

Калинина Екатерина Павловна

учитель английского языка

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 75 с углубленным изучением немецкого языка Петроградского района Санкт – Петербурга



Конкурс педагогических достижений
«Педагог здоровья Петроградской стороны»
Номинация: «Педагог здоровья Петроградской стороны. Педагог
ОО»

2024

Карта здоровьесберегающей технологии

Автор: Калинина Екатерина Павловна
учитель английского языка ГБОУ СОШ № 75

№ п.п.	Раздел описания технологии	Пример	Описание
1.	Название технологии	Краткое образное название технологии, полное название технологии	Психоэмоциональный комфорт
2.	Вид здоровьесберегающей технологии	Здоровьесберегающая (профилактическая) Оздоровительная (коррекционная)	Здоровьесберегающая (профилактическая)
3.	Получатели технологии	Например: Обучающиеся 1-4 классов школы // Обучающиеся начальной школы // Дети в возрасте 7-11 лет	Обучающиеся 9-11-х классов
4.	Научные основы технологии	Какова научная основа описываемой технологии. Например: педагогика сотрудничества, гуманно личностная педагогика Ш.А. Амонашвили, технология витагенного образования (А.С. Белкин)	Свобода учиться (К. Роджерс), Педагогика здравого смысла (А.А. Леонтьев), Позитивная психология (М. Селигман), педагогика сотрудничества, гуманно личностная педагогика Ш.А. Амонашвили
5	Формально-описательная часть технологии		Комплексная технология, направленная на повышение уровня психоэмоционального комфорта, заботы о себе, осознания себя как личности.
5.1	Цель	Формулируется достижимая цель (Например: привлечение учащихся начальной школы к занятиям спортом во внеурочное время, формирование мотивации детей 14-13 лет к ведению здорового образа жизни)	Создать условия для повышения уровня психоэмоционального комфорта у обучающихся 9-11-х классов.
5.2	Задачи	Например: <ul style="list-style-type: none"> • создание оптимальных условий для образования: гигиенических, медицинских и др.; • обеспечение в организации эффективного образовательного процесса; • предоставление школьникам питания на время их пребывания в учебном заведении; 	<ul style="list-style-type: none"> • создание оптимальных условий для образования: гигиенических, медицинских и др.; • Способствовать развитию позитивного мышления. • Улучшить навыки межличностного общения.

		<ul style="list-style-type: none"> • формирование культуры здоровья в школе; • обеспечение педагогического состава информацией о культуре здоровья, переподготовка кадров, повышение квалификации; • обеспечение здоровой учебной среды для детей и педагогов; • мониторинг состояния здоровья учащихся; создание тематических занятий для педагогов, детей, родителей и т.д. 	<ul style="list-style-type: none"> • Сформировать у участников устойчивую мотивацию к саморазвитию и самосовершенствованию.
5.3	Результаты реализации технологии	<p>Например:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Обучение подростков образцам здорового образа жизни, направленным на вовлечение в занятия спортом и физкультурой. • Повышение уровня экологических знаний и детей, способствующих сохранению их здоровья. • Организация занятости детей в социально значимой деятельности по сохранению здоровья, распространению практик здорового образа жизни 	<p>Результаты реализации технологии:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Повышение уровня субъективного благополучия. • Улучшение настроения и снижение уровня тревожности. • Более эффективное управление стрессом. • Снижение уровня конфликтов в межличностных отношениях. • Увеличение продуктивности и мотивации.
6.	Процессуально-действенная часть технологии		<ol style="list-style-type: none"> 1. Определить потребности аудитории, соответствующие методы и инструменты. 2. Провести занятия, тренинги, мастер-классы с применением различных методов и форм. 3. Активное вовлекать участников в процесс, создавать комфортную и безопасную атмосферу. 4. Оценить результаты реализации технологии. 5. Создать условия для закрепления полученных навыков и знаний.
6.1	Описание процесса реализации технологии	<p>Опишите деятельность в рамках реализации следующих этапов реализации проекта:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подготовительный; - организационно - деятельностный; - результативно-оценочный. 	<p>Подготовительный этап включает в себя подготовку внедрения здоровьесберегающей технологии. Для этого учитываются возрастные особенности детей, их потребности и интересы. К подготовке</p>

			<p>привлекаются не только педагоги-предметники, но и родители и педагог-психолог.</p> <p>Организационно-деятельностный этап включает в себя активную работу на основе разработанных уроков и мероприятий. Также данный этап включает в себя консультации с родителями и педагого-психологом.</p> <p>Заключительным этапом является оценка результатов внедрения и использования здоровьесберегающей технологии. Происходит сбор и анализ данных, подводятся итоги и намечаются дальнейшие пути развития.</p>
6.2	<p>Методы и формы, применяемые при реализации технологии</p>	<p>Например: Методы гуманистической теории воспитания: вовлечения в деятельность, развития сознания и самосознания, стимулирования и развития интеллектуальной, эмоциональной и волевой сфер. Методы сотрудничества: открытый диалог, свободный выбор, коллективный анализ и оценка, «мозговой штурм», самоанализ и самооценка, импровизация, игра. Методы по характеру воздействия на учащегося (Н.И. Болдырев, Н.К. Гончаров, Ф.Ф. Королев): убеждение; упражнение; поощрение и наказание. Интегративные методы на основе единства целевой, содержательной и процессуальной сторон (В.А. Сластенин и И.Г. Щукина): формирования сознания: взглядов, убеждений, идеалов (рассказ, объяснение, разъяснение, лекция, этическая беседа, увещание, внушение, инструктаж, диспут, доклад, пример); организации деятельности и формирования</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Методы гуманистической теории воспитания: вовлечения в деятельность, развития сознания и самосознания, стимулирования и развития интеллектуальной, эмоциональной и волевой сфер. • Методы сотрудничества: открытый диалог, свободный выбор, коллективный анализ и оценка, «мозговой штурм», самоанализ и самооценка, импровизация, игра. • Интегративные методы на основе единства целевой, содержательной и процессуальной сторон (В.А. Сластенин и И.Г. Щукина): формирования сознания: взглядов, убеждений, идеалов (рассказ, объяснение, разъяснение, лекция, этическая беседа, увещание, внушение, инструктаж, диспут, доклад, пример); стимулирования поведения и деятельности (соревнование, поощрение, наказание).

		<p>опыта общественного поведения (упражнение, приучение, педагогическое требование, общественное мнение, поручение, воспитывающие ситуации); стимулирования поведения и деятельности (соревнование, поощрение, наказание). Формы реализации технологии: по количеству участников (индивидуальные, групповые, коллективные), по характеру доминирующей деятельности (игровые, познавательные, трудовые, спортивные, коммуникативные, ценностно-ориентирующие), по частоте использования (традиционные: широко известные и применяемые в массовой практике, давно признанные педагогической общественностью; входящие в систему традиций школы, класса; эпизодические: формы, которые в силу их специфики нельзя применять часто (например, очень сложные в организации или оказывающие на воспитанников сильное эмоциональное воздействие, рассчитанные на эффект неожиданности), являющиеся эпизодическими в работе школы, класса, конкретного педагога; нестандартные: новые в педагогической практике и науке; ранее не применявшиеся в данной школе. Используйте предложенные или другие.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Позитивная психология (техники благодарности, фокусировка на сильных сторонах).
6.3	Диагностика результатов	Инструментарий, периодичность диагностирования	<p>С периодичностью 2 раза в год</p> <ul style="list-style-type: none"> • Анкетирование: Определение уровня психоэмоционального состояния участников до и после реализации технологии. • Шкалы самооценки: Оценка уровня тревожности, депрессии, стресса. • Наблюдение: Оценка изменений в поведении и коммуникации участников.

7.	Воспроизводимость технологии	Полное наименование учреждения (ий), где реализовывалась технология	ГБОУ СОШ № 75 с углубленным изучением немецкого языка Петроградского района Санкт-Петербурга
8.	Сроки реализации	Начало: Окончание:	Сентябрь 2024 - май 2026
9.	Контактная информация	ФИО автора(ов) полностью Место работы полностью Должность полностью Номер телефона Адрес электронной почты	Калинина Екатерина Павловна ГБОУ СОШ № 75 Учитель английского языка +79992361592 audax.femina@gmail.com

