

Международная научно-практическая конференция
«Педагогический перекресток: школа-семья-общество»

Хамидуллина Аида Рустэмовна,

учитель-дефектолог,

«Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Казанская школа – интернат № 1 для детей

с ограниченными возможностями здоровья»,

г. Казань

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ДЕТЕЙ С ОВЗ КАК АКТУАЛЬНАЯ ПРОБЛЕМА КОРРЕКЦИОННОГО ОБРАЗОВАНИЯ

*«Образование должно стать фактором
укрепления здоровья, а не его разрушения...»*

В. Базарный

Аннотация. Современным обществом востребовано не только повышение качества образования, и совершенствование его структуры, но и укрепление здоровья обучающихся. Это продиктовано быстрыми темпами развития высоких технологий, а также устойчивыми негативными тенденциями в динамике состояния здоровья детей и подростков. Одним из способов решения проблемы ухудшающегося состояния здоровья детского населения, является строгая реализация здоровьесберегающих технологий в процессе обучения и воспитания в образовательных учреждениях. Одной из важных задач обучения и воспитания детей с нарушениями интеллекта является их социальная адаптация в обществе, а это включает в себя овладение и применение знаний, умений, навыков здорового образа жизни, которые позволят им адаптироваться к условиям социальной среды. В данной статье раскрываются основные направления, эффективные формы и приёмы формирования ЗОЖ у детей с ОВЗ.

Ключевые слова: формирование знаний, умений и навыков здорового образа жизни у детей с ОВЗ. Здоровьесберегающие технологии. Социальная адаптация в обществе. Основные направления здоровьесберегающей работы в коррекционной школе.

Охрану здоровья детей можно назвать приоритетным направлением деятельности всего общества, поскольку лишь здоровые дети в состоянии должным образом усваивать полученные знания и в будущем способны заниматься производительно-полезным трудом. Здоровый образ жизни молодого поколения является залогом здоровья нации в целом. Вот почему так необходима и об-

Международная научно-практическая конференция
«Педагогический перекресток: школа-семья-общество»

разовательная, и воспитательная деятельность семьи, школы и всего общества по вопросам сохранения и укрепления здоровья.

Одной из главных задач специальной (коррекционной) школы 8-го вида является создание условий, гарантирующих формирование и укрепление здоровья учащихся. Основным из средств реализации этой задачи является формирование культуры здорового образа жизни (ЗОЖ).

Специальная (коррекционная) школа 8-го вида должна стать «школой здорового стиля жизни» учащихся, где любая их деятельность (учебная, спортивная, досуговая, а также прием пищи и двигательная активность и др.) будет носить оздоровительно-педагогическую направленность и способствовать воспитанию у детей привычек, а затем и потребностей к здоровому образу жизни, формирование навыков принятия самостоятельных решений в отношении поддержания и укрепления своего здоровья.

Зачастую у школьников с интеллектуальной недостаточностью отсутствует заинтересованность в занятиях оздоровительного характера. По мнению Г. К. Зайцева (1995), это связано с тем, что, во-первых, рекомендации по здоровому образу жизни насаждаются детям чаще всего в назидательной категорической форме и не вызывают у них положительных эмоциональных реакций, а во-вторых, сами взрослые редко придерживаются указанных правил в повседневной жизни, и дети хорошо это видят. Кроме того, выполнение необходимых правил здорового образа жизни требует от человека значительных волевых усилий, что крайне затруднительно для ребенка с нарушенным интеллектом, имеющего расстройство эмоционально-волевой сферы. Поэтому в работе с такими детьми важно помнить и соблюдать заповеди, сформулированные гениальным русским режиссером К. С. Станиславским: трудное надо сделать привычным, а привычное - легким и приятным.

Исходя из этого, занятия оздоровительно-педагогического характера должны быть систематическими и комплексными, вызывать у ребенка положительные эмоциональные реакции, по возможности содержать элементы дидактической игры и двигательные упражнения. Кроме того, материалы подобных занятий должны находить отражение во всех режимных моментах учебно-воспитательного процесса специальной (коррекционной) школы 8-го вида (учебных занятиях, режиме дня, уроках физической

Международная научно-практическая конференция
«Педагогический перекресток: школа-семья-общество»

культуры, ЛФК, ритмики, воспитательных занятиях, внеклассных и внешкольных мероприятиях).

Одной из важных задач обучения и воспитания детей с нарушениями интеллекта является их социальная адаптация в обществе, а это включает в себя освоение индивидом социальных норм, культурных ценностей, стереотипов поведения, подготовки к жизни посредством обучения их навыкам повседневной необходимости, в том числе получении, овладении и применении знаний, умений, навыков здорового образа жизни, которые позволят им адаптироваться к условиям социальной среды и функционировать в ней. Поэтому так важно вооружить детей необходимыми теоретическими знаниями, сформировать практические умения и навыки здорового образа жизни. Отсутствие у ребят элементарных знаний о том, как стать здоровым, сохранить и укрепить здоровье своё здоровье – это вина родителей и педагогов.

Вопросы сохранения и укрепления здоровья, прежде всего, раскрываются в курсе предмета «Биология». Знания о природе и окружающем мире, формирование умений и навыков ЗОЖ, которыми овладевают учащиеся специальной коррекционной школы VIII вида, по сравнению со знаниями учащихся других типов школ ограничены по объёму изучаемого материала, упрощены по структуре и содержанию предлагаемой информации, глубине раскрытия причинно-следственных связей. Содержание дисциплины предусматривает усвоение элементарных естественнонаучных понятий и формирования умений оперировать ими в повседневной деятельности. Преподавание предмета должно быть направлено не только на формирование естественнонаучных знаний, но и на коррекцию недостатков умственного и психического развития. Предмет биология ставит своей целью не только сообщить школьникам элементарные сведения о реальных предметах, объектах и явлениях живой и неживой природы, сформировать диалектико-материалистические взгляды на природу и взаимодействие природы и общества, но и вооружить учащихся необходимыми практическими навыками и умениями, теоретическими знаниями, способствующими сохранению и укреплению здоровья человека, которые возможно в дальнейшем использовать в реальной жизни. Важный фактор здоровья современного общества – высокий уровень экологической и гигиенической культуры. Причём экологическое и гигиеническое образование – не только одна из важных

Международная научно-практическая конференция
«Педагогический перекресток: школа-семья-общество»

задач современного общества, но и условие его дальнейшего выживания. Поэтому так важно уже в школе продемонстрировать многогранную природу здоровья, решить задачу формирования экологической и гигиенической грамотности подрастающего поколения. Вот почему оба направления - гигиеническое и экологическое воспитание сливаются в одну проблему - воспитание здорового человека, формирование знаний о здоровом образе жизни, о гигиенических нормах и правилах поведения в окружающей среде. Чтобы сохранить здоровье, человеку необходимо организовать свою жизнь с учётом сложившихся объективных экологических условий, устранить нежелательные факторы или снизить их воздействие, свести к минимуму их вредное влияние на человеческий организм. В связи с этим возникает необходимость обучения детей правилам поведения в неблагоприятных условиях окружающей среды, формирование гигиенических знаний, норм и правил здорового образа жизни, рассмотрения воспитания ответственности за собственное здоровье и здоровье окружающих, привитие правил межличностного общения, обеспечения учащихся необходимой информацией, позволяющей сохранять и укреплять здоровье. Гигиеническое воспитание учащихся – междисциплинарная проблема, она решается всеми курсами, но ведущая роль в формировании гигиенических знаний и умений принадлежит курсу «Биология». Школьный предмет даёт научное обоснование гигиенических норм поведения, укрепляет сознательное отношение учащихся к соблюдению гигиены в повседневной жизни, способствует самопознанию, самопринятию и самоуважению, переосмыслению сложившегося опыта с точки зрения санитарии и гигиены. В курсе биологии раскрываются гигиенические основы жизни и трудовой деятельности человека. Учащиеся усваивают понятия: факторы здоровья и риска; питание и здоровье, гигиена питания; физиология и гигиена труда; роль трудовой деятельности человека в физическом и умственном развитии; значение эффективного отдыха для здоровья; вред гиподинамии, стресса; профилактика инфекционных заболеваний, травматизма, кожных заболеваний, отравления ядовитыми растениями и грибами; наркотические вещества и их влияние на организм человека; болезни человека, связанные с употреблением табака, алкоголя.

Система коррекционной работы, направленной на формирование знаний, умений, навыков здорового образа жизни у детей с

Международная научно-практическая конференция
«Педагогический перекресток: школа-семья-общество»

интеллектуальной недостаточностью включает не только деятельность на уроках биологии, но и работу во внеурочной деятельности. Сложившаяся ситуация в сфере физического, психического, социального, нравственного и духовного здоровья детей диктует необходимость принятия неотложных мер на государственном уровне. В связи с этим актуально значимым и востребованным сегодня становится создание оздоровительных программ, методических, учебных пособий, а также соответствующих подразделений в структуре образовательных учреждений, где может успешно проводиться работа по сохранению и укреплению здоровья учащихся, привития им знаний, умений, навыков здорового образа жизни. Информационно-просветительные и воспитательные меры должны осуществляться в комплексе с профилактическими. Работа должна вестись в разных направлениях, с использованием разных форм и методов, в соответствии со следующими принципами: выбор адекватных возрасту форм коррекционной работы (для каждого возрастного периода используются специально разработанные программы или циклы занятий); сочетание индивидуальных, групповых и семейных форм работы; привлечение к работе психолога, медиков, классных руководителей.

Одним из направлений работы является реализация здоровьесберегающих программ. Цель групповых занятий - формирование основания для критического мышления по отношению к знаниям, умениям, навыкам и практическим действиям, направленным на сохранение здоровья, обеспечения учащихся необходимой информацией для формирования собственных стратегий и технологий, позволяющих сохранить и укрепить здоровье, содействовать сохранению здоровья каждого ученика, продемонстрировать многогранную природу здоровья, сформировать у школьника представление об ответственности за собственное здоровье и здоровье окружающих.

Следующее направление – психологическое сопровождение, осуществляемое психологической службой школы. Это и индивидуальная работа с учащимися и проведение социально-психологических занятий по профилактике поведенческих факторов риска. Они призваны сформировать представления об ответственности за здоровье своё и окружающих, выработки активной позиции, навыков сопротивлению давлению и развитию социальной компетенции.

Международная научно-практическая конференция
«Педагогический перекресток: школа-семья-общество»

Предупреждение употребления психоактивных веществ - одна из важных профилактических задач в охране и укрепления здоровья школьников. Организация работы по профилактике употребления ПАВ в образовательной среде признаны приоритетными в деятельности органов управления образованием субъектов РФ. Дети с интеллектуальной недостаточностью в большей мере, чем другие нуждаются в осуществлении профилактических и воспитательных мер по профилактике употребления психоактивных веществ. Вся профилактическая работа с ними должна быть тщательно продуманной, осторожной, максимально тактичной. Она требует ответственного вдумчивого и профессионального подхода, наличия определённых познаний и их постоянного решения.

Коррекционная работа с детьми, имеющих нарушения интеллекта, не будет успешной без поддержки родителей. Одним из направлений является работа с родителями, которая заключается в информировании и консультировании по вопросам сохранения здоровья учащихся и совершенствовании внутрисемейных отношений. Эту работу помогают осуществлять разные специалисты школы: классные руководители, педагоги, психологическая и медицинская служба.

Немаловажным направлением является организация и проведение эффективных форм внеклассной работы с учащимися: праздники, викторины, конкурсы, КВН, экскурсии, проведение тематических линеек, предметных недель и других форм работы.

Здоровьесберегающее образование должно помочь детям узнать всё о сущности здорового человека, о том, что укрепляет или ослабляет его, об умении сохранить его самим человеком. Благодаря совместным усилиям школы, семьи, общества подрастающий гражданин должен укрепиться в мысли о том, что именно он ответственен за своё собственное здоровье и должен рассматривать его как высшую ценность.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Здоровье наших детей // Начальная школа. - № 8,9. - 2004.*
2. *Квач Н.В. Здоровьесберегающая педагогика. - М.: ВЛАДОС, 2001.*
3. *Куинджи Н. Н. Валеология: Пути формирования здоровья школьников: Методическое пособие. - М.: Аспект Пресс, 2000. - 139 с.*
4. *Колбанова В.В., Соковни-Семеновы И.И., Чумакова Б.Н. Основные компоненты ЗОЖ в условиях учебного процесса. - М., 2003.*
5. *Мазурова Е. А. Здоровьесберегающие технологии в работе педагогов образовательных учреждений. - М., 2004.*

Международная научно-практическая конференция
«Педагогический перекресток: школа-семья-общество»

6. *Попова Г.П. Внеклассные мероприятия в коррекционных классах. – М., 2000.*
7. *Обухова Л.А. Новые 135 уроков здоровья, или Школа докторов природы. – Ростов на/Д:Феникс, 2009.*