

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У СЛАБОСЛЫШАЩИХ УЧАЩИХСЯ

Люкова Г.В., воспитатель

Сборник "Современный учебно-воспитательный процесс: теория и практика" ФГБОУ ВО "Сибирский государственный технологический университет", 2015г.

В последнее время обоснованную тревогу специалистов вызывает состояние здоровья современных школьников. Это объясняет интерес педагогической общественности к идеям здоровьесбережения, предметом которой является здоровье здорового человека, а в качестве основной задачи выдвигается сохранение, укрепление здоровья учащихся. Академик, хирург Н.М. Амосов говорит о здоровье: «Если нельзя вырастить ребенка, чтобы он совсем не болел, то, во всяком случае, поддерживать его высокий уровень здоровья вполне возможно». Принято выделять различные взаимосвязанные аспекты здоровья: физическое, соматическое (биологическое), психическое, нравственное.

Физическое – уровень роста и развития органов и систем организма.

Соматическое – текущее состояние органов и систем организма человека. Любое соматическое нарушение, связано с изменениями в психическом состоянии человека. В одних случаях психическое состояние становится причиной болезни, а в других – физические недуги вызывают психические переживания.

Психическое – состояние психической сферы, душевного комфорта.

Нравственное – комплекс характеристик мотивационной и потребностно-информативной сферы жизнедеятельности.

Ребенка можно назвать здоровым, если он:

В физическом плане – умеет преодолевать усталость, его здоровье позволяет ему действовать в оптимальном режиме;

В интеллектуальном плане – проявляет хорошие умственные способности, любознательность, воображение, самообучаемость;

В нравственном плане – честен, самокритичен, эмпатичен;

В социальном плане – уравновешен, способен удивляться и восхищаться.

Сам термин “здоровье” рассматривается как нормальная, правильная деятельность организма, его психическое благополучие (словарь С.И. Ожегова). Особую значимость эти положения приобретают в процессе обучения и воспитания детей с недостатками слуха, который имеет ярко выраженную коррекционную направленность, нацеленную на преодоление отклонений в сенсорном и физическом развитии воспитанников. Дети с нарушением слуха имеют определенные трудности в общении со слышащими сверстниками, психофизическом развитии, обусловленные первичным дефектом – нарушением слуха, состоянием компенсаторно-адаптационных возможностей их организма. Со стороны физиологического развития у многих детей с недостатками слуха имеются нарушения сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, наблюдаются сутулость и плечевая асимметрия, искривление позвоночника, ослабленность и дискоординация деятельности отдельных мышечных групп, утомляемость, неустойчивость эмоциональной сферы.

Цель современной школы – подготовка детей к жизни. Достижение названной цели в сегодняшней школе может быть достигнуто с помощью технологий здоровьесберегающей педагогики, которые рассматриваются как совокупность приемов и методов организации учебно-вспомогательного процесса без ущерба для здоровья школьников и педагогов. Воспитатель, владея современными педагогическими знаниями, в тесном взаимодействии с учащимися, их родителями, с медицинскими работниками, с коллегами – планирует свою работу с учетом приоритетов сохранения и укрепления здоровья участников педагогического процесса.

Одной из основных задач программы развития нашей школы является обеспечение сохранности и укрепления здоровья, учащихся за счет создания

безопасных и комфортных условий. Я, как воспитатель, провожу мероприятия, способствующие их психофизическому развитию, организую правильное выполнение режима дня, работу по профилактике отклоняющегося поведения и вредных привычек. Моя должность призвана не только защищать интересы детей, осуществлять процесс обучения, но и активно участвовать в организации и проведении мероприятий, направленных на сохранение и оптимизацию здоровья воспитанников. Обязательной составляющей режима является активно-двигательная и физкультурно-оздоровительная деятельность обучающихся, в том числе на свежем воздухе. От правильно выбранных педагогических технологий, грамотно дозированной учебной нагрузки во многом зависит результативность обучения детей с недостатками слуха. Более быстрому переходу организма от состояния сна к бодрствованию способствует утренняя гимнастика, которая помогает школьникам активно включиться в работу с утра, воспитывает волевые качества характера. Как и все физические упражнения, утренняя гимнастика укрепляет здоровье школьника, повышает сопротивляемость организма к простудным заболеваниям, содействует воспитанию правильной осанки. С большим удовольствием соревнуются дети в таких спортивных играх как волейбол, футбол. Мои воспитанники Дарья, Андрей, Леонид, Сергей, Анатолий, Александр постоянно принимали активное участие в спортивных соревнованиях на городском, краевом уровнях. Четверо моих подопечных связали свою жизнь со спортом. Все они обучаются в Краевом колледже олимпийского резерва, по специальности адаптивная физкультура.

Библиографический список:

- 1. Абрамова И.В., Бочкарева Т.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе (Методическое пособие) издание 3, дополненное. Самара, 2004*
- 2. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. Игры, которые лечат. Творческий центр СФЕРА, Москва, 2010*
- 3. Копылов Ю.А., Полянская Н.В. Физическая культура и здоровье школьника: от А до Я. Советы родителям. Москва, 2011*