

Кагарманова Р. Х.

МБОУ «Школа-интернат №4 г. Челябинска»,

г. Челябинск

РЕАЛИЗАЦИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В УСЛОВИЯХ ШКОЛЫ-ИНТЕРНАТА

В современном обществе центральной идеей является сохранение здоровья подрастающего поколения, как основополагающего фактора будущего благополучия России. Сегодня очень важно не только подготовить ребенка к самостоятельной жизни, воспитать его нравственно и физически здоровым, но и научить его быть здоровым, способствовать формированию у него осознанной потребности в здоровье, как залога будущего благополучия и успеха в жизни.

Одной из приоритетных задач системы образования является сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у них ценностей здоровья и здорового образа жизни. Образ жизни – это составная часть общей культуры не только подрастающего поколения, но и нации. Отношение к собственному здоровью определяет культуру каждого воспитанника. В МБОУ «Школа-интернат №4 г. Челябинска» часть воспитанников пребывают круглосуточно. При поступлении в школу у большинства детей не сформированы элементарные навыки личной гигиены и самообслуживания.

В этой связи в школе разработаны и реализуются курсы внеурочной деятельности «Формирование санитарно-гигиенических навыков у детей младшего школьного возраста с нарушением опорно-двигательного аппарата и центральной нервной системы» и «Формирование здорового образа жизни у подростков с нарушением опорно-двигательного аппарата и центральной нервной системы». Данные программы дают возможность воспитателям планировать и проводить системную работу по становлению навыков жизнеобеспечения и развития интеллектуальных и личностных проявлений, закладывать основы знаний, умений и навыков к здоровому образу жизни, формировать подростка как личность.

Программы включают следующие разделы: личная гигиена, общественная гигиена, специфическая гигиена, двигательная активность, здоровый образ жизни и безопасность жизнедеятельности. В каждом разделе представлены цели и задачи, зоны ближайшего развития особых детей, коррекционные задачи, также имеется методический блок. Программы составлены с учетом возрастных особенностей и возможностей детей. Ребенок взрослеет, и требования усложняются. Поэтому и уровень усвоения программ тоже разный, но индивидуальный подход, индивидуальная работа с каждым воспитанником, контроль, занятия-практикумы дают положительные результаты. Например, дети, казалось бы, много знают о пользе утренней гимнастики, но не знают, какой именно комплекс упражнений необходим с учетом тех или иных особенностей. Поэтому в индивидуальной работе педагогами подбираются индивидуальные комплексы упражнений. Нарушение дыхания приводит так же к различным патологиям (головные боли, утомляемость, сонливость и т.д.), поэтому в физкультминутках, физкультпаузах педагоги используют дыхательную гимнастику, артикуляционную и мимическую гимнастику. Для развития мелкой моторики – пальчиковую гимнастику.

Целесообразность реализуемых программ в том, что они обеспечивают соблюдение принципа преемственности, что позволяет определить уровни сформированности самостоятельности ребенка, его самосознания и самореализации в вопросах сохранения и укрепления здоровья.

Содержание указанных выше программ реализуется в различных формах: акции, декады, конкурсы рисунков, плакатов, театрализованные представления, спортивные соревнования, спортивные мероприятия с участием детей и их родителей. Например, традиционно в апреле проходит неделя здоровья, где участвуют учащиеся всей школы: проходят беседы с участием медицинского персонала, психологов, валиолога, социального педагога о правильном питании, профилактике вредных привычек, узнают о вреде регулярного применения современных гаджетов и т.д.

МБОУ «Школа-интернат №4 г. Челябинска» ежегодно участвуем в городских и областных конкурсах «Сам себе спасатель», «Твоя безопасность», занимаем призовые места. Все это способствует формированию у детей с ОВЗ осознанной потребности в здоровье, как залога будущего благополучия и успеха в жизни.

Список литературы

1. Боданова О., Петрова В.. Воспитание культуры поведения учащихся. – М. : Просвещение, 1978.
2. Виноградова Л.И.. Сценарии школьных праздников. – М. : Просвещение, 1990.
3. Винтовкина И.С. Девочке-подростку. – М. : Медицина, 1995.
4. Ипполитова М. В., Бабенкова Р.Д. Воспитание детей с ДЦП в семье. – М. : Просвещение, 1990.
5. Исмаилов М.Н.. Гигиена школьника. – Ташкент : Медицина, 1989.
6. Коростылев Н.Б. Воспитание здорового школьника. – М. : Просвещение, 1998.
7. Мастюкова Е.М. Физическое воспитание детей с ДЦП. – М. : Просвещение, 1991.
8. Сердюковская Г.Н. Гигиена детей и подростков. – М. : Медицина, 1992.
9. Скрепкин Ю.К., Марьясис Е.Д. . Гигиена юноши. – М. : Медицина, 1998.
10. Шитикова Г.Ф. Если хочешь быть здоровым. – М. :Просвещение, 2003.