

ные продукты, в большом количестве - овощи и фрукты. Избежать переутомления поможет стакан зеленого чая с ложкой меда и соком половины лимона. Зимой не забывайте включать в свой рацион сухофрукты. Калорийность рациона должна быть такой же, как при обычной студенческой нагрузке.

В заключение хочется отметить, что правильное питание и активная физическая нагрузка - это залог поддержания своего организма в хорошей форме, активной жизнедеятельности. Искусство вести здоровый образ жизни необходимо и доступно каждому студенту для улучшения своего здоровья и получения достойной профессии.

Библиографический список

1. Марков В. В. Основы здорового образа жизни и профилактика болезней: учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений / В. В. Марков. М., 2001.
2. Вайнер Э.Н. Валеология: Учеб. пособие для вузов. М.: Наука, 2001.
3. Рациональное питание студентов // [Электронный ресурс] / Режим допуска: <http://www.bestreferat.ru/referat-43417.html> (дата обращения: 21.09.2013 г.).
4. Основы рационального питания студента // [Электронный ресурс] / Режим допуска: <http://www.spospk.ru/18-osnovy-racionalnogo-pitaniya-studenta.html> (дата обращения: 22.09.2013 г.).
5. Особенности организации рационального питания студентов // [Электронный ресурс] / Режим допуска: <http://www.bibl.nngasu.ru/electronic%20resources/uch-metod/.../5074> (дата обращения: 21.09.2013 г.).

Нестеренко Л.Г.

Государственное бюджетное специальное (коррекционное) образовательное учреждение для обучающихся (воспитанников) с ограниченными возможностями здоровья школа № 91 III-IV вида Краснодарского края, Краснодар, Россия

ОРГАНИЗАЦИЯ КОРРЕКЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ С УЧАЩИМИСЯ С НАРУШЕНИЕМ ЗРЕНИЯ

Анализ научных данных и результатов наблюдений за практической деятельностью позволяет утверждать, что дети с нарушением зрения испытывают серьезные трудности в определении цвета, формы, величины и пространственного расположения предметов, в овладении практическими навыками, в выполнении практических действий, в ориентировке на своем теле, рабочей поверхности, в пространстве.

Кроме того, «недостатки зрительного восприятия, обуславливая формирование нечетких, недифференцированных образов-представлений, отрицательно влияют на развитие мыслительных операций (анализ, синтез, сравнение, обобщение и т.д.) что значительно затрудняет учебно-познавательную деятельность» (О.В. Евстифеева, Н.Г. Кучменко, 2001).

«В процессе учебно-познавательной деятельности дети с нарушением зрения испытывают трудности, связанные как с темпом учебной работы, так и с качеством выполнения учебных заданий» (А.М. Лобок, 2007).

Таким образом, ребенок с нарушением зрения в период школьного обучения, находясь в роли субъекта образовательного процесса, испытывает значительные трудности, что, в свою очередь, требует от педагога образовательного учреждения специальной поддержки данной категории детей. Так при обучении слабовидящих структура урока не может строиться без учета целей коррекционно-педагогической работы. Так, например, Н.К. Смирнов (2002) отмечает следующие основные особенности структурного построения урока:

Учет специальных пропедевтических периодов в этапном построении занятий.

Чередование зрительной и тактильной работы учащихся со слуховым восприятием учебного материала.

Включение в структуру урока зрительной гимнастики.

Учет темпа учебной работы в зависимости от уровня сформированности коррекционных умений и навыков учащихся.

«При организации коррекционно-педагогической работы с учащимися их необходимо соответствующим образом подготовить, чтобы им были понятны цели коррекции, приемы и способы работы, вводимые условные обозначения, сигнальные и ориентировочные признаки и т.д.» (В.В. Давыдов, 1996).

Очень важно на пропедевтические этапы урока вынести отработку цветовой унификации, содержащейся в иллюстративно-графическом материале, элементы ориентировки с помощью введения этой условности. Так, например, изучая с учащимися строение растительных тканей на уроках биологии, каждую из них (покровную, соединительную, проводящую...) обозначают строго определенным цветом. Зная и отработав эту цветовую унификацию, школьники могут значительно повысить свои различительные возможности и качество ориентировочных действий. Важно, чтобы принятая унификация сохранилась в пособиях при изучении всего курса биологии в школе.

Чтобы избежать утомления слабовидящих учащихся на уроке, повысить их работоспособность, необходимо в структурном построении занятий предусмотреть чередование зрительной и тактильной работы школьников со слуховым восприятием учебного материала. Это положение основывается на режимах зрительной и тактильной нагрузок и является обязательным требованием при формировании этапов урока. Письмо и чтение должно чередоваться с устной беседой, с рассказом и др.

В структурном построении урока обязательно следует предусмотреть динамическую паузу со зрительной гимнастикой. Это требование выполняется в большинстве младших классов общеобразовательных школ и почти полностью игнорируется в работе со старшеклассниками. Обычно динамическая пауза и зрительная гимнастика планируются после того этапа работы на уроке, на котором были значительные нагрузки на зрение или осязание. Учитывая это, можно планировать не одну, а две динамических паузы на уроке, особенно, если он последний или предпоследний в расписании занятий.

«В структурном построении уроков очень важно учитывать темповые нагрузки при выполнении учебных заданий и определять их в зависимости от уровня сформированности коррекционных умений и навыков учащихся с нарушением зрения» (Л.В. Занков, 1990).

Для того, чтобы правильно выбрать методы работы с учащимися на уроке и определить их коррекционную направленность, учитель должен тщательно спланировать свое руководство с учебно-познавательной деятельностью школьников с нарушением зрения. Словесные, практические и наглядные методы обучения, если в их арсенал включены специальные приемы и способы коррекции, приобретают коррекционную направленность. Подчиняя их целевым установкам на урок, органично увязывая со структурным построением занятий, с общими и специальными средствами обучения, мы сможем выполнить сдоровьемберегающие задачи образования.

Библиографический список

1. Давыдов В.В. Проблемы развивающего обучения. – М.: Педагогика, 1996. – С. 239.
2. Евстифеева О.В., Кучменко Н.Г. Деятельность школы и здоровье // Народное образование. – 2001. – №2. – С.167-169.

3. Занков Л.В. Избранные педагогические труды. – М.: Педагогика, 1990. – С. 424.
4. Лобок А.М. Образование, открытое культуре и жизни // Школьные технологии. – 2007. – №3. – С 18-23.
5. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. – М.: АПКИПРО, 2002. – С. 121.

Нетесова Н.И.

Дошкольное образовательное учреждение «Детство» комбинированного вида,
дошкольное образовательное учреждение № 122 «Маячок», Нижний Тагил, Россия

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДА ПРОЕКТОВ В ФИЗКУЛЬТУРНО - ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ С ДОШКОЛЬНИКАМИ

В современной системе образования много проблем. Одна из них - это ориентация всей системы образования на здоровьесберегающее обучение и воспитание. Перед дошкольным образовательным учреждением в настоящее время остро стоит вопрос о путях совершенствования работы по укреплению здоровья, развитию движений и физическому развитию детей. Федеральные государственные требования к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования определяют как одну из важнейших задач: охрану и укрепление здоровья воспитанников через интеграцию образовательных областей, создание условий безопасной образовательной среды, осуществление комплекса психолого - педагогической, профилактической и оздоровительной работы. В соответствии с этим особую актуальность приобретает поиск новых средств и методов повышения эффективности физкультурно - оздоровительной работы в дошкольных учреждениях, создание оптимальных условий для всестороннего гармоничного развития личности ребёнка.

Одним из эффективных средств решения данных задач выступает проектный метод. Актуальность данного метода подтверждается авторитетным мнением учёных. Шкель В.Ф. утверждает: «Метод проектов очень эффективен. Он даёт ребёнку возможность экспериментировать, синтезировать полученные знания, развивать способности детей во всех сферах деятельности».

Проектная деятельность - это создание педагогом таких условий, которые позволяют детям самостоятельно или совместно с взрослым открывать новый практический опыт, добывать его экспериментальным, поисковым путём, анализировать его и преобразовывать.

Проектная деятельность включает в себя: задания для детей сформулированные в виде проблемы; целенаправленную детскую деятельность; формы организации взаимодействия детей с воспитателем и друг с другом; результат деятельности как найденный детьми способ решения проблемы проекта.

Включение проектного метода в систему оздоровительной работы с дошкольниками позволяет в детском саду реализовывать разнообразные проекты: «Азбука здоровья»; «Про витамины и здоровье»; «Твоё питание и здоровье»; «Как мы дышим»; «Уроки здоровья»; «Как стать Неболейкой»; «Крепыш». В процессе работы над данными проектами развиваются и обогащаются представления детей о здоровом образе жизни, актуализируется имеющийся у детей опыт по здоровьесбережению, воспитывается ценностное отношение к своему здоровью. Каждая тема проекта отрабатывается в различных аспектах. Реализуя её, педагоги решают задачи, охватывающие не только область обучения, но и воспитания. Чем теснее взаимодействие специалистов дошкольного учреждения, тем эффективнее реализуется проект.