

ПЕДАГОГИКА

Качанова Марина Валерьевна

воспитатель группы продленного дня

Внуковская Елена Викторовна

учитель начальных классов

ГБОУ гимназия №171

г. Санкт-Петербург

СОВМЕСТНАЯ РАБОТА ВОСПИТАТЕЛЯ ГРУППЫ ПРОДЛЁННОГО ДНЯ И КЛАССНОГО РУКОВОДИТЕЛЯ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ У ВОСПИТАННИКОВ

Аннотация: статья посвящена проблеме организации совместной работы классного руководителя и воспитателя группы продленного дня по формированию ценностного отношения к здоровому образу жизни детей начальной школы. В работе подробно рассмотрено понятие «здоровье», а также предложена система мер по укреплению и сохранению здоровья.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, движения, воспитатель, классный руководитель, учащиеся.

Понятие «здоровье» имеет множество определений. Но самым популярным, и, пожалуй, наиболее ёмким следует признать определение, данное Всемирной организацией здравоохранения: «Здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов».

В течение последних лет наметилась тенденция к ухудшению состояния здоровья детей: увеличилось количество детей, страдающих хроническими, соматическими и нервно-психическими заболеваниями, наблюдается нарастание экологически детерминированных синдромов, перинатальной патологии.

Ухудшение состояние здоровья детей диктует необходимость разработки и внедрения мероприятий оздоровительного и реабилитационного характера, направленных на улучшение состояния здоровья детей, снижение заболеваемости, предотвращение формирования хронической патологии и детской инвалидности.

В последнее время как часть общей культуры человека выделяется валеологическая культура, направленная на укрепление и сохранение здоровья, освоения норм, принципов, традиций ЗОЖ, превращение их во внутреннее богатство личности. Ребёнок, изучая себя, особенности своего организма, психологически готовиться осуществлять активную деятельность, формировать свое здоровье. Здоровьесбережение - это организация самого процесса обучения и воспитания, комплекс мер и системных мероприятий, которые обеспечивают здоровьесберегающую образовательную среду, условия для сохранения и укрепления здоровья, формирование ценности здоровья и здорового образа жизни.

Культура здоровья – это совокупность сформированных социально значимых качеств личности, повседневных поступков человека. Создание традиций ЗОЖ – это то, что должно лежать в основе валеологическая работы в образовательных учреждениях, и то, что к чему нужно стремиться в конечном итоге.

Зачастую у детей отсутствует заинтересованность в занятиях оздоровительного характера: рекомендации по ЗОЖ насаждаются детям чаще в назидательной категорической форме и не вызывают у них положительных эмоциональных реакций, так же сами взрослые редко придерживаются указанных правил в повседневной жизни, и дети хорошо это видят. Кроме того, выполнение необходимых правил ЗОЖ требует от человека значительных волевых усилий, что крайне затруднительно для ребенка, имеющего недостаточно сформированную эмоционально-волевую сферу. Поэтому в работе с детьми важно использовать разнообразные методические приёмы: личный пример педагога, объяснения и показ, сюжетный задания, индивидуальная работа, игровые образы, наводящие вопросы, книги различной тематики, рисование сюжетов и организация инсценировок по

теме, поощрения деятельности, рекомендации родителям по вопросам валеологии.

Условия, созданные в образовательном учреждении, способствую реализации задач физического развития и для необходимого формирования движений и обеспечения оптимального здоровья воспитанников. Здоровьесберегающие технологии в валеологическом воспитании ОУ: двигательные разрядки во время сидячих занятий, динамические паузы во время перемен, подвижные игры малой и средней активности на прогулке на воздухе, спортивные и народные игры в группе продлённого дня, валеологические занятия по здоровому образу жизни и безопасности, дыхательная гимнастика, точечный массаж, валеологические досуги и праздники, гимнастика для глаз, технологии коррекции поведения.

Играя в двигательно-дидактические и валеологические игры, воспитанники закрепляют пройденный материал и решают проблемные ситуации. Дети получают определённую сумму знаний по анатомии, физиологии и гигиене человека, закрепляют гигиенические навыки, формируют мотивацию на здоровый образ жизни и соблюдение основных принципов жизнеобеспечения, развивают логическое мышление, воспитывают стремление к самостоятельности в поведении и приобретении знаний.

Таблица

Виды, задачи и необходимые условия для валеологического образования ребенка

Виды деятельности	Физиологическая и воспитательная задача	Необходимые условия
Двигательные разрядки, динамические паузы	Удовлетворение потребности в движении. Воспитание ловкости, координации движения, гибкости.	Музыкальное сопровождение
Подвижные, спортивные и народные игры в группе продлённого дня	Формирование умения двигаться соответсвии с окружающими, в соответствии с правилами игры.	Правила игры, атрибуты к играм
Валеологические занятия по ЗОЖ и безопасности	Формировать устойчивую привычку к ЗОЖ.	Настольные, дидактические игры и пособия, детская литература
Дыхательная гимнастика, точечный массаж	Укрепление мускулатуры дыхательной системы. Воспитание привычки правильного дыхания.	Проветренное помещение, свежий воздух

Гимнастика для глаз	Укрепление наружных и внутренних мышц глаз. Воспитание соблюдения правил гигиены глаз, профилактика переутомления.	Метка на стекле
Технологии коррекции поведения	Формирование знаний об общепринятых нормах поведения	Настольные, дидактические игры и пособия, детская литература
Валеологические досуги и праздники	Снижение двигательного и психоэмоционального напряжения детей. Воспитание осознания выбора здорового образа жизни.	Настольные, дидактические игры и пособия, детская литература, атрибуты к играм

Важным показателем сформированности ценностного отношения выступает реальное поведение школьника в повседневной жизни. Полученные ребёнком, знания и представления о себе, своём здоровье, физической культуре безопасности жизнедеятельности позволяет найти способы укрепления и сохранения здоровья. Приобретённые навыки помогут осознанно выбрать здоровый образ жизни. Полученный опыт позволит избежать несчастных случаев.

В результате работы по формированию ценностного отношения к здоровью сбережению дети должны знать и уметь:

- основы здорового образа жизни;
- сознательно относиться к своему здоровью и использовать доступные способы его укрепления;
- ежедневная двигательная активность на воздухе;
- осуществлять контроль за своим самочувствием;
- самостоятельно организовывать двигательную деятельность, игры-соревнования, используя свой двигательный опыт;
- стремиться к улучшению физиологических показателей организма.

За время совместной работы в данном направлении произошла положительная динамика в уровне здоровья и развития у школьников:

- снижение заболеваемости на 10% и повышение посещаемости ОУ;
- сформированность ценностного отношения к здоровому образу жизни у воспитанников;

- снижение нервно-психического напряжения и улучшение психоэмоционального состояния детского коллектива;
- повышение качества обучения, повышение внимания, ответственности, трудолюбия.

Список литературы

1. Здоровый ребёнок – успешный ребёнок [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://school35smolensk.edusite.ru/DswMedia/podvijnyieigryi.docx>