

Галатюк Надежда Геннадьевна

учитель изобразительного искусства

Муниципальное автономное образовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа № 4»

ЯНАО, Тюменская область, г. Губкинский

## **ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ НА УРОКАХ ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОГО ИСКУССТВА**

Здоровьесбережение – это целенаправленная системная деятельность школы по применению в практике различных здоровьесберегающих технологий с целью минимизации воздействия на детей и подростков основных факторов нарушения здоровья.

Здоровьесберегающие технологии – это система различных целенаправленных воздействий на целостный учебно-воспитательный процесс, организуемых ОУ для медико-психолого-педагогической профилактики и коррекции негативных психофизиологических, психологических и личностных состояний школьников в рамках традиционной системы образования.

Нормативной основой реализации гражданами права на здоровье в Российской Федерации являются Конституция РФ (1993) и Основы законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан (утв. ВС. РФ 22.07.1993 № 5487-1).

Нормативно-правовое обеспечение здоровьесбережения обучающихся российских общеобразовательных учреждений представлено следующими документами:

— Закон РФ «Об образовании» 1992 (ст. 2, 5, 28, 29, 32, 33, 51);

— Приказ Минздрава России и Минобразования России № 186/272 от 30.06.1992 «О совершенствовании системы медицинского обеспечения детей в образовательных учреждениях»;

- Санитарные правила и нормы СанПиН 2.4.2.576-96 ЗАКОН РСФСР "О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения"

- Санитарно-эпидемиологические правила СанПиН 2.4.2.1178-02 "Гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях"

- Федеральный закон "Об ограничении курения табака"

- Федеральный компонент Образовательного стандарта.

Одной из центральных задач модернизации российского образования является построение здоровьесберегающего образования. В.А.Сухомлинский писал: «Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнедеятельности детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы...».

Как в воспитании нравственности и патриотизма, так и воспитании уважительного отношения к своему здоровью необходимо начинать в раннего детства. Если школьный учитель, преподающий любой предмет, понимает значение сохранения здоровья своих учеников, он никогда не позволит себе игнорировать возможность организации на своем уроке оздоровительные гимнастики – минутки отдыха для души и тела ребенка.

К здоровьесберегающим технологиям относятся педагогические приемы, методы, технологии, которые направлены в первую очередь на сохранение физического, психологического здоровья детей, профилактику различных заболеваний и формирования потребности в здоровом образе жизни.

На уроках изобразительного искусства, в процессе своей деятельности ставлю задачи: соблюдать гигиенические требования по организации и проведению учебного процесса, применяю разнообразные формы и методы работы, планирую, урок с учетом работоспособности обучающихся, создаю условия для творчества.

Что бы на уроках избежать переутомления, применяю различные виды деятельности, таких как: беседы, игры, лепка, конструирование, просмотр видеофрагментов и т.д.

Также важным считаю применение на уроках физкультминуток для осанки и на внимание. Большое внимание уделяю глазам, т.к. в условиях Крайнего Севера, очень большая нехватка дневного света (например «Волшебный сон», гимнастика глаз по методу Г.А. Шичко, комплекс упражнений «На море»).

Обязательное условие эффективного проведения физкультминуток – положительный эмоциональный фон. Физкультминутки можно проводить с музыкальным сопровождением, физкультминутки в стихах, игровые паузы, зрительная гимнастика, эмоциональная разгрузка, чередование позы с учетом видов деятельности. Умелое сочетание умственной и физической нагрузки, предупреждение утомления и переутомления – важные моменты работы учителя начальных классов. Проведение физкультминутки во время урока имеет и оздоровительную направленность. Упражнения можно разнообразить, изменить темп выполнения упражнений. Физкультминутки дают детям огромную радость, возможность отдохнуть, переключить внимание с одного вида деятельности на другой. Дети после физкультминутки становятся более активными, их внимание активизируется, появляется интерес к дальнейшему усвоению знаний.

Постоянно слежу за осанкой учащихся, так как наша школа снабжена партами для работы стоя и сидя (начальная школа), во время урока ребята меняются местами.

Так же способствует положительному настрою доброжелательная обстановка на уроке, спокойная беседа, внимание к каждому ответу, позитивная реакция учителя на желание ученика выразить свою точку зрения, тактичное исправление допущенных ошибок, поощрение к самостоятельности.

Кроме того, я считаю, задержка учащихся в классе после звонка на перемену недопустима. Урок завершаю спокойно и благодарю учеников за работу.

Огромные возможности для поддержания душевного здоровья детей имеет музыкотерапия или оздоровление музыкой. Музыкотерапия является интереснейшим и перспективным направлением, которое используется во многих странах в лечебных целях.

Используемая классическая музыка Л.Бетховена, Моцарта, Баха, С. Рахманинова, Вивальди на уроках снимает раздражительность, нервное напряжение, расслабляет и вдохновляет детей на творчество. Обучающиеся испытывают эстетическое удовольствие от своей деятельности и организации урока.

Для сохранения и укрепления здоровья учащихся в системе и комплексно я соблюдаю следующее:

- Освоение активных форм и методов школьников, использование моментов урока сберегающих здоровье учащихся.
- Обеспечение интереса к своему предмету и уроку
- Выполнение санитарно - гигиенических требований, регламентированных СанПиНами.
- Соблюдение личной и общественной гигиены (чистота тела, чистота мест занятий, воздуха и т.д.)
- Проветривание и влажная уборка помещений
- Учёт возрастных и индивидуальных особенностей учащихся.
- Формирование ответственности у учащихся за своё здоровье окружающих людей.
- Настойчивое приучение учащихся к применению своих знаний по формированию, сохранению и укреплению здоровья на практике.

Литература:

Н.И. Дереклеева «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья» 1-5 классы. 2007 год

В.И. Ковалько «Школа физкультминуток» 1-4 классы. 2009 год

О.Н. Рудякова « Как сохранить здоровье школьников. Игры классные часы, родительские собрания. 5-9 классы. 2008 год