

Государственное казенное общеобразовательное учреждение Владимирской области «Гусь-Хрустальная специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат»

**«Здоровьесбережение как основное направление
работы воспитателя коррекционной
школы-интерната»**

Выполнила воспитатель ГПД: Кирисова Н.Г.

Гусь-Хрустальный, 2022

У кого есть здоровье, у того есть надежда.

У кого есть надежда, у того есть все!

(Восточная мудрость)

Эта восточная мудрость определяет два самых главных принципа, на которых строится основа человеческого бытия:

- здоровье, было, есть и будет значимой ценностью вне зависимости от времени, места и общественного уклада жизни, так как дает предпосылки к развитию и совершенствованию души и тела;
- здоровье является высшей ценностью общества, поскольку качество человеческой жизни и состояний человека есть достояние не только отдельно взятой личности, но и общества в целом. Чем выше ценится здоровье человека в коллективном сознании, тем выше ресурс и потенциал развития самого общества. Именно это превращает здоровье каждого индивида в общественное богатство.

Эксперты Всемирной организации здравоохранения определили ориентировочное соотношение различных факторов обеспечения здоровья современного человека, выделив в качестве основных четыре производные:

- генетические факторы - 15-20 %
- состояние окружающей среды - 20 - 25 %
- медицинское обеспечение - 10 - 15%
- условия и образ жизни человека - 50 - 55% .

Эти данные свидетельствуют о приоритетной роли образования в сохранении и формировании здоровья, поскольку оно помогает человеку построить правильный образ жизни и грамотно заботиться о своем здоровье. Общеизвестно, что движение это универсальный закон мироздания. Вокруг нас движется все: от атомов и клетки до космических миров. Еще древние римляне сказали «Движение есть жизнь». Однако исследования в 34 странах показали, что большинство детей предпочитают вместо подвижных игр сидеть у телевизора, компьютера, лежать на диване. Большую роль на общее состояние здоровья ребенка влияет школьная среда.

Задача воспитателя заключается в том, чтобы помочь ребенку в формировании разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Она согласуется с одним из требований к условиям реализации основной профессиональной образовательной программы ФГОС нового поколения: «образовательное учреждение обязано формировать социокультурную среду, создавать условия, необходимые для всестороннего развития и социализации личности, сохранения здоровья обучающегося».

Одним из направлений работы педагогического коллектива является деятельность, направленная на организацию здоровьесберегающего образовательного процесса, осознавая, что именно воспитатель может сделать для здоровья воспитанника гораздо больше, чем врач. Педагог должен обучаться психолого-педагогическим технологиям, позволяющим ему работать так, чтобы не наносить ущерба здоровью своих воспитанников. Понятие «здоровье сберегающие технологии» как раз и интегрирует все направления работы интерната по сохранению, формированию и укреплению здоровья воспитанников.

Очень важен режим дня воспитанников в интернате. Формирование правильных представлений о здоровом образе жизни должно начинаться именно с режима дня, который наиболее благоприятствует сохранению здоровья с раннего возраста и культуре самоорганизации.

Отдельное внимание в интернате отводится гигиене - все воспитанники по утрам и вечерам обязательно чистят зубы, перед едой моют руки, перед сном принимают водные процедуры, стирают свои личные вещи. Помещения, в которых занимаются и живут дети, проветриваются и имеют оптимальную температуру.

Любое мероприятие в интернате носит положительный эмоциональный характер, в результате мероприятий дети получают положительный эмоциональный заряд, который благоприятно сказывается не только на дальнейшей воспитательной работе, но и на состоянии воспитанника в целом.

Творчески организована работа с воспитанниками, проводятся спортивные соревнования, игры: «Один за всех и все за одного», «Веселые старты», «Мини футбол», «Спортивные праздники», «Час подвижных игр» и, обязательно, ежедневные прогулки.

Большое внимание уделяется профилактической работе с воспитанниками.

В интернате проводятся мероприятия по профилактике вредных привычек и содействия здоровому образу жизни: такие занятия, как «Что такое здоровый образ жизни» или «Откуда берутся болезни» круглый стол «Как не стать жертвой преступлений», игра-практикум «Чтобы не случилось беды», беседа с элементами дискуссии «Вредные привычки», беседы - инструктажи «Твоя безопасность во время каникул» и многие другие.

В различных формах дети получают информацию о правонарушениях, поведения на улице, на воде, на дороге и т. д.

Также уделяется время профориентационной работе, где воспитатели рассказывают не только об интересных, нужных и важных профессиях, но и о том, как состояние здоровья влияет на выбор той или иной профессии, о

том, какую профессию можно выбрать, если имеешь какое – либо заболевание, как сохранить здоровье в трудных трудовых условиях, так как на сегодняшний день большинство воспитанников имеют те или иные отклонения в состоянии здоровья. Это снижение остроты зрения, заболевания верхних дыхательных путей, органов пищеварения и т.п.

С самого рождения дети XXI века окружены всевозможной электроникой и компьютерной техникой: компьютеры, смартфоны, планшеты, электронные книги и другие гаджеты. И они-таки привлекают внимание детей больше, чем игрушки и книги, лишают подрастающее поколение радости живого общения. Не так часто, а порой и вовсе не встретишь на улице детвору, гонящую мяч, играющую в «жмурки» или «салки». Наши дети практически «обездвижены». Сидя у монитора компьютера, дети погружаются в виртуальное пространство. В интернате также последнее время наши дети чаще сидят с телефонами от которых их практически невозможно оторвать. Наряду с учебной деятельностью воспитанники активно отдыхают, участвуют в концертах, конкурсах, соревнованиях различных направлений и уровней.

Таким образом, здоровьесберегающее пространство, организованное в условиях интерната, правильно сформировано и имеет широкий спектр направленности. Комплексный подход обеспечивает создание оптимальных условий жизнедеятельности воспитанникам.

На сегодняшний день забота о состоянии здоровья подрастающего поколения является одной из важнейших. Поэтому мы видим своей задачей координацию усилий педагогов, родителей, медицинских работников для успешной работы в этом направлении.

Литература:

1. Назарова Е. Н. Здоровый образ жизни и его составляющие/Е. Н. Назарова, Ю. Д. Жилов. - М.:Издательский центр «Академия», 2007. - 256 с.
2. Наш выбор – здоровье: досуговая программа, разработки мероприятий, рекомендации/ авт. -сост. Н. Н. Шапцева. – Волгоград: Учитель, 2009. – 184 с.
3. Новые здоровьесберегающие технологии в образовании и воспитании детей: [гендер. подход в обучении и воспитании: психол. аспект]/ С. Чубарова, Г. Козловская, В. Еремеева // Развитие личности. -№2.- 171-187 с.
4. Самоукина Н. В. «Игры, в которые играют...». Психологический практикум. – Дубна, 1996. – 123с.
5. Смирнов Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе. – М., 2005. – 178с.

6. Сократов Н., Брагилова О., Маннакова С. Мотивационные основы здоровьесберегающего воспитания детей // Воспитание школьников. 2003.- № 9.- с. 44.

7. Тихомирова А. Ф. Экспертный подход в здоровье сберегающей деятельности педагога 30 // Школьные технологии. 2003.- № 3.- 53 с.

8. Третьякова Н. В. Основы организации здоровьесберегающей деятельности в учебном заведении [Текст]: моногр. / Н. В. Третьякова. Екатеринбург, 2003. 142 с.