной педагогики

Учреждение образования «Белорусский государственный педагогический университет им. М. Танка», Минск

ОРГАНИЗАЦИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ СТУДЕНТОВ В УНИВЕРСИТЕТАХ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ И РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ: АНАЛИЗ ОПЫТА

Введение. В последние годы повышается роль высшей школы как социального института, формирующего не только компетентного специалиста, но и полноценную, здоровую личность с такими качествами и свойствами личности, как социальная активность, ориентация на здоровый образ жизни, эстетические идеалы и этические нормы жизни. В связи с этим одной из основных задач учреждения высшего образования выступает