**Методическая разработка**

**«Условия охраны здоровья обучающихся, в том числе инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, в учебном процессе и во время пребывания в детской школе искусств»**

Составитель:

преподаватель «Истории искусства»,

зам. директора по УЧ

МАУ ДО «Детская школа искусств №13»

Пахомова Яна Игоревна

Пермь, 2022 год

В связи с повышением уровня заболеваемости детей ОРВИ, ОРЗ, гриппом, Covid-19, необходимо соблюдать **условия охраны здоровья.**

Основными факторами риска, повышающими вероятность заболеваемости обучающихся, являются:

1) ограничение двигательной активности;

2) нарушения физиолого-гигиенических требований к организации учебно-воспитательного процесса;

3) несовершенство методов организации здоровьесбережения в образовательном учреждении;

4) недостаточный уровень компетентности педагогов, родителей, руководителей образовательных учреждений в вопросах здоровьесберегающего образования;

5) авторитарный стиль преподавания и отсутствие индивидуального подхода к учащимся.

«Здоровье» - это достижение состояния благополучия человека на физическом, эмоциональном и социальном уровнях.

В детской школе искусства педагогический процесс построен с учетом соблюдения **условий охраны здоровья обучающихся.**

**Цель** соблюдения условий охраны здоровья – сохранение и укрепление психического и физического здоровья детей.

**Задачи** условий охраны здоровья обучающихся:

1. включить в образовательный процесс виды здоровьесберегающей деятельности;

2. способствовать формированию здоровьесберегающего подхода в музыкальном, художественном, хореографическом образовании путем синтеза задач искусства и физического развития ребенка;

3.формирование мотивации.

Большинство проблем здоровья учащихся, в том числе инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья, создается и решается в ходе ежедневной практической профессиональной деятельности преподавателей. Эффективность педагогического воздействия на учащихся зависит от уровня грамотности педагога в вопросах сохранения и укрепления здоровья.

После поступления ребенка в школу искусства изменяется его распорядок дня и появляются новые дополнительные нагрузки. Задача преподавателей – создать комфортные условия для всестороннего развития личности обучающегося.

**Здоровьесберегающие технологии** – это комплексный и систематический подход к обучению и воспитанию, в основе которого стоит стремление педагога сохранить здоровье учащегося в период его нахождения и обучения в учреждении дополнительного образования.

Воспитательно-образовательный процесс в учреждении дополнительного образования построен на принципах, направленных на профилактику, диагностику, коррекцию здоровья и развитие познавательной деятельности обучающихся, в том числе инвалидов, и детей с ограниченными возможностями здоровья.

В **«педагогике оздоровления»** выделяются следующие принципы:

1. принцип не нанесения вреда;

2. принцип единства физического, психического и духовно-нравственного здоровья;

3. принцип повторения умений и навыков с целью выработки динамических стереотипов;

4. принцип постепенности, который предполагает преемственность от одной ступени обучения к другой;

5. принцип доступности;

6. принцип непрерывности «педагогики оздоровления» как целостного процесса;

7. принцип цикличности состоящий из повторяющейся последовательности занятий;

8. принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников;

9. принцип всестороннего и гармонического развития личности;

10. принцип формирования ответственности у детей за свое здоровье и здоровье окружающих людей;

11. принцип приоритета позитивных воздействий над негативными (запретами, порицаниями);

12. принцип творческой направленности.

**Условия охраны здоровья** применяются в школе искусства с первых дней поступления обучающегося. На начальном этапе педагоги помогают родителям с выбором направления обучения – музыкальное, художественное, хореографическое. Для занятий на музыкальных инструментах и посещения хореографии существуют определенных противопоказания: посещать занятия хореографии нельзя при сильном плоскостопии, заболеваниях опорно-двигательного аппарата; на флейте не рекомендуется играть при повышенном внутричерепном давлении, но при этом полезно при заболеваниях дыхательной системы (к примеру, астмы); на скрипке противопоказано играть при сколиозе и сильном плоскостопии

 **Рекомендации и необходимые условия по охране здоровья** учащихся, играющих на музыкальных инструментах:

1) рекомендуется в течении занятия делать несколько «подходов» к игре на инструменте – каждый из которых может длиться от 1 до 10 минут. Время между «подходами» заполняется другими формами работы (изучение нот, длительностей, прохлопывание ритма, упражнения на столе);

2) правильная посадка/постановка с учетом анатомо-физиологических особенностей обучающихся (рост, длина и строение рук, ног, корпуса);

3) на любом музыкальном инструменте правильной считается та посадка, которая удобна и создает максимальную свободу действий исполнителя, устойчивость инструмента.

Основные группы **здоровьесберегающей технологии:**

1) технологии обеспечивающие гигиенические условия образовательного процесса;

2) технологии оптимальной организации учебного процесса и физической активности обучающихся;

3) психолого-педагогические технологии, используемые на уроках и во вне-учебной деятельности.

 Для обеспечения **гигиенических условий образовательного процесса** необходимо **учитывать**:

* Температурный режим воздуха в учебном кабинете.

Температура в учебном классе должна быть комфортной для обучающегося и преподавателя.

* Проветривания кабинета.

Вне зависимости от погодных условий, учебный класс необходимо проветривать после каждого занятия.

* Регулярная влажная уборка.
* Достаточное освещение классного помещения.

 В организации учебного процесса должен учитываться объем максимальной допустимой учебной нагрузки и соответствовать нормам. Комфортное расписание становится важной составляющей, так как правильно составленное расписание предупреждает появления переутомления. С целью исключения перегрузки детей расписание в школе искусства составляется таким образом, чтобы ребенок мог отдохнуть после школы и прийти на занятие.

 В учебный процесс необходимо включать разные виды деятельности, к примеру: ритмика, изучение нотной грамоты, игра на инструменте.

 Обязательным **условием сохранения здоровья** является творческая направленность урока. Творческий процесс может быть в форме дискуссии, практического показа, использование ИКТ и т.д.

 Кроме этого необходимо, в ходе учебного занятия, использовать приемы, способствующие снятию напряжения в ходе урока. Это может быть использование динамических пауз, физкультминуток, упражнений.

Преподаватели ДШИ №13 учебный процесс организуют с применением **технологий сохранения и стимулирования здоровья** обучающихся, к которым относятся:

* Ритмопластика. Следует выполнять упражнения, направленные на укрепление мышц. Упражнения необходимо подбирать индивидуально для каждого обучающегося.
* Танцевальная гимнастика. Двигательная гимнастика помогает скорректировать природное мышечное напряжение.
* Музыкотерапия. Использование технологии позволяет стабилизировать эмоциональное здоровье обучающегося.
* Пальчиковая гимнастика. Необходима для разработки рук и подготовки к игре на музыкальном инструменте.
* Дыхательная гимнастика. Является главным условием развития и тренировки голосовых связок. Упражнения проводятся в начале каждого урока по хоровым дисциплинам.
* «Эко-пленэр». Написание эскизных работ мира природы Родного края способствует взаимодействию обучающегося с окружающим миром. Занятия проходят на открытом воздухе.