

Плещеева Виктория Викторовна,
заместитель директора по УВР,
Горбунова Наталья Германовна,
воспитатель группы продленного дня,
МБОУ СОШ с УИОП №8,
г. Воронеж

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СУБЪЕКТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Аннотация. Проблемы здорового образа жизни имеет древние философские корни, связанные с рассмотрением таких вопросов, как отношения человека к бытию, смыслу жизни, стремление к самосохранению и счастью.

Накопленное в течении многих веков мудрость говорит о том, что человечество всегда здоровье ставило на первое место, а также крепость духа. В сказках, легендах многих народов, мифах всегда прославляются сильные, смелые, выносливые, трудолюбивые люди.

В.А. Сухомлинский писал: «Забота о человеческом здоровье, тем более о здоровье ребенка - ...это, прежде всего забота о гармонической полноте всех физических и духовных сил, и венцом этой гармонии является радость творчества».

В основу стратегии формирования культуры здоровья и безопасности образа жизни мы закладываем модель здоровьесберегающей педагогики, основная роль в которой отводится педагогу. Забота о здоровье становится обязательным условием образовательного процесса. Реализация здоровьесберегающей педагогики предполагает:

1. Формирование в школе **здоровьесберегающего** образовательного пространства.

2. Создание **здоровьеформирующего** образовательного пространства школы, в котором все педагоги, специалисты учреждений социума, учащиеся, их родители согласованно решают общие задачи, связанные с заботой о здоровье.

Основу здоровьесберегающей педагогики составляют следующие принципы:

- ненанесение вреда;
- приоритет заботы о здоровье учащихся и педагогов;
- непрерывность и преемственность;
- субъект – субъективные взаимоотношения с учащимися;
- принцип гармоничного сочетания обучающихся, воспитывающих и развивающих педагогических действий;
- соответствие содержания и организации обучения возрастным особенностям учащихся;

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА: ОТ ИДЕИ К РЕЗУЛЬТАТУ

- приоритет позитивных воздействий над негативными;
- принцип контроля за результатами основан на получении обратной связи (проведение диагностики, мониторинга здоровья).

Поэтому роль воспитателя группы продленного дня заключается в создании условий для проявления и формирования основных черт творческой деятельности каждого воспитанника, охраны и укрепления здоровья. Считаю, что для реализации поставленной задачи необходимо выполнять следующие условия:

- использование различных групповых, индивидуальных, интерактивных и других методов работы;
- проведение физкультминуток, гимнастик, упражнений для глаз, прогулок, экскурсий, подвижных игр на свежем воздухе;
- выполнение требований СанПин;
- создание положительной психологической атмосферы и доверительных отношений между всеми учащимися;
- смена видов деятельности.

Одной из самых действенных форм, способствующих укреплению здоровья, является прогулка, во время которой дети могут в достаточной степени реализовать свои двигательные потребности. Оптимальной формой для этого служат подвижные игры и физические упражнения на улице. Подвижная игра занимает особое место в развитии школьника. Она способствует закреплению и совершенствованию двигательных навыков и умений, предоставляет возможность развивать познавательный интерес, формирует умение ориентироваться в окружающей действительности, что так важно для приобретения ребенком жизненного опыта. Любимые игры детей: «Рыболов», «Передай», «Тише едешь – дальше будешь», «Волк и гуси». Кроме подвижных игр использую разнообразные упражнения в основных видах движений: бег и ходьба, прыжки, метание, бросание и ловля мяча, упражнения на полосе препятствий.

Обязательным элементом здоровьесберегающей организации занятия, предотвращающим утомление обучающихся является физкультминутка. Особое место на занятиях занимает упражнение для глаз и пальчиковая гимнастика. На своих занятиях использую музыкотерапию. Слушание правильно подобранной музыки повышает иммунитет детей, снимает напряжение и раздражительность, головную и мышечную боль, восстанавливает спокойное дыхание.

Беседы по формированию здорового образа жизни с детьми провожу индивидуально с целью профилактики и для коррекции знаний по темам о здоровье. Беседы с родителями и привлечение к работе в данном направлении обеспечивают более эффективную работу по формированию навыков здорового образа жизни.

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА: ОТ ИДЕИ К РЕЗУЛЬТАТУ

Работа педагога группы продленного дня в этом направлении предполагает следующие результаты:

- формирование устойчивого интереса и потребностей к занятиям физкультурой и спортом, здоровому и активному образу жизни;
- приобретение учащимися устойчивых навыков обеспечения безопасной жизнедеятельности как важного условия самореализации личности;
- укрепление морально-психологического здоровья учащихся, развитие их коммуникативных способностей, нравственное и эстетическое совершенствование личности каждого ребенка;
- повышение социального самосознания статуса личности, развитие гражданской и творческой инициативы, самостоятельности.

В настоящее время общество в большой степени заинтересовано в том, чтобы его граждане были способны самостоятельно, активно действовать, принимать решения, гибко адаптироваться к постоянно изменяющимся условиям жизни.

При комплексном использовании различных технологий, ориентированных как на развитие творческого потенциала, так и на сохранение здоровья учащихся, можно добиться хороших результатов в достижении поставленной цели.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Безруких М.М. *Здоровьесберегающая школа.* – М., 2004.
2. Вайнер Э., Растворцева И. *Как сохранить здоровье учеников.* Библиотека «Первое сентября». – №2 (8). – 2006.
3. Главное Управление образования Воронежской области *«Здоровье детей и подростков: проблемы и пути их решения».* – Воронеж, 2007.
4. Дикарева А.Н. *Использование здоровьесберегающих технологий в работе педагога // Дополнительное образование и воспитание.* – №12. – 2014.
5. *Управление современной школой // Завуч.* – №6. – 2014.