

ОБЩЕРОССИЙСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ 2011 ГОД

Индивидуализация образования

Мамонова Елена Владимировна

Муниципальное специальное (коррекционное)

образовательное учреждение для обучающихся,

воспитанников с ограниченными возможностями здоровья

«Специальная (коррекционная) начальная

школа – детский сад № 235» V вида, г.Новокузнецк, заместитель директора

по УВР

СОЗДАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕГО ПРОСТРАНСТВА В МС(К)ОУ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ, ВОСПИТАННИКОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

«Специальная (коррекционная) начальная

школа – детский сад № 235» (V вида),г.Новокузнецк

В начальной школе плотность учебной работы учащихся на уроках по основным предметам не превышает 80 %. С целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения учащихся на всех уроках проводятся две физкультминутки и гимнастика для глаз при обучении письму, чтению, математике.

В оздоровительных целях в школе и созданы условия для удовлетворения биологической потребности школьников в движении. Эта потребность реализуется посредством ежедневной двигательной активности учащихся в объеме не менее 2 часов. Такой объем двигательной активности складывается из участия школьников в комплексе мероприятий дня в школе : в проведении гимнастики до учебных занятий, ежедневной динамической паузы после второго урока в 1 классе, физкультминуток на уроках, подвижных игр на

переменах, спортивного часа в группе продленного дня, уроков физкультуры, внеклассных спортивных занятий, общешкольных соревнований и дней здоровья, самостоятельных занятий физкультурой. Во время учебных занятий в системе проводятся разнообразные игры и виды гимнастики с учётом конкретных нагрузок.

Игра – это обязательный элемент режима дня для начальной школы и наиболее целесообразная форма организации двигательной активности детей. Будь то урок, физкультурный кружок, подвижная перемена, прогулка или спортивный час – везде находят себе место игра.

Игры должны быть построены на свободных, разнообразных движениях, требует от каждого проявления быстроты, ловкости, смекалки. Их можно проводить в проветренной классной комнате, в просторных рекреациях, на спортивной площадке, в игровой комнате, включать в программу физкультурных праздников, использовать во время прогулок и экскурсий. Необходимо использовать и групповые игры, и командные, и игры-эстафеты, игры - соревнования, игры с мячом, на свежем воздухе и др.

Очень важно суметь создать у учащихся положительное эмоциональное состояние, благоприятно влияющее на эффективность усвоения учебного материала.

Очень важно не упустить время, пока современный школьник растёт и развивается. Каждому педагогу необходимо грамотно сформулировать для себя основные задачи сохранения здоровья учащихся в процессе обучения в школе; находиться в тесном взаимодействии с родителями учащихся, медицинскими работниками, с коллегами; умело планировать свою работу с учетом приоритетов сохранения и укрепления здоровья участников педагогического процесса. Весь потенциал, экономический, творческий, высокий уровень жизни

народа, науки, культуры – все это будет достигнуто, если наше молодое поколение будет здоровым и работоспособным.

Учебная нагрузка в течение дня и учебной недели спланирована согласно санитарным требованиям. Понедельник и пятница дни относительно низкой работоспособности. Четверг – облегченный день для обучающихся. В расписании уроков предусмотрены учебные занятия, которые не требуют особенного умственного напряжения и значительной концентрации внимания.

В расписании уроков нет первых уроков математики, поскольку работоспособность нарастает от первого урока ко второму. Учёт особенностей динамики работоспособности детей позволяет более рационально планировать учебную нагрузку младших школьников.

Одним не мало важным фактором в сохранении здоровья школьников играет правильное сбалансированное питание. В нашей школе 100% ребят охвачены горячим питанием. Во время посещения столовой в классной комнате идёт проветривание, что уменьшает число заболеваний, передающихся воздушно-капельным путём.

Важным направлением по сохранению и укреплению здоровья младших школьников является работа с родителями. Для них педагоги проводят тренинги, беседы, анкетирование, лекции (с привлечением специалистов) о методах оздоровления школьников в домашних условиях (закаливание, соблюдение режима дня, оздоровительная дыхательная гимнастика). С этой же целью в школьный компонент учебных планов для младших школьников включены предметы двигательного характера. Учебные занятия в школе начинаются в осеннее и весеннее время в 8.00 часов, без проведения нулевых уроков. Число уроков в день не более 6.

Основные идеи, лежащие в основе принципов обучения и воспитания, берегающих здоровье ребенка, достаточно просты, они вытекают из

естественных проявлений и закономерностей жизнедеятельности детского организма, и, конечно, хорошо всем известны.

Необходимо:

- Внимательно относиться к состоянию ребенка, оценивать его настроение и эмоциональные реакции.
- Следить за тем, чтобы учебная нагрузка соответствовала возрастным и индивидуальным возможностям школьников.
- Соблюдать рациональный режим труда и отдыха.
- Создавать оптимальные условия среды обучения (микроклимат, освещенность, школьное оборудование и другое).
- Организовывать режим учебных занятий с учетом динамики умственной работоспособности учащихся в течении учебного дня, недели, года.
- Обеспечивать и поддерживать двигательную активность ребенка, правильную рабочую позу при разных видах деятельности, охрану зрения и слуха.

Для предупреждения утомления и сохранения оптимального уровня работоспособности в течение недели учащиеся 1-4 классов имеют облегченный учебный день в середине недели (четверг).

С целью реабилитации здоровья и сокращения сроков адаптации к требованиям школы учащиеся классов обеспечены в школе необходимой медико-психологической помощью (психолог, фельдшер, учитель-логопед, невропатолог), специально подготовленными педагогами, техническими и наглядными пособиями, подключением родителей к процессу обучения и развития детей.