ГОУ ЯО «Рязанцевская школа – интернат»

«ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ВОСПИТАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ

В УСЛОВИЯХ ШКОЛЫ-ИНТЕРНАТА»

(Выступление на педсовете)

.

Воспитатель Кобякова М.Д

**2017-2018 уч.г.**

**ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ВОСПИТАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ В УСЛОВИЯХ ШКОЛЫ-ИНТЕРНАТА**

Здоровье– одно из важных составляющих жизни человека, которое формируется, начиная с самого рождения. От того, как в процессе роста и воспитания складываются жизненно важные привычки и навыки, зависит здоровье каждого отдельного ребенка и здоровья общества в целом.

В последние годы уровень здоровья детей, к сожалению, снизился, поэтому появилась высокая общественная потребность в технологиях, укрепляющих и сохраняющих здоровье. Такая работа должна проводиться систематически и целенаправленно, только тогда она будет успешной. Многие годы своей жизни человек проводит в стенах образовательных учреждений. Поэтому естественно возникает вопрос, что и как нужно сделать для того, чтобы образование, в частности обучение, не разрушало, а наоборот, сохраняло, укрепляло и развивало здоровье человека.

Вступление ребенка в возраст ученичества повышает нагрузку на весь организм. Именно поэтому охрана и укрепление здоровья ребенка является не только важной медицинской проблемой, но и актуальной педагогической задачей. Чтобы образовательный процесс приносил удовлетворение и радость для всех, надо чтобы и обучающиеся и педагоги были здоровы. Каким образом от нас зависит здоровье обучающихся и что мы, педагоги, можем сделать для его сбережения?

Следуя концепции здоровьесберегающего образования, педагогический коллектив школы-интерната включает в план работы следующие направления деятельности:

1. Здоровьесберегающее обучение и воспитание (построение уроков, самоподготовок, воспитательных занятий на здоровьесберегающей основе);

   2. Активизация физической деятельности;

3. Соблюдение санитарно-гигиенических норм и правил;

4. Пропаганда здорового образа жизни.

В школах ежегодно разрабатываются и утверждаются планы по сохранению и укреплению здоровья обучающихся. Важнейшими критериями направления работы педагогов являются результаты ежегодной диспансеризации воспитанников.

Особое внимание и ответственность в сбережении здоровья детей отводится воспитательной системе.

В работе с детьми нашей группы, мы с Динарой Викторовной стараемся использовать принцип «Здоровье – это не просто отсутствие болезней или физических дефектов у воспитанников, а состояние полного физического, психического и социального благополучия, а также доброжелательные отношения с людьми». В этом нам помогают все педагоги нашей школы и конечно преподаватель физкультура Никитин Максим Анатольевич.

Мы стараемся формировать интерес и потребности к занятиям спортом, активному образу жизни. Мальчики нашей группы с удовольствием ходят на спортивный час (секция) по средам, принимают участие во всех спортивных мероприятиях. Многие из них, в том числе и девочки ездили на районные, областные соревнования. Занимали призовые места.

Оздоравливающему эффекту способствует правильно организованная подготовка воспитанников к урокам, где учитываются

-- психологический климат, положительный эмоциональный настрой (отсутствие внешних неприятных раздражителей);

-- гигиенические условия: нормальная температура в классе и свежесть воздуха; рациональное освещение;

-- правильная посадка учащихся;

-- различные виды проверки выполнения домашнего задания (чтение, слушание, рассказ, рассматривание наглядных пособий, ответы на вопросы);

С учётом возрастных особенностей детского организма и потребности в двигательной активности воспитанников с ограниченными возможностями здоровья важное место уделяют проведению физкультминутки для предупреждения утомления, нарушения осанки, зрения, а также для повышения работоспособности и активизации мыслительных процессов, улучшения памяти и внимания. Можно проводить такие физкультминутки

как дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз, массаж активных точек, различные физические упражнения: (Мальчики отжимания от пола) для глаз: «Пчела», «Звезда», «Восьмерка», упражнений для рук: «Аист», «Ворона», упражнений для ног: «Парашютист»; упражнений для позвоночника: «Спина», «Ножницы» и др.

Для эмоциональной разрядки на занятиях, на самоподготовке мы используем шутки, юмористическая картинка, пословицы, поговорки, загадки, просто улыбка.

Для формирования здорового образа жизни мы используем различные формы и методы работы по профилактике вредных привычек, по пропаганде здорового образа жизни. Это и общешкольные спортивные мероприятия, которые проводят преподаватель физкультуры Никитин М.А., педагог организатор Калинин В.В. С целью профилактики курения, алкоголизма и наркомании проводятся воспитательные занятия в виде бесед, диспутов, викторин: например, «Что имеем - не храним»,: «Эмоции и здоровье», «Овощи, ягоды, фрукты – полезные продукты»,«Наркомания – соблазн, приводящий к зависимости»»,«Здоровый образ жизни», «Вредным привычкам скажем «НЕТ», «Режим дня или как все успеть», мини-лекции: «Что такое здоровье?», «Борьба с туберкулезом», «Чума 21 века», «Природа гриппа и ОРВИ и о способах профилактики этих болезней», викторина «Мы выбираем здоровый образ жизни». «Берегите воду – источник жизни», «Здоров будешь – все добудешь», «Здоровье в твоих руках», «Здоровое питание – отличное настроение», «В здоровом теле – здоровый дух»,«Советы от доктора Айболита», «Вредные привычки»

Проводим тестирование, анкетирование: «Мое отношение к здоровому образу жизни», диалоги с элементами игры, делаем анализ конкретных ситуаций, например, «Вредным привычкам скажем нет», «Табак и верзилу сведёт в могилу», « Здоров будешь всё позабудешь», «Привычки человека», « Сон как основа хорошего самочувствия», «Кожа и уход за ней», «Здоровье в твоих руках» что учит воспитанников самим находить выход из данных ситуаций.

Утренняя зарядка, ежедневно утренний и вечерний туалет, сбалансированное пятиразовое питание , уроки физкультуры, физкультминутки , во время уроков и во время самоподготовки, спортивные часы, ежедневные прогулки на свежем воздухе, а по субботам походы в природу с костром, которые организовывает Калинин В.В. Подготовка и проведение праздников например «Рыцарский турнир» ко Дню защитника Отечества – праздника, сочетающего в себе воспитательную, образовательную, спортивно – массовую, развлекательную и оздоровительную направленность. «Воспитатель и я – спортивная семья» шуточная спортивно развлекательная программа, «А ну – ка, парни», « А ну – ка, девушки» с элементами спортивных упражнений, «Веселые старты», «Муравейник». Соревнования по велоспорту «Безопасное колесо», Осенний марафон, а также ежедневные прогулки и игры на свежем воздухе. Мальчики очень любят играть с мячом, играть в прятки, догонялки, заниматься на спортивных снарядах.

Именно здесь в процессе двигательного творчества воспитанники получают возможность личностного самовыражения. Игры снимают напряжение, возникающее в процессе учебных занятий. Они являются одним из самых доступных, эмоциональных действенных средств физического развития.

Эти мероприятии проводятся не только с целью сохранения и укрепления здоровья и развития интереса к спорту, но и с целью формирования коллективизма, товарищества и взаимопомощи.

К нам приезжают девушки из молодёжного центра «Стимул» г. Переславля рассказывают о наркомании, алкоголизме, о болезни «Спит» показывают документальные фильмы, проводят диспуты, викторины с элементами игры, беседуют с ребятами, задают вопросы на различные бытовые темы, вызывая интерес у них и беседа плавно переходит в диалог.

.Важными условиями, способствующим реализации здоровьесберегающих технологий в образовании являются : внимательное отношение к здоровью и соблюдение тех норм поведения, которые называются здоровым образом жизни, а правильно организованный образовательно-воспитательный процесс в условиях школы-интерната, может существенно и положительно влиять на укрепление и развитие здоровья не только воспитанников , но и педагогов .