**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования**

**«Детская школа искусств» города Усинска**

**«Челядьлы искусств школа»  Усинск карсасодтӧд тӧдӧмлун сетан**

**муниципальнӧй сьӧмкуд учреждение**

**Статья**

**Тема: «Формы организации образовательного процесса как элемент здоровьесбережения**

 **в ДШИ»**

**Выполнил**

**преподаватель ДШИ:**

**Карижская Л.В.**

**г. Усинск**

**2016**

 **Здоровье является базовым компонентом гармоничного развития человека. Здоровье** как категория является одним из главных элементов национального богатства любого государства. Сегодня такое понимание практически ничем не наполнено: ценность здоровья и здорового образа жизни лишь декларируется в обществе, конкретные реалии современной жизни, условия образовательных учреждений не позволяют не только материально, содержательно, но главное - концептуально оснастить, наладить, организовать здоровьесберегающий учебно-воспитательный процесс в образовательном учреждении. В наше время приобрела особую **актуальность** проблема создания условий образования адекватных детскому организму. Сегодня остро стоят проблемы снятия утомления школьников в процессе урока и повышения их двигательной активности. Возложение на школу и преподавателя такой, казалось бы, несвойственной им задачи - заботы о здоровье обучающихся - определяется следующими причинами.
 Во-первых, взрослые всегда несут ответственность за то, что происходит с детьми, находящимися под их опекой. Это касается и детского здоровья. Именно в школе, под "присмотром" преподавателей, школьники проводят значительную часть времени, и не сохранить их здоровье, было бы проявлением непрофессионализма.
 Во-вторых, большая часть всех воздействий на здоровье обучающихся - желательных и нежелательных - осуществляется именно педагогами, в стенах образовательных учреждений. Если же придерживаться точки зрения, что всеми вопросами здоровья должны заниматься медики, то к каждому классу надо прикрепить, хотя бы одного врача.
 В-третьих, современная медицина занимается не здоровьем, а болезнями, т. е. не профилактикой, а лечением. Задача же школы иная - сохранить и укрепить здоровье своих воспитанников, т.е. профилактическая.
 Поэтому, главное действующее лицо, заботящееся о здоровье обучающихся в образовательных учреждениях - педагог.  **Здоровьесберегающая технология обучения - это** комплексмер, направленных на формирование здоровьесберегающей и здоровьеформирующей среды школы, сохранения и укрепления здоровья обучающихся и педагогов. Школе успешно удаётся быть конкурентно способной на рынке образовательных услуг при условии организации учебного процесса на принципах сохранения здоровья обучающихся.
Через здоровьесберегающие проекты достигается **одна из главных целей** – обеспечение повышения качества обучения и воспитания. Здоровье ребенка, его психическое и физическое развитие, социально-психологическая адаптация в значительной степени определяются условиями его жизни и, прежде всего, условиями жизни в школе.
**Цель здоровьесберегающей педагогики** - обеспечить выпускнику школы **высокий уровень реального здоровья**, вооружив его необходимым багажом знаний, умений, навыков, необходимых для ведения здорового образа жизни, и воспитав у него культуру здоровья.

 Если философия образования отвечает на вопрос " зачем учить?", а содержание образования - "чему учить?", то педагогические технологии отвечают на вопрос "как учить?" С точки зрения здоровьесбережения – учить следует так, чтобы не наносить вреда здоровью субъектов образовательного процесса - обучающихся и педагогов. Таким образом, здоровьесбережение можно рассматривать и как качественную характеристику любой образовательной технологии, ее "**сертификат безопасности для здоровья**". Прежде чем рассматривать здоровьесберегающую технологию обучения, необходимо уточнить, какие элементы учебного процесса могут оказывать **отрицательные воздействия на здоровье детей.** Это в первую очередь большое количество предметов в один день в расписании, большой объем и сложность учебного материала, неадекватные методы обучения (ежедневное повторение одних и тех же этапов в одном и том же порядке), стрессовые ситуации контроля, боязнь ошибки, боязнь отметок.
 Внимательный педагог всегда заметит **внешние признаки усталости ученика**: частую смену позы, потягивание, встряхивание руками, зевота, закрывание глаз, подпирание головы, остановившийся взгляд, ненужное перекладывание предметов, разговор с соседом, увеличение количества ошибок, не восприятие вопроса, задержка с ответом, частое поглядывание на часы в ожидании конца урока.  Постановка задачи здоровьесбережения в образовательном процессе может рассматриваться в двух вариантах: задача-минимум и задача-оптимум**. Задача-минимум** аналогична концепции охраны труда школьника. В традиционном понимании охрана труда - это предупреждение травматизма и других очевидно вредных воздействий на здоровье.
 "Производство" школьника - его парта, класс, школа; деятельность - учеба, и задача руководителя образовательного учреждения, каждого учителя - по возможности защитить тело и психику ребенка во время его пребывания в школе от воздействия травмирующих факторов. А вот реализацию здоровьесберегающих образовательных технологий следует понимать как **задачу-оптимум**, включающую не только охрану здоровья обучающихся, но и формирование, укрепление их здоровья, воспитание у них культуры здоровья, а также охрану здоровья педагогов и содействие им в стремлении грамотно заботиться о своем здоровье.  Огромное влияние на работоспособность человека (по утверждению ученых) имеет музыка и вокал, т.к. дыхательные голосовые упражнения обеспечивают качественное функционирование сердечно-сосудистой системы и всего организма в целом. Песня - это пространство, в котором раскрывается душа ребенка. В школе работают отделы академического и эстрадного пения, многие дети поют в хоре, в вокальных ансамблях.

Приобщая ребёнка к музыке, как источнику положительных эмоций, мы защищаем его и от пагубных пристрастий. Учёными приведены убедительные доказательства того, что среди учащихся ДШИ, ДМШ практически не бывает ни правонарушителей, ни бытовых хулиганов, то есть музыка обладает большими духовно-нравственными и оздоровительными возможностями.
Также, огромное влияние на нравственное и духовное здоровье учащихся оказывает работа нашей филармонии. В рамках программ , в которых участвуют лучшие преподаватели и ученики школы, в течение года проходит большое количество тематических концертов. Для учащихся общеобразовательных школ и детских садов составлен специальный филармонический план по их заявкам. Особое внимание надо обратить на подростков и старших школьников, так как они страдают от застенчивости и синдрома физического недостатка. Эти факторы дают основания говорить об этом возрасте как периоде развития, нуждающемся в соответствующей психологической помощи и поддержке. Потребность в круге друзей и интимном общении и в то же время тяга к уединению и переживание одиночества дополняют эту и без того богатую палитру эмоциональных переживаний. Недооценка важности эмоций в жизни, их игнорирование и отрицание приводит к утрате навыков психогигиены эмоциональной жизни. Это, в свою очередь, приводит к психосоматическим расстройствам. Для избегания этих негативных процессов от педагогов и психологов требуется разработка приемов и методов воспитания культуры выражения чувств. Немаловажную роль играет социально-психологическая поддержка здоровья педагога в процессе его профессиональной деятельности. Развитие обучающихся непосредственно зависит от здоровья педагога. Вместе с тем, анализ результатов специальных исследований показывает, что увеличивается рост заболеваемости педагогов; возрастает травматизм; снижается уровень финансирования санаторно-курортного лечения педагогов; сокращается средний биологический возраст педагогов, что связано с высоким нервно-эмоциональным напряжением, сопровождающим их труд. Лучший выход, по нашему глубокому убеждению, состоит в том, чтобы направить конфликтующие стороны характера подростка в русло музыкального развития, и там, в области музыки, в области средств музыкальной выразительности, находить разрешение назревших проблем. Иными словами, наилучший выход состоит в использовании качеств, которые мы считаем отрицательными, на пользу творческого развития подростка. С помощью грамотного подхода в музыкальном развитии педагогу по силам добиться того, чтобы через общение с музыкой и через развитие музыкальных задатков подросток мог повысить самоуважение, мог выразить свое Я, ослабить противоречия между Я-идеальным и Я-реальным, мог легче преодолеть трудности эмоциональных жизненных конфликтов, мог получить нравственную и психологическую защиту, а также сформировать и выразить свое отношение к жизни и окружающему миру.
 В **МБУДО«Детская школа искусств»** города Усинска здоровьесбережению уделяется должное внимание. Администрация школы проводит большую информационно-просветительскую работу, ориентированную на сохранение жизни и здоровья детей.

Проводится целенаправленная работа по антитеррористической безопасности: организован контрольно-пропускной режим; проводятся учения по эвакуации при возникновении ЧС.

Регулярно ведется работа по предупреждению пожаров от детской шалости с огнем и предотвращении гибели школьников при ЧС и на дороге.

Для решения этой задачи школа добилась, чтобы при переходе через дорогу к школе установили пешеходный переход. Большое значение для успешности здоровьезберегающих технологий имеет психолого-педагогическое сопровождение обучающихся в образовательном и воспитательном процессе: помощь в решении актуальных задач обучения, социализации (учебные трудности, нарушения эмоционально-волевой сферы, проблемы с выбором образовательного и профессионального маршрута, взаимоотношениями со сверстниками, педагогами и родителями)

Здоровьесберегающая технология обучения в условиях нашей школы включает следующие элементы:

1. эколого-гигиенические (природно-средовые);
2. организационно-педагогические;
3. психолого-педагогические.

Рассмотрим их более подробно на примере музыкального отделения.

1. **Эколого гигиенические (природно - средовые) составляющие** здоровьесбережения - это соблюдение санитарно-гигиенических норм. Они регламентированы в СанПиНе.
Специфика обучения на музыкальном отделении:

- окраска стен кабинета в очень светлые пастельные тона.
 - хорошее освещения кабинета: больших оконных проемов для естественного освещения, освещения кабинета лампами дневного света правильной яркости, дополнительного освещения постановок для работы с нотныМ текстом
 - соблюдение теплового режима и режима проветривания в кабинетах.

- оснащение кабинетов мебелью и инвентарем, соответствующим росту обучающихся. Парты, стулья и мольберты должны помогать обеспечивать правильную позу обучающихся во время занятий. **Классная доска должна быть расположена на должной высоте и хорошо просматривается со всех рабочих** мест обучающихся.
- комплектация кабинета медицинской аптечкой.

- оборудование кабинета санитарно-техническими коммуникациями (раковиной).

- в школе организовано обеспечение обучающихся питьевой водой.

 **2. Организационно-педагогические составляющие** здоровьесбережения:

- учебный план школы разработан с учетом соблюдения норм допустимой нагрузки школьников. На основании учебного плана составлено расписание уроков и внеклассных мероприятий.

- расписание располагает различные учебные предметы и смену деятельности обучающихся с учетом дня недели. Например сложный предмет «Рисунок» изучается в начале учебной недели, так как требует большей сосредоточенности.

 - уменьшено количество предметов в один учебный день за счет спаренных часов, которые позволяют преподавателю организовать «погружение» в предмет, а ученику избежать «стрессового калейдоскопа».

- рабочие учебные программы преподавателей составлены с учетом возрастных особенностей обучающихся.

- обязателен инструктаж обучающихся по ОБЖ и беседы о вреде наркотиков.

- укреплению здоровья обучающихся способствует выполнение практических заданий по разным учебным предметам, при которых включаются различные группы мышц, происходит развитие мелкой моторики рук, пальцев.

*-* оформление кабинетов необходимыми и грамотно подобранными и скомпонованными наглядными пособиями, обеспечивающими комфортное зрительное восприятие.

*-* преподаватели соблюдают перемены между спаренными уроками предназначенные для отдыха обучающихся.

- преподаватели в процессе обучения объясняют обучающимся важность техники безопасности и соблюдения гигиены при работе, необходимость правильной организации рабочего места и следят за соблюдением обучающимися правильной осанки:

3. **Психолого-педагогические составляющие** здоровьесбережения:

- дифференцированная работа преподавателя с учениками на разных этапах урока с учетом возраста, способностей и творческих предпочтений обучающихся.

- благоприятный психологический климат в классе: доброжелательная, основанная на взаимном уважении атмосфера общения преподавателя и учеников.

- организация процесса обучения таким образом, чтобы каждый урок оставлял в душе ребенка положительные эмоции. Дети должны испытывать ощущение комфорта, защищенности и, безусловно, интерес к уроку.

- одна из важнейших технологий здоровье сбережения - школьная оценка. Преподаватель при выставлении оценки объясняет, за что и почему выставлена та или иная оценка. При выставлении оценок учитываются возрастные, психологические и индивидуальные особенности обучающихся.

- школьные концерты и участие в конкурсах и фестивалях детского музыкального творчества благоприятно влияют на эмоциональное состояние обучающихся, формируют комфортную для ребенка психологическую атмосферу и стимулируют интерес к обучению.

 Таким образом, в рамках здоровьесберегающей технологии обучения, на музыкальном отделении в **МБУДО «Детская школа искусств»** города Усинска проводится профилактика переутомления обучающихся, усталости глаз и заболеваний опорно-двигательной системы, происходит формирование у обучающихся потребности в здоровом образе жизни, сохраняется психическое и физическое здоровье детей. Укреплению физического и нравственного здоровья служит и система воспитательной работы: беседы, классные часы, работа с родителями.

**Для эффективного внедрения в педагогическую практику идей здорового образа жизни необходимо решение трех проблем:** 1.Изменение мировоззрения преподавателя, его отношения к себе, своему жизненному опыту с позиции проблем здоровьесбережения.
В вопросах здоровье сбережения педагог должен быть примером для своих воспитанников. Только тогда, когда здоровый образ жизни - это норма жизни педагога, только тогда ученики будут принимать педагогику здоровье сбережения должным образом.
1. Изменение отношения преподавателя к обучающимся. Педагог должен полностью принимать ученика таким, каков он есть, и на этой основе стараться понять, каковы его способности.
 2. Изменение отношения преподавателя к задачам учебного процесса педагогики оздоровления, которое предполагает не только достижение дидактических целей, но и развитие обучающихся с максимально сохраненным здоровьем. Наблюдения показывают, что использование здоровьесберегающих технологий позволяет учащимся более успешно адаптироваться в образовательном и социальном пространстве, раскрыть свои творческие способности, а учителю эффективно проводить профилактику асоциального поведения.
 Внедрение результативных здоровьесберегающих педагогических технологий и создание материально - технической базы для активизации учебного процесса формируют в школе здоровьесберегающую среду, обеспечивают высокую работоспособность обучающихся во время учебных занятий, позволяют отодвигать утомление и избегать переутомления, снижают уровень общей тревожности обучающихся, максимально сохраняют психологическое и физическое здоровье всех участников образовательного процесса.