Вереина Лилия Сергеевна,

методист муниципального бюджетного

учреждения дополнительного образования детей

«Подросток» с.Красный Яр Астраханской области.

Статья из опыта работы

Образовательный процесс и здоровьесбережение.

-2012год-

« Я не знаю большей красоты, чем здоровье».

Г.Гейне

Ребенок — барометр, реагирующий на любые изменения, происходящие во взрослой жизни, и, конечно же, ему приходится сталкиваться с проблемами, решение которых не всегда по силам даже взрослым. Это, естественно, отражается на здоровье детей.

Как никогда актуальной сегодня остается проблема сохранения и укрепления здоровья с раннего возраста. Решающая роль в ее решении отводится школе, учреждению дополнительного образования. Им доверено воспитание новых поколений россиян.

В последнее время ведется активный поиск здоровьесберегающих технологий, обеспечивающих необходимые условия для создания здоровьесберегающей образовательной среды, более того, образовательные учреждения могут поделиться опытом работы в этом направлении.

При этом они учитывают, что здоровье-это состояние полного

физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.

Здоровьесберегающая деятельность в МБОУ ДОД «ЦВР«Подросток» направлена на создание условий для личностного роста ребенка, укрепление его здоровья.

Организация здоровьесберегающей деятельности в учреждении осуществляется через:

* занятия в творческих объединениях обучающихся по образовательным направлениям деятельности;
* внеурочную деятельность в группах;
* воспитательные мероприятия внутри учреждения;
* детские массовые мероприятия в районе и области.

Туристско- краеведческое - одно из образовательных направлений в центре «Подросток». Походы, прогулки, экскурсии являются неотъемлемой формой работы в объединениях этого направления. Пребывание на свежем воздухе, воздействие солнца и дозированных физических нагрузок нормализуют деятельность центральной нервной системы, восстанавливают силы, повышают работоспособность.

Надо быть хорошо подготовленным физически, знать основы гигиены, здорового образа жизни, чтобы выдерживать достаточные физические нагрузки. Наши воспитанники не только ежегодно участвуют в областных соревнованиях, но и радуют своими успешными выступлениями.

В танцевальные объединения дети тоже идут с удовольствием. Современные, народные танцы – это своего рода танцтерапия : физическое развитие ребенка, снятие психологических зажимов, которые могут появляться в семье, в школе, это возможность творческого самовыражения, это- ожидание праздника-выступления на различных мероприятиях.

Занятия по программам эколого-биологического направления приводят к изменению шкалы ценностей у детей, которая нередко укореняется в сознании и детей, и взрослых. Экологическое воспитание-это, по сути дела, система ценностей во взаимоотношениях с природой, обществом, самим собой.

А отношение к себе - это и отношение к своему здоровью.

Здоровьесберегающие технологии, их элементы используются на занятиях всех объединений Центра.

Объединения художественно – эстетического образовательного направления – самые востребованные детьми. Очень любят ребята заниматься прикладным творчеством.

Обязательно на занятиях предусмотрены физкультминутки, упражнения для глаз, способствующие снятию утомления, игровые моменты.

Принцип успешности и комфорта, а также учет самобытности личности ребенка, его личного опыта заложены в основу не только учебной, но и внеурочной деятельности детей в Центре «Подросток».

Это также способствует успешной реализации здоровьесберегающей деятельности.

Будущее России за людьми успешными, то есть творческими, понимающими свое предназначение в жизни, умеющими управлять своей судьбой, здоровыми физически и нравственно.

Учреждению дополнительного образования, как и школе, доверена важнейшая задача- воспитание именно таких, успешных, людей.