(cc) BY

Домарацкая Анна Николаевна
старший методист БДО, член-корреспондент МАОН
ГБОУ г. Москвы «Школа №1592
им. Героя Российской Федерации Е.Н. Чернышёва»
г. Москва

ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ КАК СРЕДСТВО ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ КАЧЕСТВ ЛИЧНОСТИ ПОДРОСТКОВ

Аннотация*: данная статья посвящена актуальной теме – формированию здорового образа жизни в рамках дополнительного образования. Выделяется детское объединение «ГОРОДКИ» как доступная здоровьесберегающая технология в дошкольном и школьном отделении ОУ.*

Ключевые слова*: дополнительное образование, здоровьесберегающие технологии, игра «Городки», городошный спорт, педагог.*

Здоровье – это необходимое условие активной и нормальной жизнедеятельности человека.

Расширяя свои знания, вырабатывая и приобретая новые навыки, умения, хорошие привычки, в процессе дополнительного образования подросток внутренне существенно изменяется, развивая свои потенциальные способности и качества, вырабатывает сильный и твёрдый характер. Здоровому стилю жизни надо постоянно учиться, а значит, этому нужно постоянно учить, как это успешно делают педагоги БДО Школы №1592 г. Москвы.

Развитие системы дополнительного образования детей в нашем общеобразовательном учреждении зависит от успешности решения целого ряда задач организационного, кадрового, программно-методического, психологического характера. Сохранение и укрепление здоровья, формирование здорового образа жизни подростков успешно решается через создание целостной системы дополнительного образования, ориентированной на их здоровьесбережение, эффективность которой рассматривается как результат здоровьесберегающей

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

жизнедеятельности обучающихся. Если взять физкультурно-оздоровительную направленность БДО нашей школы, то можно перечислить традиционные и разнообразные спортивные секции: «Спортивно-игровой час», «Волейбол», «Баскетбол», «Гандбол», «Настольный теннис», «Тхэквандо», «Художественная гимнастика», «Спортивная гимнастика», «ОФП», «Цирковое искусство», «Городки», которые успешно работают в течение этого учебного года.

В нашей Школе №1592 имени героя Российской Федерации Е.Н. Чернышева в рамках дополнительного образования идет формирование у подростков мотивации к занятиям физической культуры и педагогического подхода к решению этого вопроса. Уже в детском саду (отделение 1578), дополнительное образование выступает эффективным средством формирования здоровьесберегающих качеств личности подростка. Детский сад – первая ступень общей системы образования, главной целью которой является всестороннее развитие ребенка. Большое значение для развития дошкольника имеет организация системы дополнительного образования в ДОУ, которое способно обеспечить переход от интересов детей к развитию их способностей. Развитие творческой активности каждого ребенка является главной задачей современного дополнительного образования и показателем качества образования в целом. Дополнительные образовательные услуги мы рассматриваем как важнейшую составляющую образовательного пространства. Дополнительное образование социально востребовано как образование, органично сочетающее в себе воспитание, обучение и развитие личности ребенка, наиболее открыто и свободно от стандартного подхода: постоянно обновляется его содержание, методы и формы работы с детьми, творческий подход к реализации услуги педагогом дополнительного образования.

Спектр дополнительных услуг в нашем дошкольном учреждении индивидуален, разнообразен и ведется по нескольким направлениям.

Третий год плодотворно работает необычная спортивная секция «Городки», под руководством молодого, но уже опытного тренера Хлебородовой Юлии Владимировны. Задача педагога – поддерживать развитие личности и

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

индивидуальных качеств подростка, поэтому главное в педагогической поддержке – саморазвитие человека.

Благодаря неуемной деятельности тренера, «Городки» стали изюминкой данной направленности не только в ДОУ, но и в начальной школе, прославив наших воспитанников в округе и Федерации городошного спорта.

Что такое «ГОРОДКИ»? Это старинная русская игра. Её история насчитывает много веков. Упоминание о городках можно найти и в сказках, и в старинных легендах, и в документах, относящихся к истории Древней Руси. Эта игра вошла в русскую историю, как часть национальной культуры.

В «Городки» с увлечением играли императоры Пётр I и Николай II, генералиссимус А.В. Суворов, В.И. Ульянов (Ленин) и И.В. Сталин. Игра в «Городки» была излюбленным физическим упражнением для многих выдающихся деятелей отечественной науки, культуры, писателей. Теперь играем и МЫ!

В чём же притягательная сила городошного спорта в наши дни? Игра проста по правилам, проходит на открытых площадках, летом и зимой на свежем воздухе. Эта игра увлекательная, атлетическая, требующая силы и ловкости, меткости и выдержки, хорошей координации движений. «Городки» заставляют забыть о прожитых годах, они в буквальном смысле слова «всем возрастам покорны». Поэтому в нашей школе играют в «Городки» и дети, и их родители, и целые семьи. Это заслуга целиком и полностью спортивного тренера Хлебородовой Ю.В.

Хочется отметить, что здоровьсберегающие качества личности подростка в процессе дополнительного образования в нашей школе имеют благоприятный психологический климат в подростковом коллективе – это соревнования, групповые и коллективные выступления и т. д.

Игра или моделирование игровых ситуаций в процессе дополнительного образования обеспечивают познавательный интерес и создание ситуации выбора успеха для подростка.

Мы можем с уверенностью сказать, что в нашей школе здоровьесберегающие качества личности подростка являются основой их жизнедеятельности.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Благодаря тренировкам ребята проявляют выносливость, терпение, смелость, скорость, силу, ловкость, быстроту двигательной реакции, качества внимания и др.

Формирование здоровьесберегающих качеств личности подростка в сфере дополнительного образования строится с учётом состояния здоровья подростков и их полово-возрастных особенностей физического и психического развития. Эти особенности определяют содержание направления работы по формированию здоровьесберегающих качеств, что является мотивацией физкультурно-оздоровительной деятельности, которая играет решающую роль в сохранении физического здоровья в дальнейшей жизни воспитанников. Дополнительное образование спортивного профиля имеет исключительно важное значение для формирования здоровьесберегающих качеств.

В условиях дополнительного образования многое зависит от степени самоорганизации, способности подростков критически относиться к своим достижениям, умения соотносить свои возможности и реальные результаты своей деятельности.

Спортивные подвижные игры, эстафеты, командные соревнования, совместные походы при правильно поставленной цели воспитывают многие положительные качества, такие как организованность, дисциплинированность, товарищество, коллективизм, другие волевые качества. Однако формирование коллектива и связанное с ним педагогическое воспитание подростков – длительный и сложный процесс. Поэтому педагог должен быть знаком с основными социально-психологическими закономерностями формирования и жизни коллектива.

Кроме того в играх закрепляются и совершенствуются естественные движения и отдельные умения, навыки, качества, которые в будущем помогают в выборе профессии и в жизни.

Педагогическая ценность спортивных игр заключается в том, что они оказывают комплексное воздействие на все физические и духовные функции человека.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Физкультурно-спортивная направленность в системе дополнительного образования нашей Школы ориентирована на физическое совершенствование учащихся, приобщение их к здоровому образу жизни, воспитание спортивного резерва нации.

Массовое участие детей, а также их родителей в досуговых программах способствует сплочению школьного и родительского коллектива, укреплению традиций школы, утверждению благоприятного социально-психологического климата в ней. Спортивная одаренность ребенка тоже очевидна: без специальной подготовки он показывает высокие спортивные результаты, намного превосходящие результаты товарищей.

«Скажи мне, и я забуду. Покажи мне, и может быть, я запомню. Но вовлеки меня, и я пойму». (Китайская пословица.)

Это точно сказано про Ю.В. Хлебородову, которая отдает максимум сил для сохранения здоровья воспитанников и развития городошного спорта в нашей Школе.

На сегодняшний день наше Учреждение – мобильная образовательная система, которая предполагает возможность выбора и смены деятельности в БДО. В Школе №1592 г. Москвы есть тот потенциал, тот необходимый ресурс, который, мы уверены, позволяет определить перспективу завтрашнего дня для системы дополнительного образования нашего города. Наш главный потенциал – люди, их творчество, их инициатива и профессионализм. Наши ресурсы – это опыт, который мы уже накопили, он дает нам возможность использовать его в более широком масштабе, и наши традиции, которые у нас стабильно сформированы. Мы создали «новое учреждение» – «современное предприятие» образовательных услуг. Наше учреждение предоставляет услуги, которые пользуются спросом у других образовательных учреждений, детей, родителей и населения в целом. В основном дополнительное образование держится на инициативных людях, о которых говорят «ни дня без подвига».

Опыт показывает, что дети, занимающиеся в спортивных секциях и кружках, в дальнейшем хорошо учатся в школе, успешно продолжают обучение в

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

системе дополнительного образования, художественных, музыкальных, спортивных школах. Отмечая позитивный опыт по данному направлению деятельности, хочется отметить, что дополнительные услуги, предлагаемые школой, уже опережают спрос. Сегодня это стало велением времени. Настало время новых перспектив в деятельности педагогов, оказывающих дополнительные образовательные услуги.

Сохранение и освоение народных традиций, таких как игра в «ГОРОДКИ», передача этнокультурных ценностей подрастающему поколению – проблема особой важности и сложности в современном мире. Сегодня традиционная народная культура является действенным средством воспитания духовности и нравственности, формирования здорового образа жизни подростков, гражданских качеств личности, семейных традиций, в том числе спортивных династий.

Мир стареет в былых надеждах.
Но сегодня, как и вчера,
На плечах эту землю держат
И несут на себе мастера.
Р. Рождественский

Только рядом с таким мастером, как Ю.В. Хлебородова, может вырасти другой мастер, а воспитать личность может другая личность.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)