

***Образовательная среда, как
условие сохранения здоровья
школьников с
ограниченными
возможностями***

Основные проблемы России

- Кризис физического, морального и психического здоровья Россиян.
- Кризис семьи и репродуктивного здоровья, проявляющийся резким падением рождаемости, увеличением числа разводов, неполных и неблагополучных семей.
- Экологический кризис, проявляющийся высоким уровнем загрязнения окружающей среды, ухудшением качества продуктов питания и воды

Физическое здоровье

- совершенство саморегуляции в организме, гармония физиологических процессов, максимальная адаптация к окружающей среде (педагогическое определение)
- состояние роста и развития органов и систем организма, основу которого составляют морфологические и функциональные резервы, обеспечивающие адаптационные реакции (медицинское определение)

Психическое здоровье

- высокое сознание, развитое мышление, большая внутренняя и моральная сила, побуждающая к созидательной деятельности (педагогическое определение)
- это состояние психической сферы, основу которой составляет статус общего душевного комфорта, адекватная поведенческая реакция (медицинское определение)

- ***Духовно-нравственное здоровье*** - это комплекс характеристик, определяющих систему ценностей, установок и мотивов поведения, отношений и ориентаций индивида в обществе.
- ***Социальное здоровье*** - это здоровье общества, а также окружающей среды для каждого человека.

Факторы здоровья учащихся

эндогенные

- возрастные
- половые
- наследственные: типологические, индивидуальные
- катамнез: пороки развития, перенесенные заболевания

экзогенные

- Экологические
- Экономические
- Социальные:
 - семейные
 - культуральные
 - социобытовые
 - медицинские

Внутришкольные факторы

педагогические

- учебная нагрузка
- средства и методы обучения и воспитания
- качество дидактических материалов
- педагогические методики
- организация физического воспитания

физиолого-гигиенические

- режим дня
- качество оборудования
- организация двигательной активности
- оздоровительные мероприятия

социо-психологические

- мотивация учащихся
- взаимоотношения ученик-учитель
- взаимоотношения ученик-класс
- взаимоотношения учитель - родители

Факторы риска

- Стрессовая педагогическая тактика;
- Несоответствие методик и технологий обучения возрастным и функциональным возможностям школьников;
- Несоблюдение физиологических и гигиенических требований к организации учебного процесса;
- Недостаточная грамотность родителей в вопросах сохранения здоровья детей;
- Провалы в системе физического воспитания;
- Функциональная неграмотность педагога в вопросах охраны и укрепления здоровья;
- Частичное разрушение служб школьного медицинского контроля;
- Отсутствие системной работы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни

Образовательная среда -

это совокупность условий и средств, соответствующая особенностям развития учащихся с ограниченными возможностями здоровья, их особым образовательным потребностям



Организация учебно-воспитательного процесса

```
graph TD; A[Организация учебно-воспитательного процесса] --> B[Использование возможностей учебного плана]; A --> C[Вариативные формы получения образования]; A --> D[Составление расписания с учетом гигиенических требований]; B --> E[Разработка адаптивных программ]; C --> F[Применение комплексных здоровьесберегающих технологий]; D --> G[Организация учебного дня];
```

Использование возможностей учебного плана

Разработка адаптивных программ

Вариативные формы получения образования

Применение комплексных здоровьесберегающих технологий

Составление расписания с учетом гигиенических требований

Организация учебного дня

Учебный план

Общеобразовательные курсы

Коррекционная
подготовка

- **Коррекционные курсы** (ритмика, СБО, развитие речи)
- **Обязательные индивидуальные и групповые коррекционные занятия** (логопедия, ЛФК, развитие психомоторики и сенсорных процессов)

Школьный
компонент

- **Обязательные занятия по выбору** (физкультура, ритмика)
- **Факультативные занятия** (физкультура, психологический практикум)

Адаптивные образовательные программы

Создание адекватных комфортных условий обучения для детей с разными учебными возможностями; расширение жизненных компетенций учащихся с ограниченными возможностями здоровья

- Трудовое обучение «Кулинария»
 - Трудовое обучение Декоративно-прикладное творчество
 - Коррекционный курс «Развитие психомоторики и сенсорных процессов»
 - Коррекционный курс «Развитие познавательных процессов»
 - Коррекционный курс социальной поддержки «Я и мир вокруг меня»
 - Факультативный курс «Физическая культура»
 - Факультативный курс «Этика и психология семейной жизни»
 - «Изобразительное искусство»
 - «Ритмика» , «Музыка и пение»
- Разработка программ для детей со сложной структурой дефектов в развитии

Вариативные формы получения образования

● Положение о формах получения образования в государственных образовательных учреждениях города Москвы

201			
Классно-урочная форма 81%	Коррекционно-развивающие занятия 7%	Индивидуальное обучение на дому 10,5%	Семейное образование 1,5%

Организация учебного дня

- Утренняя зарядка
- Динамические перемены
- Физкультурные минутки
- Организация перемен, дежурство
- Организация режима питания



Здоровьесберегающие технологии - это

- условия обучения ребенка в школе (отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания);
- рациональная организация учебного процесса (в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями);
- соответствие учебной и физической нагрузки возрастным возможностям ребенка;
- необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим.

Приоритеты здоровьесберегающей работы учителя

- снятие учебных перегрузок школьников
- организация физической активности учащихся
- организация правильного питания
- предупреждение вредного воздействия на здоровье учащихся факторов, непосредственно связанных с образовательным процессом

Приоритеты здоровьесберегающей работы учителя

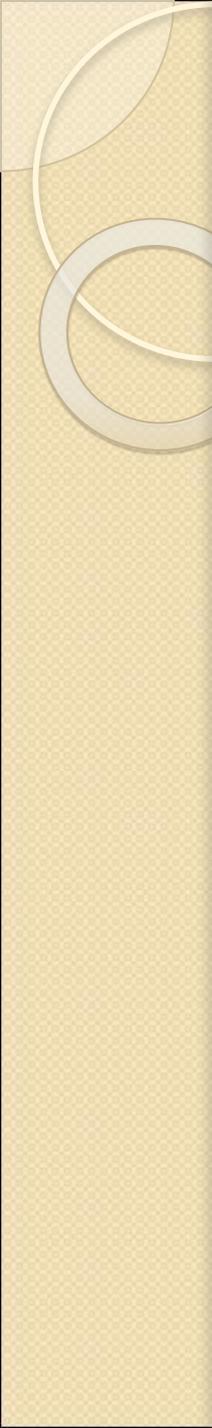
- охрана и укрепление психического здоровья учащихся
- формирование культуры здоровья учащихся и компетентности педагогов в вопросах здоровья и здоровьесберегающих технологий
- организация сотрудничества с родителями учащихся по вопросам сохранения и укрепления здоровья их детей.

Принципы здоровьесбережения

- Принцип не нанесения вреда
- Принцип приоритета действенной заботы о здоровье учащихся и педагогов
- Принцип целостного представления о здоровье
- Принцип непрерывности и преемственности здоровьесбережения

Принципы здоровьесбережения

- Принцип сотрудничества (субъект-субъектного взаимоотношения) с учащимися
- Принцип соответствия сознания и организации обучения возрастным особенностям учащихся
- Принцип сочетания охранительной и тренирующей стратегии
- Принцип формирования ответственности учащихся за свое здоровье



Здоровьесберегающие принципы организации современного урока

- *Современный урок – это урок без
стрессов*

Требования к организации учебного занятия с позиции здоровьесбережения

В начале урока обратите внимание на санитарно-гигиенические условия в учебном классе:

- Температура и свежесть воздуха (чистота воздуха – фактор работоспособности и успешности учащихся)
- Качество освещения класса и доски, помните естественно освещение благоприятнее, чем искусственное
- Шумовой (звуковой фон)
- Чистота помещения, аккуратность

Санитарно-гигиенические условия

- Чистота классной доски
- Знание и учет физических и психологических особенностей каждого ученика (зрение, слух, особенности восприятия, внимание и т.д.)
- Место и длительность применения ТСО
- Подготовка дидактических материалов и их соответствие требованиям к наглядным пособиям

Эффективность усвоения знаний в течение урока

- 5 – 25 минута – 80%
- 25 – 35 минута – 60 – 40%
- 35 – 40 минута – 10%



Число видов учебной деятельности, используемых учителем

- опрос учащихся,
- письмо,
- чтение,
- слушание,
- рассказ,
- рассматривание наглядных пособий,
- ответы на вопросы,
- решение примеров, задач,
- практические занятия и т. д.

**Нормой считается 4-7
видов за урок**

Средняя продолжительность и частота чередования различных видов учебной деятельности:

в старших классах -
7-10 минут.

в начальных классах
– 5-7 минут

Число использованных учителем видов преподавания

- словесный,
- наглядный,
- аудиовизуальный,
- самостоятельная работа и др.

Норма - не менее трех за урок

Чередование видов преподавания
- не позже чем через 10-15 минут.



Позы учащихся и их чередование в зависимости от характера выполняемой работы

- Степень естественности позы школьников на уроке может служить хорошим индикатором психологического воздействия учителя, степени авторитаризма: механизм здоровьеразрушающего воздействия авторитарного учителя состоит, в частности, в том, что дети на его уроках избыточно напряжены.



- Эта изматывающая ситуация не только резко повышает уровень невротизации школьников, но и губительно отражается на их характере.



Физкультминутки и физкультпаузы

- Физкультминутки и физкультпаузы являются обязательной составной частью урока.

Необходимо обратить внимание на их содержание и продолжительность (норма - на 15-20 минут урока по 1 минуте из трех легких упражнений с 3-4 повторениями каждого), а также эмоциональный климат во время выполнения упражнений и наличие у школьников желания их выполнять.



Наличие у учащихся мотивации к учебной деятельности на уроке

- интерес к занятиям,
- стремление больше узнать,
- радость от активности,
- интерес к изучаемому материалу и т.п.



Оценивается уровень этой мотивации и методы ее повышения, используемые учителем.

Благоприятный психологический климат на уроке

- Благоприятный психологический климат на уроке служит одним из показателей успешности его проведения: заряд положительных эмоций, полученных школьниками и самим учителем определяет позитивное воздействие школы на здоровье.



Преобладающее выражение лица учителя

Урок неполноценен, если на нем не было эмоционально-смысловых разрядок:

- улыбок,
- уместных остроумных шуток,
- использования поговорок,
- афоризмов с комментариями,
- музыкальных минуток и т.д.



Момент наступления утомления учащихся и снижения их учебной активности

- Определяется в ходе наблюдения за возрастанием двигательных и пассивных отвлечений школьников в процессе учебной работы.
- Норма - не ранее чем за 5-10 минут до окончания урока.

Темп и особенности окончания урока

Желательно, чтобы завершение урока было спокойным:

- учащиеся имели возможность задать учителю вопросы,
- учитель мог прокомментировать задание на дом,
- попрощаться со школьниками.

Состояние и вид учеников, выходящих с урока

- Интегральным показателем эффективности проведенного занятия можно считать **состояние и вид учеников, выходящих с урока.**
- Стоит обратить внимание и на состояние учителя.



Включение в содержательную часть урока вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни

- Положительной оценки заслуживает включение в содержательную часть урока вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни. Умение учителя выделить и подчеркнуть вопросы, связанные со здоровьем, является одним из критериев его педагогического профессионализма.

Каким должен быть урок, помогающий сохранять и укреплять здоровье школьников?

- снижение утомления школьников,
- создание благоприятного психологического климата,
- обеспечение индивидуального и дифференцированного подходов в процессе обучения,
- выполнение санитарно-гигиенических условий.

*Школа должна быть местом
радости, спокойствия и
сотрудничества*