МБУ ДО «Центр детского творчества» Дубенского муниципального района РМ

Доклад

«Использование здоровьесберегающих технологий на занятиях творческого объединения «Мастерская Самоделкина»

Подготовила

Педагог дополнительного образования :

Депцова И. М

2018

Известно, что здоровье – один из важнейших компонентов человеческого благополучия и счастья. В Конвенции по правам ребёнка прописаны его законные права – право на здоровый рост и развитие, право на родителей, их любовь и заботу.

Под здоровье сберегающими технологиями следует понимать систему мер по охране и укреплению здоровья обучающихся, учитывающую важнейшие характеристики образовательной  среды и условий жизни ребенка, воздействующие на здоровье.

Общеизвестно, что состояние здоровья детей в современных условиях значительно зависит от условий, в которых находятся дети (безопасность пребывания в образовательном учреждении, санитарно-гигиеническое состояние помещений, освещенность и температурный режим помещений, нормальное функционирование всех систем жизнеобеспечения).

Цель здоровье сберегающей педагогики состоит в том, чтобы сформировать полноценное понимание основ здорового образа жизни у обучающихся; осознать ответственность за своё здоровье и здоровье других людей (семьи, близких, сверстников).

В процессе обучения в соответствии с идеями здоровье сберегающих технологий ставятся такие задачи, как:

- формирование у обучающихся необходимых знаний, умений и навыков по здоровому образу жизни;

- обучение использованию полученных знаний в повседневной жизни и вариативному использованию правил здорового образа жизни в зависимости от конкретных практических обстоятельств.

Тема моего самообразования «Применение здоровье сберегающих технологий на занятиях декоративно - прикладного творчества». В течение учебного года я изучила методическую литературу по данному вопросу: (Статья «[Использование здоровье сберегающих технологий на занятиях декоративно-прикладным творчеством](https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe-obrazovanie/library/2013/09/23/ispolzovanie-zdorovesberegayushchikh-tekhnologiy)», Доклад «Обобщение опыта о  здоровье сберегающих методах и приемах" и др.) Также были внесены необходимые дополнения в тематический и воспитательный план работы образовательной программы (Внесены темы бесед «Быть здоровым, значит быть счастливым, «О хороших привычках» и др.)

Образовательная программа творческого объединения «Мастерская Самоделкина» включает в себя здоровье сберегающие педагогические технологии, которые

представляют собой комплекс мер, направленных на поддержку здоровья

детей:

-гигиенические условия в кабинете: необходимо проветривать

• занятия проходят в хорошо освещенном помещении;

• по окончании занятия, во время 15-ти минутного перерыва кабинет обязательно проветривается;

• стулья и столы подобраны по росту обучающихся;

• в конце рабочего дня ежедневно производится влажная уборка кабинета;

-частота чередования различных видов деятельности:

• занятия объединения «Бусинка» посещают учащиеся 1-4 классов. Это самый

очень сложно заниматься одним видом деятельности, особенно первоклассникам, т.к. они недавно закончили детский сад и им сложно усидеть на одном месте. Учитывая этот фактор, на занятиях чередую различные виды деятельности: дидактические игры, гимнастика для глаз, рук, физ. минутки.

- смена форм преподавания:

• Свои занятия стараюсь строить таким образом, чтобы учащиеся не утомлялись.

Для этого постоянно во время занятия меняю формы преподавания. Сначала использую словесный метод: говорю о том, чем мы будем заниматься на занятии, тем самым, нацеливая на результат. После того, когда обучающиеся знают, что им предстоит сделать, перехожу к наглядному методу, показывая, как это делается своими руками. После этого обучающиеся переходят к самостоятельной работе. Такая смена форм преподавания делает занятие увлекательнейшим путешествием в мир прикладного творчества, тем самым заряжая детей здоровой энергией.

Физкульт. минутки на занятиях представляют собой активный отдых, направленный на уменьшение утомления, снятия отрицательных воздействий от длительных нагрузок, активизацию внимания и повышения способности обучающихся к более эффективному восприятию учебного материала, но нужно учесть, что рабочее место заполнено необходимыми инструментами и материалами. Поэтому мы проводим физкультурные минутки, не требующие размашистых движений или перестроений, состоящие из простых физических упражнений, а также возможно совмещение с гимнастикой для глаз. Подбираются физкультурные минутки с учётом возрастных, психологических особенностей обучающихся.  
**Особое место** занимают прогулки на свежем воздухе, экскурсии и т.д. Конечно, не всегда существует возможность заниматься на свежем воздухе, но выйти из сложившейся ситуации помогают экскурсии в парк, где вместе с детьми собираем листья и природный материал для поделок. При этом играем в игру «Фантазёр», нужно пофантазировать на какого сказочного героя похоже облачко. Также соблюдаем правила гигиены: в школе созданы все условия (имеются тёплые туалеты, водоснабжение, горячая и холодная вода).

Обучающиеся приходят на занятия после уроков в школе. Многие утомились в школе. Моя задача, как педагога, состоит в том, чтобы создать комфортную психологическую обстановку на занятии. И это удается. Обучающиеся чувствуют, что здесь можно расслабиться, нет оценок, можно творить, фантазировать. Тем самым, создаются максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья детей.

- наличие на уроке эмоциональных разрядок в виде шуточных моментов:

смех, шутка, улыбка благотворно влияют на нервную систему.

На занятиях часто использую для психологической разрядки шуточные загадки, скороговорки, тем самым, создавая здоровую комфортную обстановку.  Кроме того, я обратила внимание на тот факт, что дети иногда хотят петь во время занятия. И это разрешается. Мы слушаем и сольное исполнение и  групповое.

В результате анализа методической литературы, интернет- ресурсов, описывающих здоровье сберегающие технологии, а также из опыта работы, я выявила, что внедрение в практику работы здоровье сберегающих технологий ведет к снижению показателей заболеваемости детей, улучшению психологического климата в коллективе, позволяет сделать учебный процесс для ребёнка более комфортным, а главное - сохраняет здоровье наших детей. Если мы научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять свое здоровье, то только в этом случае можно надеяться, что будущие поколения будут более здоровы и развиты не только интеллектуально, но и физически.

Список используемой литературы

**Использованные ресурсы:**

1. Бутова СВ. Оздоровительные упражнения на уроках // «Начальная школа»,

2006, № 8. С. 98.

2. Ишмухаметов М.Г. Нетрадиционные средства оздоровления детей //

«Начальная школа», 2005. - № 1. С. 91

3. Карасева Т.В. Современные аспекты реализации здоровьесберегающих

технологий // «Начальная школа», 2005. - № 11. С. 75.

4. Львова ИМ. Физкультминутки // «Начальная школа», 2005. - № 10. С. 86.

5. Нестерова Л.В. Реализация здоровьесберегающих технологий в сельской

школе // «Начальная школа», 2005. - № 1