**Доклад на МО «Здоровьесберегающие технологии на уроках столярного дела»**

         Одной  из  современных задач   образования является   сохранение и укрепление  здоровья  детей. В настоящее время, когда здоровье детей, согласно данным медицинских учреждений, составляет не более 10%, необходимость воспитания здоровых детей школьного возраста приобретает актуальную социальную значимость.

  Здоровье – понятие комплексное. Оно зависит от социально-экономического положения детей, экологической обстановки в местах их проживания, качества питания, медицинского обслуживания, профилактической работы с детьми медиков и педагогов, системы оздоровительных учреждений.  Основы здорового образа жизни  человека, ценностное отношение к здоровью необходимо закладывать уже на начальном этапе школьного обучения, т.к. в этот период дети особенно восприимчивы к воспитательным воздействиям.

Педагогический процесс постоянно обогащается новыми технологиями.  На сегодняшний день подготовка к здоровому образу жизни ребенка на основе здоровьесберегающих технологий должна стать приоритетным направлением  в деятельности каждого общеобразовательного учреждения.

В качестве основополагающих принципов здоровьесберегающих технологий можно выделить:

1.Создание образовательной среды, обеспечивающей снятие всех стрессов в учебно-воспитательном процессе. Атмосфера доброжелательности, вера в силы ребенка, индивидуальный подход, создание для каждого ситуации успеха.

2. Развитие двигательной активности. Сочетание методик оздоровления и воспитания, позволяет добиться стойкой адаптации ребенка, сохранить и укрепить здоровье в условиях специального учреждения. (я  к своему стыду слышал про одну такую методику врача педагога новатора Базарного Владимира Филиповича.)

3. Обеспечение адекватного восстановления сил. Смена видов деятельности, регулярное чередование периодов напряженной работы и расслабления, смена произвольной и эмоциональной активации необходима во избежание переутомления.

При работе с умственно-отсталыми детьми необходим индивидуальный подход к каждому ребёнку, понимание его индивидуальных особенностей и поиск соответствующих методов воспитания.  Поэтому очень важно работать в тесном взаимодействии со всеми участниками педагогического процесса.

При работе с детьми стараться создать комфортный психологический климат и эмоциональный настрой детей, соблюдать санитарно – гигиенических требования такие как, проветривание помещения, смена видов деятельности, своевременное и обязательное проведение физкультминуток, подгонка оборудования по росту  ученика, работа только исправным настроенным и остро заточенным инструментом

 На уроках трудового обучения проводятся мероприятия по профилактике утомления, нарушения осанки (физкультминутки),в ведена система разминок для глаз. В дальнейшем для этого  буду использовать схемы зрительных траекторий, расположенных на экране, а сейчас разминка проходит виде работы с карточками разных размеров (на одних дети видят рисунок маленьким на других большим). Эта смена карточек даёт разгрузку глазным мышцам. Упражнение сочетает в себе движение глазами, головой и туловищем..
 В мастерской  столярного дела воздушно- тепловой и световой режим соблюдается полностью. Мастерская  регулярно проветривается. Для большей освещенности кабинета и снятия нагрузки на глаза, было проведено дополнительное местное освещение на станках.
Преподавание предмета  столярного дела позволяет органично вписывать принципы здоровьясбережения в темы уроков. Многочисленными медицинскими исследованиями установлено, что труд оказывает благотворное влияние на развивающийся организм детей и подростков. Работа с древесиной требует определенных физических усилий, при которых основная нагрузка ложится на костно-мышечный аппарат. Последний, в свою очередь, способствует нормальной деятельности сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, пищеварения, усиливает обмен веществ повышает работоспособность и выносливость. Однако, при этом необходимо организовать занятия, так чтобы они соответствовали возрастным, и индивидуальным возможностям каждого учащегося, а также предполагали обязательное соблюдение правил гигиены и  безопасности труда.
Неправильно организованный труд учащихся, вместо ожидаемого оздоровительного эффекта, может явиться причиной отклонений  в их физическом развитии и здоровье (искривление позвоночника, нарушение осанки, травмам  и т.д.)

Большое значение на уроках столярного дела имеет соблюдение правил т/б и санитарно-гигиенических требований, которые направлены на предупреждение травматизма и сохранение здоровья учащихся.

Человек должен овладеть искусством вести здоровый образ жизни.
Здоровый образ жизни – это форма и способы повседневной жизни человека, которые приводят к совершенствованию резервных возможностей организма, успешному выполнению сознательной и профессиональной функции, способности к профилактике наиболее распространенных заболеваний.
Каждый педагог хочет видеть своих воспитанников здоровыми, веселыми и хорошо развитыми физически.

На этом можно было бы закончить моё выступление, но хочется напомнить ещё раз о самом понятии ТЕХНОЛОГИЯ.

Этот термин пришёл в педагогику из производства и означает он буквально следующее: « Научно обоснованный процесс изготовления новой детали…». Оставим только первые три слова НАУЧНО ОБОСНОВАННЫЙ ПРОЦЕСС, тогда станет понятно, что этот процесс должен быть кем-то и где-то описан, под него должны быть подобраны какие-то оздоровительные педагогические технологии. Ведь главный принцип здоровья это не навреди, что я знаю например  о глазных заболеваниях ведь всё может быть, что ученику ни в коем разе нельзя напрягать зрение, всматриваясь в даль, а я буду проводить разминки подобного рода или сколиоз позвоночника, ну тут я действительно кое-что знаю. Ребёнок должен спать на жёсткой прямой постели практически без подушек, ходить в корсете, то есть позвоночник должен быть зафиксирован в одном положении, а я с таким учеником по незнанию могу проводить физпаузы с наклонами и поворотами.

           Так вот, конечно это должен быть научно обоснованный процесс где ученики разделены по группам согласно представлениям медиков под каждую группу своя педагогическая оздоровительная методика, а вот дело учителя органично вставлять её в свой урок и неукоснительно её выполнять.

            Но это не означает, что сейчас мы с вами должны сложить руки и ждать когда нам всё это принесут, да никогда, как и на все остальные технологии. Тут ответ один он очень удобный нет средств. Мы с вами будем работать как прежде обращая: постоянное внимание на осанку  учащихся (сюда может входить и правильная осанка за учебным столом, и правильная стойка при строгании и пилении, и установка верстака по росту учащихся.)

Проведение физминуток, учитывая, что наши ученики не страдаю сколиозом.

Системное чередование нагрузок и отдыха.( здесь можно использовать маленькие моменты отдыха добрая шутка, поговорка, остановка работы для правильного расположения инструментов на верстаке, обращение  внимания к чертежу или технологической карте).

Оздоровительные тренинги для учащихся (сюда входя тренинги для отдыха глаз) о них я упомянул в своём сообщении.

Соблюдение личной и общественной гигиены (это мытьё рук после работы и посещение туалета, соблюдение бережного отношения к спецодежде и оборудованию мастерской, чистота на рабочем месте и в целом мастерской).

Выполнение санитарно-гигиенических требований.(сюда можно отнести тепловой режим, освещение, проветривание и влажная уборка мастерской.)

Формирование ответственности у учащихся за своё здоровье (рассказы, беседы и диспуты).

Отказ от авторитарных методов ведения урока.

Настрой учащихся на мотивацию успеха.

Всё это в какой–то мере будет способствовать сбережению  физического и психического здоровья учащихся, да и нашего с вами тоже.