**Спортивно оздоровительная деятельность по формированию здорового образа жизни у воспитанников детского дома.**

*Овчаренко Елена Николаевна*

*Методист ГКУ «Санаторный детский дом №12» г. Ставрополя*

Сиротство как социальное явление присуще любому обществу независимо от качественных и временных этапов его развития, поскольку всегда существует определенная категория детей, которые в силу определенных причин остаются вне семейной заботы и требуют особого отношения к себе со стороны государства. Ежегодно в детских домах оказывается около трети детей, лишившихся родительского попечения, а это огромная цифра.

Специфика такого учреждения как детский дом трактует систему формирования здорового образа жизни и обеспечения безопасности жизнедеятельности воспитанников как неотъемлемую часть развивающей среды детского дома. Ребенок, попадая в данную жизненную среду, находится в постоянном с ней взаимодействии, так как находится в детском доме круглосуточно и круглогодично.

Решение проблем качественного улучшения состояния здоровья детей, их физическое развитие требует комплексного, системного подхода, тесного взаимодействия всех служб детского дома. Поэтому нами была разработана программа спортивно оздоровительного объединения подразделения «Радуга талантов», главной педагогической идеей которой является гармоническое развитие обучающихся, их духовно-нравственное, физическое, патриотическое, экологическое и трудовое воспитание, гармонизация взаимоотношений на уровнях: человек – человек, человек – общество, человек – общество – природа. Это основа для достижения внутреннего равновесия ребенка, гармонии с самим собой.

Спорт стал неотъемлемой частью жизни воспитанников детского дома. Он отвлекает детей от «улицы», вредных привычек, негативных проявлений и является одним из способов их личностного самоутверждения.

Проблема формирования физически и нравственно здорового подрастающего поколения перерастает на современном этапе развития России в проблему обеспечения национальной безопасности.

Идея ценности здорового образа жизни, как основы для дальнейших успехов в развитии личности, самосознания и самосовершенствования, особенно актуальна для воспитанников детского дома.

Наиболее важным аспектом формирования здорового образа жизни воспитанников детского дома является физкультурно-оздоровительная деятельность, цель которой - создание фундамента физического здоровья воспитанников детского дома.

Анализ исследований психологов, педагогов, педиатров, физиологов и др. специалистов показал, что дети – сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей, имеют очень большое отставание от своих сверстников из «полных» семей по психофизическим показателям, особенно по параметрам физического развития (Олиференко Л.Я., Шульга Т.И., Дементьева И.Д. 2002). У детей, воспитывающихся вне семьи показатели здоровья значительно хуже, чем у детей, проживающих в семьях.

Неблагополучные социальные условия наряду с плохой наследственностью вызывают задержку психического развития, деривационные состояния, психоэмоциональную неустойчивость.

Исследования, проведенные в учреждениях для детей – сирот, показали, что состояние здоровья и физическое развитие детей – сирот имеют следующие особенности:

* Замедленные темпы биологического развития;
* Отклонения в физическом развитии за счет дефицита и избытка массы тела;
* Тотальное снижение функциональных возможностей у детей – сирот

95% детей. Поступающих в детский дом, имеют хронические заболевания, среди которых преобладают нервно – психические расстройства. Заболевания желудочно – кишечного тракта, сердечно – сосудистой системы, опорно – двигательного аппарата, а также задержку психофизического и интеллектуального развития, девиацию эмоционально – волевой и нравственной сферы.

Образ жизни подростков детских домов и школ – интернатов характеризуется широкой распространенностью вредных привычек:

* Регулярно курят 50% воспитанников;
* Пробовали и изредка употребляют спиртные напитки более 70%;
* 15,2% юношей и 9,1% девушек пробовали наркотические вещества

В связи с этим сохранение и укрепление здоровья детей и подростков, повышение уровня физического развития, обучение здоровому образу жизни, формирование ценности здоровья в представлениях воспитанников является приоритетным направлением в деятельности учреждения.

Наиболее важным аспектом формирования здорового образа жизни воспитанников ГКУ «Санаторный детский дом №12» является физкультурно-оздоровительная деятельность, цель которой - создание фундамента физического здоровья воспитанников.

Физкультурно-оздоровительная работа в детском доме осуществляется в рамках спортивно оздоровительной программы и представляет собой объединение спортивных секций и клубов.

Программа адресована детям от 5 до 18 лет, как мальчикам, так и девочкам, с различными физическими и психологическими данными. В основу программы положен индивидуально - личностный подход к каждому воспитаннику.

В процессе реализации программы педагоги опираются на следующие принципы:

1. Сочетание общечеловеческих, реальных духовных и нравственных ценностей в организации жизнедеятельности «Планета Спорт», что предполагает:

* признание личности воспитанника с её достоинством и потенциалом в качестве самоцели;
* подготовку детей к необходимой ориентации в проблемных жизненных ситуациях и выбору ценностей для их разрешения;
* упрочение норм уважительного отношения к окружающим людям, друг другу в детском коллективе;

Целью программы являетсяприобщение детей к физической культуре и основам здорового образа жизни, воспитание устойчивых интересов и положительного эмоционально-ценностного отношения к спортивно-оздоровительной деятельности.

В результате реализации программы значительно повысились уровень физической подготовки воспитанников и их уровень потребности в здоровом образе жизни. Наши дети принимают регулярное участие в региональных, краевых, городских и районных соревнованиях. У воспитанников выработалось стойкое негативное отношение к вредным привычкам, к асоциальному поведению.