

Внедрение здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательный процесс техникума

*Киртаев С.П.,
преподаватель ГБПОУ Республики Марий Эл
«Марийский политехнический техникум»*

Чтобы достичь эффекта и всеобщего успеха в поднятии уровня санитарно-гигиенической грамотности, в сохранении и укреплении здоровья обучающихся, повышения духовности среди молодежи, необходимо изменение в формировании здорового образа жизни и внедрение аспектов валеологии в рабочие программы. Это позволит в значительной степени повысить ответственность обучающихся за сохранение своего собственного здоровья. По выражению академика Н.М. Амосова, "...чтобы быть здоровым нужны собственные усилия, постоянные и значительные, заменить их нельзя ничем".

Внедрение здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательный процесс техникума способствует становлению и развитию психически, соматически, физически нравственно здоровой личности. В ходе психофизиологического сопровождения обучающихся проводится изучение состояния здоровья, организации физкультурно-оздоровительной работы и широкого использования в образовательном процессе здоровьесберегающих технологий.

Обязательным направлением здоровьесберегающей деятельности является система работы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни. В числе основных - следующие задачи: воспитание у обучающихся культуры здоровья; предупреждение вредных привычек, информирование о причинах и формах заболеваний, связанных с ними; о связи злоупотребления психоактивных веществ и других форм саморазрушающего поведения с особенностями личности, общения, социальной среды, стрессом и путях их преодоления. Решение этих задач в данном направлении обеспечивает комплексно-целевая программа «Здоровье», направленная на формирование здорового образа жизни всех участников педагогического процесса.

Я являюсь преподавателем лечебной физкультуры в группах отделения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Мною в ходе обучения лечебной физкультуре решаются оздоровительные образовательные и коррекционные задачи, которые направлены на формирование и совершенствование ряда двигательных умений и навыков, являющихся необходимыми при овладении выбранной профессией, а также предусматривающих сообщение обучающимся элементарных сведений по вопросам укрепления здоровья и физического развития (правильной осанке, дыхании, двигательном режиме и др.).

Для обучающихся, относящихся к данной категории, в техникуме создаются специальные образовательные условия, в том числе отдельные

образовательные программы, предполагающие особые методы обучения, индивидуальные технические средства обучения, среду жизнедеятельности, а также педагогические, медицинские, социальные и иные услуги, без которых невозможно или затруднено освоение общеобразовательных и профессиональных образовательных программ лицами с ОВЗ (табл. 1)

Таблица 1 - Специальные условия образовательной среды

Условия	Особенности
Образовательные	• ориентация на охрану здоровья и развитие реальных и потенциальных познавательных возможностей; • правильная организация режима учебной работы и отдыха, предупреждающая возможности перегрузки учебными занятиями; • чередование разнообразных методов обучения учащихся, направленных на повышение их активности, самостоятельности; • использование разнообразных технических средств обучения, широкое применение системы учебно-методических комплексов и специального оборудования для оптимального использования возможностей учащихся
Условия	Особенности
Реабилитационные	• организация дополнительных занятий; • наличие службы психолого-педагогической поддержки и медицинской помощи; • включение в учебный план занятий ЛФК; • насыщенность образовательной среды культурно значимыми объектами; • реализация программ по психологической адаптации и навыкам выживания в обществе; • разноплановость усилий — направленность реабилитационного процесса на различные сферы жизнедеятельности лиц из числа детей-инвалидов; • комплексность воздействия — согласованность действий специалистов, осуществляющих психолого-медико-педагогическое сопровождение (психолога, педагога-дефектолога, социального работника, медика, преподавателя ЛФК); • создание "переходов" от одного реабилитационного мероприятия к другому
Технологические	• приоритет программ, методик и технологий, обладающих здоровьесоздающим потенциалом; • широкое использование эмоциональных факторов и разнообразие учебных приемов; • здоровьесберегающие педагогические технологии: • адаптированная система обучения (Границкой) (80% индивидуальной работы)

Содержание образовательных услуг для данной категории обучающихся разработано с учетом медицинских рекомендаций, указанных в индивидуальных программах реабилитации детей-инвалидов. Организация образовательного процесса, предотвращающая формирование у обучающихся дезадаптационных состояний обеспечивается: применением образовательных технологий, расширяющих поисково-двигательные, чувственно-эмоциональные возможности каждого обучающегося; психолого-педагогическим сопровождением обучающихся в период адаптации. Применение здоровьеразвивающих методик позволяет обучающимся воспринимать без вреда для собственного здоровья большие учебные нагрузки, так как эти методики обучают профессии в русле их личного интереса и естественных чувственно-моторных параметров.

К факторам реализации самих здоровьесберегающих технологий мной отнесены:

- выбор методов и средств обучения с учетом возрастных и индивидуальных особенностей подростков, а также реализации задач по формированию здорового образа жизни (78%);
- интеграция межпредметных связей в системе преподавания, центром которой является человек, стремящийся к всестороннему развитию (22%);
- воспитание нравственных, духовных, эстетических, экологических и физических ценностей (36%);
- психолого-педагогическое и наставническое сопровождение обучаемых в течение обучения (56%).

В ходе обучения физической культуре решаются оздоровительные образовательные и коррекционные задачи, которые направлены на формирование и совершенствование ряда двигательных умений и навыков, являющихся необходимыми при овладении выбранной профессией, а также предусматривающих сообщение обучающимся элементарных сведений по вопросам укрепления здоровья и физического развития (правильной осанке, дыхании, двигательном режиме и др.).

Педагогические наблюдения свидетельствуют, что обучающиеся проявляют большой интерес к спортивным играм и достигают в этом направлении хороших результатов. Развиваемая на уроках двигательная активность, пространственная ориентировка благоприятно сказываются впоследствии на учебной деятельности в процессе изучения всех предметов профессиональной подготовки. Об этом свидетельствует положительная динамика увеличения выпускников с повышенными разрядами с 1 в 2012 году до 14 в 2019 году, из них 6 - дипломы с отличием, а также тенденция расширения спектра профессий, повышается востребованность выпускников на рынке труда. Трудоустройство составляет до 76%.

Таким образом, обучение в техникуме способствует оздоровлению молодежи, продолжению их обучения в высших учебных заведениях, а часть студентов (от 2 до 5 человек) ежегодно реабилитируется со снятием инвалидности.

В своей работе я определил следующие приоритетные направления: системное применение технологий индивидуализации и здоровьесбережения на уроках физической культуры (разработка комплексов упражнений для обучающихся с различными заболеваниями, внедрение игровых форм проведения уроков и др.); активное привлечение обучающихся-инвалидов к участию в спортивных соревнованиях; расширение спектра услуг, оказываемых Оздоровительным центром (тренажерный зал, индивидуальные программы и консультации и т.д.); мотивация на ведение здорового образа жизни (разработка комплексов упражнений для самостоятельного выполнения для внеаудиторной работы, профилактика вредных привычек и др.).

В основе системы моей работы лежит личностно-ориентированный подход, который предоставляет возможность каждому обучающемуся реализовать себя в учебной деятельности с опорой на его склонности и интересы, возможности и способности, позволяющие создать «ситуацию успеха» и возможность выбора индивидуальной образовательной траектории и стиля познания.