

Здоровьесберегающая деятельность в воспитательной работе с младшими школьниками

Состояния здоровья подрастающего поколения - важнейший показатель благополучия общества и государства отражающий не только настоящую ситуацию, но и делающий точный прогноз на будущее.

Для формирования, сохранения и укрепления этих составляющих целостного здоровья человека, в начальную школу внедряются здоровьесберегающие технологии, которые помогают решить важнейшие задачи – сохранить здоровье ребёнка, приучить его к активной здоровой жизни

Здоровьесберегающая деятельность играет огромную роль для детей с отклонениями в развитии. Именно такие дети испытывают большие трудности в обучении и воспитании.

При планировании воспитательной работы в своей группе большое внимание уделяю здоровьесберегающей деятельности воспитанников.

Работая над оздоровительно-воспитательным блоком стремлюсь:

-
- формировать устойчивый интерес к занятиям физической культурой;
- пропагандировать здоровый образ жизни;
- создавать условия для нормального физического развития учащихся.

Здоровьесберегающая деятельность организована по двум направлениям.

Первое направление предусматривает организацию учебно - воспитательного процесса в соответствии с условиями, способствующими всестороннему развитию ребенка, получению им высокого уровня знаний при сохранении его здоровья.

Второе направление включает в себя комплекс оздоровительно- воспитательной работы со всеми воспитанниками, с целью повышения их двигательной активности:

- утренняя гимнастика;
- прогулки на свежем воздухе;
- подвижные игры на свежем воздухе;
- спортивные часы;
- занятия в танцевальных кружках, спортивных секциях;
 - динамические паузы;
 - физкультминутки во время самоподготовок, классных мероприятий;
 - туристические выходы в природу;
 - Дни Здоровья;

Традиционными в нашей школе – интернате стали проведения таких значимых спортивных мероприятий как: «Богатыри Сибири», «Веселые старты», туристический слет «Югорские Робинзоны», где активное участие принимают педагоги школы. Активное участие педагогического состава школы в спортивно-оздоровительных мероприятиях является серьезным мотивирующим элементом в процессе воспитания школьников. Педагоги и другие работники школы своим личным примером показывают привлекательность и значимость активной жизненной позиции, пропагандируют здоровый образ жизни.

Благодаря использованию здоровьесберегающих технологий во внеурочной деятельности учащихся удаётся:

- обеспечить высокий охват обучающихся школы регулярными занятиями физической культурой и спортом;
- увеличить объём двигательной активности детей;
- сформировать у воспитанников устойчивый интерес и осознанную потребность в сохранении и укреплении здоровья, а также практическом использовании умений и навыков

ков, полученных во внеурочной деятельности;

- обеспечить рост физической и гигиенической культуры обучающихся, а также рост мотивации к физкультурно-оздоровительной деятельности и к ведению здорового образа жизни;

Целенаправленная работа по здоровьесбережению позволяет нам по некоторым показателям не только сохранять уровень здоровья детей, но и достигать положительных результатов в этом вопросе.

Здоровый образ жизни не занимает пока приоритетное место среди ценностей человека в нашей стране. Но если мы не научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять свое здоровье. Если мы будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то только в этом случае можно надеяться, что будущее поколение будет более здоровы и развиты не только личностно, интеллектуально, духовно, но и физически. Если раньше говорили: «В здоровом теле – здоровый дух», то не ошибется тот, кто скажет, что без духовного не может быть здорового.