Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования

«Детская школа искусств № 3 ЭМР»(МБУДО «ДШИ № 3 ЭМР»)

413111, г. Энгельс, Саратовская область, пр-т Строителей,8. тел.: (8453)95-32-50; тел.факс: (8453) 79-28-15, E-mail:engelsartschool3@gmail.com

**ДОКЛАД**

Преподавателя МБУДО

«Детская школа искусств №3 ЭМР»

Саратовской области

С.Г. Жуковой

# СОЗДАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ СРЕДЫ, КАК ОСНОВНОГО РЕСУРСА ОБЕСПЕЧЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

**Энгельс 2018 г.**

**СОЗДАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ СРЕДЫ,**

**КАК ОСНОВНОГО РЕСУРСА ОБЕСПЕЧЕНИЯ**

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

***Здоровье гораздо более зависит от наших привычек и питания, чем от врачебного искусства.***

***(Д. Леббок)***

Здоровье учащихся – одно из важных условий благополучия школы, её успешности в сфере образования, поэтому главная задача образования - построить учебный процесс так, чтобы сохранить здоровье учащихся.

Не секрет, что здоровье сегодняшних детей оставляет желать лучшего и является важнейшей проблемой, обостренной в настоящее время сложными экономическими и экологическими условиями.

В последние годы всё чаще поднимается вопрос о значимости здоровьесберегающих технологий. Под здоровьесберегающими технологиями надо понимать систему мер по формированию, сохранению, укреплению и развитию духовного, эмоционального, интеллектуального и физического здоровья учащихся. Подготовить учащихся к самостоятельной жизни - значит сформировать у них адекватные механизмы физиологической, психологической, социальной адаптации к окружающей действительности. Именно поэтому в концепции построения образовательной среды приоритетной функцией являются здоровьесберегающие технологии.

В любом образовательном учреждении, в том числе и в школе искусств должны быть созданы оптимальные условия для комфортного пребывания учащихся, а также их всестороннего творческого развития.

*Основные составляющие здоровьесберегающей системы:*

1. Организация рационального учебно-воспитательного процесса с учётом

возрастных особенностей детей, а также в соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями.

1. Организация рационального двигательного режима учащихся.
2. Создание благоприятного психо-эмоционального климата для комфортного пребывания учащихся.

4. Использование разных методов, способов по формированию мотиваций и навыков здорового образа жизни.

Здоровьесберегающие технологии можно условно разделить на четыре группы: медицинские, образовательные, социальные и психологические.

*Медицинские технологии заключаются:*

* в сохранении и укреплении здоровья и безопасности учащихся;
* в профилактике заболеваний;
* в соблюдении санитарно-гигиенических требований в организации урока (проветривание класса, оптимальный тепловой режим, хорошая освещённость, чистота) в соответствии с САН ПИ;
* в обеспечении детей питьевой кипяченой водой;
* в санитарно-просветительской работе (индивидуальные беседы, выступления на родительских собраниях, проведение тематического урока);
* в применении народных средств (ношение кулонов с чесноком) в целях профилактики вирусных инфекций;
* в коррекции патологии опорно-двигательного аппарата (в частности, нарушение осанки);
* в отношении к здоровью как к ценности;
* в формировании гигиенических навыков и привычек.

*Образовательные технологии заключаются:*

* в организации режима учебных занятий с учётом динамики умственной и физической работоспособности учащихся в течение учебного урока, недели, года;
* во включении в структуру урока пауз для понимания, осознания и осмысления своей деятельности учащимися:
* в информационно-обучающей и воспитательной работе;
* в развитии и укреплении органов дыхания;
* в чередовании высоких и низких нагрузок на познавательную, эмоциональную сферу учащихся;
* в формировании художественно-эстетического вкуса;
* в смене эмоциональной и физической видов деятельности;
* в наличии физической активности (благодаря грамотно выстроенной организации физического обучения учащихся удаётся избежать травм);
* в изучении стартовых возможностей и динамики развития ребёнка в процессе обучения;
* в дозировке учебной нагрузки (учебный год строится по четвертям, что позволяет задать последовательное чередование труда и отдыха и предотвращает переутомление учащихся);
* в построении урока с учётом работоспособности учащихся;
* в активизации умственной деятельности;
* в гармоничном развитии личности посредством активизации чувств и эмоций;
* предупреждение утомления и переутомления;
* в чередовании умственной и двигательной активности учащихся.

*Социальные технологии заключаются:*

* в умении противостоять вредным привычкам;
* в повышении нравственного воспитания подростков;
* в пропаганде здорового образа жизни;
* в социальной адаптации детей с проблемами здоровья, детей из неполных и неблагополучных семей;
* в сохранении семейных традиций, почитании старшего поколения.

Взаимоотношения между родителями и детьми должны быть доверительно-дружескими, товарищескими, но при этом ребёнок должен понимать и уважать родителей, их мнение, суждение.

*Психологические технологии заключаются:*

* в благоприятном эмоциональном настрое;
* в уважении к личности учащегося;
* в профилактике и коррекции психологических отклонений личностного характера;
* в психологической безопасности личности учащегося;
* в решении проблем взаимоотношений со сверстниками, учителями, родителями;
* в наличии мотивации деятельности учащихся на уроке:

а) внешняя мотивация: оценка, похвала, поддержка, соревновательный момент;

б) стимуляция внутренней мотивации: стремление больше узнать, радость от активности, интерес к изучаемому материалу;

* в отсутствии стресса, адекватности требований, адекватности методик обучения и воспитания;
* в наличии на уроке эмоциональных разрядок: шуток, улыбок, афоризмов с комментариями и т.п.;
* в повышении собственной самооценки, адекватности коммуникативных проявлений учащихся;
* в снятии страхов, зажимов, тревожности и неуверенности перед возможными ошибками через реализацию принципов игры и коллективного сотворчества.

Образование, формирующее здоровье, возможно только при создании благоприятной образовательной среды для поддержания личностного развития каждого ребёнка.

1. С точки зрения здоровьесбережения нужно учить так, чтобы не наносить вреда здоровью учащихся.
2. Каждый урок должен быть интересен. Психолог П.Я. Гальперин пишет: «Известны случаи, когда даже маленькие дети в условиях обучения, построенного на интересе, легко выдерживают 10-12 часов ежедневных занятий без малейшего ущерба для здоровья. Губит здоровье детей тоска зелёная». Скучное обучение приводит к утомлению за значительно более короткое время.
3. Учебное занятие должно быть эмоциональным, вызвать интерес к учению и воспитывать потребность в знаниях.
4. Темп и ритм учебного занятия должны быть оптимальными.
5. Необходим полный контакт во взаимодействии преподавателя и обучающегося.
6. На уроке должен соблюдаться педагогический такт - умение находить в каждом случае наиболее правильный педагогический прием. В одинаковой степени это относится к учебной и воспитательной работе. На уроке педагогический такт в основном является следствием глубокого знания учителем своего предмета и владения методикой, знаниями возрастных и индивидуальных особенностей учащихся. В воспитательной же работе педагогический такт - результат знания основ педагогики, общей и детской психологии. Это умение учителя держать себя с детьми, умение в каждом отдельном случае понять состояние учащегося, его побуждения, интересы и найти наиболее действенную меру воспитания.
7. Должна доминировать атмосфера доброжелательности, уважения, доверия и активного творчества. С целью укрепления психологического здоровья детей важно добиться на уроке благоприятного психологического настроения с помощью создания ситуаций успеха для учащихся, корректности и объективности оценки деятельности учащихся на уроке, на основе искреннего уважения и доверия к обучающимся.

В школе искусств на отделении «Искусство театра» для решения данных задач сформированы три направления деятельности:

1. *словотерапия* (широко используются тренинги, направленные на развитие речевой активности (речевое дыхание, сила и темп речи);
2. *игротерапия* (используются игровые методики, направленные на развитие двигательной активности, на развитие внимания и слухового восприятия, психогимнастика по методике М. Чистяковой);
3. *эстетотерапия* (комплекс характеристик информативной сферы жизнедеятельности, основу которого определяет система ценностей, духовно-нравственное благополучие, установок и мотивов поведения в обществе). Это даёт возможность устранить тревожность и страхи, возникающие у детей (страх перед ошибками, перед сложностью представления конечного результата и т. д.) и тормозящие творческий процесс, создать атмосферу духовно-эмоциональной безопасности и комфорта.

Обучение учащихся ведется по образовательным программам, скорректированным с учётом постепенного повышения уровня сложности: это углубление, расширение, усложнение упражнений-заданий.

Есть дети, относящиеся по состоянию здоровья к так называемой группе риска (дети, имеющие те или иные отклонения в состоянии здоровья). Причины отклонений можно разделить на внешние и внутренние факторы. *Внешние факторы* (за пределами школы):

* экология;
* семья и микроклимат в ней;
* наследственность;
* недостаточная грамотность родителей в вопросах сохранения здоровья детей;
* круг общения, вредные привычки;
* питание.

В век информационных технологий в большинстве случаев патология заболеваний нервной системы, органов зрения (понижение остроты зрения) и опорно-двигательного аппарата (в частности – нарушение осанки) показывает на длительный просмотр телепередач, доступ к компьютерным играм.

*Внутренние факторы* (в школе):

* стрессовая преподавательская тактика;
* соблюдение элементарных экологических и гигиенических требований в организации учебного процесса;
* неграмотность преподавателя в вопросах охраны и укрепления здоровья;
* отсутствие системной работы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни.

Сила влияния внешних и внутренних факторов риска определяются тем, что они действую:

* комплексно и системно;
* длительно и непрерывно.

Именно поэтому становится понятной значимость всех оздоровительных мероприятий, сохранение и поддержание здоровья как высшей ценности личности.

Вышеперечисленные оздоровительные мероприятия направлены на сохранение имеющегося потенциала здоровья обучающихся.

Здоровьесберегающие технологии рассматриваются как фактор эффективного образования и как метод формирования, укрепления и сохранения здоровья учащихся, что в наше время является особо актуальной задачей. Важно отметить, что эффективность образования напрямую зависит от состояния здоровья детей, и полноценная реализация здоровьесберегающих программ в образовании – это, прежде всего, совместная работа преподавателей и родителей.

Для этой цели важно достичь такого результата, чтобы наши дети, переступая порог «взрослой жизни», не только имели высокий потенциал здоровья, позволяющий вести здоровый образ жизни, но и имели багаж знаний, позволяющий им делать это правильно.

**ИСТОЧНИКИ ИСПОЛЬЗУЕМЫХ РЕСУРСОВ:**

***P.S. Все умное, к сожалению, уже сказали до нас!***

***(Вольтер)***

1. Общие вопросы здоровьесберегающего обучения в школе// Безрукова В. С. Все о современном уроке в школе: проблемы и решения. М. : Сентябрь, 2006. С. 10.

# Здоровьесберегающие технологии в обучении младших школьников –

<http://festival.1september.ru/articles/524418/>

1. Шамова Т. И., Шклярова О. А. Здоровьесберегающие основы образовательного процесса в школе// Наука и практика воспитания и дополнительного образования. № 1. 2008. С. 109.
2. Кропотин Д. Г. Сохранить здоровье детей! // Внешкольник. № 1 (124). 2008. С. 28.
3. Здоровьесберегающие технологии в учебно-воспитательном процессе – <http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/obshchepedagogicheskie-tekhnologii/2013/07/10/zdorovesberegayushchie-tekhnologii-v>
4. Харисов Ф. Ф. Сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения – приоритетная задача российского государства// Внешкольник. № 1 (124). 2008. С. 32.
5. Здоровьесберегающие технологии в школе –

<http://www.edu.cap.ru/?t=hry&hry=./4365/104105/104106/135623>