

Государственная бюджетная специальная (коррекционная)
школа-интернат VIII вида с. Малый Толкай
Похвистневского района Самарской области

**Тема: «Создание здоровьесберегающего
образовательного пространства и внедрение
здоровьесберегающих технологий в образовательный
процесс коррекционной школы.»**

подготовила
учитель
Чуватова Любовь Петровна

Внедрение здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс коррекционной школы на данный момент является не только актуальной темой, но и необходимой мерой обеспечения качества образовательного процесса. Влияние школы и учебной нагрузки столь велико из-за их длительного воздействия. Влияние это приходится на период интенсивного развития и формирования организма, когда любые неблагоприятные влияния оказывают наибольшее воздействие.

За последние 10 лет в среднем по России число учащихся с хронической патологией возросло в 1,5 раза, а среди подростков - в 2,1 раза, за время обучения 70% функциональных расстройств переходят теперь в хроническую патологию к окончанию школы, в 4-5 раз возрастает заболеваемость органов зрения, в 3 раза - органов пищеварения, в 2 раза - число нервно-психических расстройств.

Наиболее значительный прирост всех нарушений состояния здоровья отмечен в 7-10 лет и в период от 12 до 17 лет. При этом считается, что отрицательное влияние внутришкольной среды и, прежде всего, перегрузок в начальной школе составляет 12%, а старшей - 21%. Физиологическая цена школьных перегрузок хорошо известна - развитие астенических состояний, ухудшение зрения, обострение хронических заболеваний.

Для градации здоровья детей используют его качественную характеристику. Детей на основании результатов медицинского осмотра распределяют на 5 групп здоровья:

- 1- здоровые, нормально развивающиеся, без функциональных отклонений;
- 1- здоровые, при наличии функциональных или небольших морфологических отклонений;
- 2- больные в компенсированном состоянии;
- 3- больные в субкомпенсированном состоянии;
- 4- больные в декомпенсированном состоянии.

Первая группа - это школьники, у которых отсутствуют хронические заболевания, и которые имеют нормальное, соответствующее возрасту физическое и нервно-психическое развитие.

Вторую группу составляют дети, не страдающие хроническими заболеваниями но имеющие некоторые функциональные и морфологические отклонения, а иногда часто длительно болеющие.

Третья группа объединяет тех, кто имеет хронические заболевания или врожденную патологию в состоянии компенсации с редкими и нетяжелыми протекающими обострениями хронического заболевания, без выраженного нарушения общего состояния и самочувствия

К четвертой группе относятся учащиеся с хроническими заболеваниями. врожденными пороками развития в состоянии субкомпенсации, с затяжным периодом восстановления после острых заболеваний.

В пятую группу включаются больные с тяжелыми хроническими

заболеваниями в состоянии декомпенсации и со значительно сниженными функциональными возможностями. Как правило, такие больные не посещают детские и подростковые учреждения общего профиля и наблюдаются по индивидуальным схемам.

Можно выделить следующие **причины неблагополучия здоровья учащихся:**

- стрессогенные технологии проведения урока и оценивания знаний учащихся;
- недостаток физической активности учащихся, приводящий к гиподинамии и другим нарушениям здоровья школьников;
- перегруженность учебных программ фактологической информацией и чрезмерная интенсификация образовательного процесса, вызывающие у учащихся переутомление;
- неправильная организация питания учащихся в школе;
- невозможность (неспособность) многих учителей в условиях современной организации образовательного процесса реализовать индивидуальный подход к школьникам в процессе учебно-воспитательной работы, с учетом психологических, физиологических особенностей и состояния здоровья.

Неоспоримо, что основная задача школы - подготовить ребенка к самостоятельной жизни, дав ему необходимое образование. Но может ли каждый профессионально подготовленный педагог бесстрастно относиться к неблагополучному состоянию здоровья своих воспитанников, его прогрессирующему ухудшению? Одним из ответов на этот вопрос и стала востребованность учителями и руководителями образовательных учреждений здоровьесберегающих образовательных технологий (ЗОТ).

Под **здоровьесберегающими технологиями** понимают: систему мер по охране и укреплению здоровья учащихся, учитывающую важнейшие характеристики образовательной среды и условия жизни ребенка, воздействующие на здоровье:

- факторы внешней среды, способные оказывать негативное воздействие на состояние здоровья учащихся (экологические, экономические, социальные и т.п.);
- факторы школьной среды- качественная оценка школьных зданий, санитарно-технического, медицинского, спортивного оборудования и оснащения, организации системы питания с учетом требований санитарных норм и правил, количественная и качественная характеристика контингента школы;
- организацию учебного процесса и режима учебной нагрузки;
- организацию и формы физического воспитания и физкультурно-оздоровительной работы;
- формы и методы здоровьесберегающей деятельности учреждений общего образования;
- динамику текущей и хронической заболеваемости.

Выделяют три возможных уровня реализации

здоровьесберегающих технологий:

1.Уровень управления образования предполагает принятие грамотных стратегических решений, разработку положений и реализацию программ с учетом — состояния здоровья учащихся данной территории, методическое обеспечение образовательных учреждений".

2.Уровень школы начинается с постановки цели и определения задач по активному внедрению ЗОТ в работу школы:

- создание оптимальных гигиенических, экологических и других условий для образовательного процесса;
- организации образовательного процесса, предотвращающей формирование у учащихся дезадаптационных состояний: переутомления, гиподинамии, дистресса и т.п.; - обеспечение школьников в период их пребывания в школе питанием, способствующим нормальной работе пищеварительной системы и обмену веществ в соответствии с современными медико-гигиеническими требованиями;
- включение в учебные планы школы для всех классов занятий, позволяющих целенаправленно подготовить учащихся к деятельности по сохранению и укреплению своего здоровья, сформировать у них культуру здоровья, воспитать стремление к ведению здорового образа жизни;
- обеспечение подготовки (повышения квалификации, переподготовки) всего педагогического коллектива по вопросам здоровья, подготовки всех учителей и специалистов к внедрению в работу школы;
- обеспечение охраны здоровья педагогов и создание условий, позволяющих им грамотно укреплять свое здоровье;
- проведение диагностики и мониторинга состояния учащихся, динамики состояния их здоровья;
- проведение тематических бесед с родителями учащихся, направленных на формирование в их семьях здоровьесберегающих условий, здорового образа жизни, профилактику вредных привычек

3.Уровень класса.

От того, насколько работа каждого учителя отвечает задачам здоровьесбережения, в конечном счете зависит результат влияния школы на здоровье учащихся. Организовать обучение учителя таким технологиям - задача руководства школы, использовать их в своей работе, отслеживая результаты, - задача каждого учителя.

В работе отдельного учителя ЗОТ можно представить как системно организованное на едином методическом фундаменте сочетание принципов педагогики сотрудничества, "эффективных" педагогических Техник, элементов педагогического мастерства, направленных на достижение оптимальной психологической адаптированности школьника к образовательному процессу, заботу о сохранении его здоровья и воспитание у него личным примером культуры здоровья.

Перед учителем, готовым использовать в своей работе ЗОТ. па первом

этапе в этой связи стоят следующие задачи:

- объективно оценить свои достоинства и недостатки, связанные с профессиональной деятельностью, составить план необходимой самокоррекции и приступить к его реализации;
- пройти необходимое повышение квалификации по вопросам здоровья, ЗОТ;
- провести ревизию используемых в своей работе педагогических приемов и техник в аспекте их предполагаемого воздействия на здоровье учащихся;
- начать целенаправленную реализацию ЗОТ в ходе проведения учебных занятий и внешкольной работы с учащимися, отслеживая получаемые результаты как по собственным ощущениям, так и с помощью объективных методов оценки;
- содействовать формированию в своем образовательном учреждении здоровьесберегающей образовательной среды как эффективному взаимодействию всех членов педагогического коллектива, учащихся, их родителей для создания условий и реализации программ, направленных на сохранение, формирование и укрепление здоровья.

Таким образом, главная задача реализации здоровьесберегающих образовательных технологий- такая организация образовательного процесса на всех уровнях, при которой качественное обучение, развитие и воспитание учащихся не сопровождается нанесением ущерба их здоровью.

Грамотное решение этой задачи позволяет решить также и две другие задачи. непосредственно с ней связанные: сохранение здоровья педагогов и воспитание культуры здоровья у школьников. Каждый учитель должен уметь проводить **физкультминутки** на своих уроках, учитывая специфику своего предмета.

Проведение физкультминуток должно решать следующие задачи:

- 1) уменьшение утомления и снижения отрицательного влияния однообразной рабочей позы;
- 2) активизацию внимания учащихся и повышение способности к восприятию учебного материала;
- 3) эмоциональную встряску учащихся, возможность сбросить накопившийся груз отрицательных эмоций и переживаний.

Отсюда можно сделать вывод, что знание здоровьесберегающих технологий - важная составляющая профессиональной компетентности современного учителя. Учитель, использующий эти технологии, разрешает проблему перегрузки и переутомления учащихся на уроках. У них развивается внимание, память, творческое воображение, формируется мышление, свобода суждений.

Рекомендуемая литература:

1.Абрамова И.В., Бочкарева Т.И. "Здоровьесберегающие технологии в

начальной школе», - . Самара: СИПКРО, 2004 (Методическое пособие по внедрению здоровьесберегающих технологии в учебно-воспитательный процесс), СИПКРО, Самара 2004г.

2.Баль Л.В., Барканова СВ. и др. "Формирование здорового образа жизни российских подростков". Москва, Гуманитарный издательский центр ВЛЛДОС. 2003. Методическое пособие для классных руководителей, работающих в 5-9 классах, по формированию здорового образа жизни у подростков.

3.Смирнов Н.К. "Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы". Москва: АРКТИ, 2003.