**ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ И ОРГАНИЗАЦИЯХ ОТДЫХА ДЕТЕЙ**

Ярлыкова Ольга Васильевна

доцент кафедры гуманитарных и социально-

экономических дисциплин

Чернов Александр Владимирович

студент

ФГБОУ ВО «Ставропольский государственный

педагогический институт г.Железноводск

Yarlykova Olga

associate Professor of Humanities and social Sciences-

economic discipline

Chernov Alexander Vladimirovich

student

Fgbou VO "Stavropol state

pedagogical Institute in Zheleznovodsk

E-mail: yarlykova.olga@inbox.ru

HEALTH-SAVING TECHNOLOGIES IN EDUCATIONAL ORGANIZATIONS AND ORGANIZATIONS OF REST OF CHILDREN

Аннотация: В статье отражается состояние здоровья подрастающего поколения. Определены роль здоровьесберегающих технологий в сохранении, укреплении и развитии здоровья школьников в оздоровительных учреждениях, задачи и виды здоровьесберегающих технологий, средства и формы проведения оздоровительных мероприятий в образовательных организациях и организациях отдыха детей.

Abstract: The article reflects the health status of the younger generation. The role of health-saving technologies in the preservation, strengthening and development of schoolchildren’s health in health care institutions, the tasks and types of health-saving technologies, means and forms of recreational activities in educational organizations and recreation of children are defined.

Ключевые слова: здоровьесберегающие технологии, задачи здоровьесберегающих технологй, виды здоровьесбеоегающих технологий, детский оздоровительный лагерь, физическая культура, физкультурно-оздоровительные мероприятия.

Key words: health-saving technologies, tasks of health-saving technologies, types of health-saving technologies, children's recreation camp, physical culture, physical culture and recreational activities.

Охрана здоровья детей, в нашем обществе является актуальной проблемой. Поскольку лишь здоровые дети могут должным образом усваивать полученные знания, развивать научный и экономический потенциал общества и в будущем способны заниматься производительным трудом [1, с. 33].

Актуальность проблемы формирования здорового образа жизни определяется новой стратегией современных педагогических исследований по проблеме здоровья человека, требующей интеграции наук о человеке, а также эффективных технологий, обеспечивающих укрепление здоровья молодежи

В последнее время проблема здоровьесбережения стоит особо остро. Во-первых широкое внедрение в практику обучения различного рода инновационных программ и методов, рост информационной и психической нагрузки, изменение режима дня, недостаточная двигательная активность обуславливает снижение качества здоровья обучающихся [5; 6].

Во – вторых, возрастает число детей, употребляющих с раннего возраста табачные и алкогольные изделия, наркотические вещества. Все это оказывает пагубное влияние на развитие ребенка и ставит под сомнение возможность благоприятного будущего для таких детей. Поэтому, в современных условиях развития нашего общества, одной из важных задач реформирования системы образования становится сбережение и укрепление здоровья детей и подростков, формирование у них адекватного отношения к здоровью.

В настоящее время всестороннее развитие подрастающего поколения невозможно без использования здоровьесберегающих технологий. Здоровьесберегающие технологии – это система работы образовательного пространства по сохранению и развитиюздоровья взрослых и детей.Это касается не только занятий по физической культуре, но и других учебных предметов, воспитательной работы, психологической и медицинской службы учебного заведения.

В связи с этим реализация здоровьесберегающих технологий в детских оздоровительных учреждениях стала эффективным средством сохранения и укрепления здоровья детей, так как учитывается состояние здоровья каждого ребёнка, его индивидуальные психологические и физические особенности при выборе форм, методов и средств обучения.

Здоровьесберегающие технологии, считаются одним из самых современных и инновационных видов технологий, которые направлены на сохранение здоровья всех участников образовательного процесса.

Здоровьесберегающие технологии реализуются на основе личностно-ориентированного подхода, осуществляемые на основе личностно-развивающих ситуаций, они относятся к тем жизненно важным факторам, благодаря которым младшие школьники, подростки, студенческая молодежь учится эффективно взаимодействовать. Предполагают активное участие самого обучающегося в освоении культуры человеческих отношений, в формировании опыта здоровьесбережения [4, 32-35].

Здоровьесберегающие технологии, прекрасно сочетаются с традиционными методами и формами педагогики. Что позволяет решить такие задачи:

-формирование фундамента отличного физического здоровья;

-повышение психического и физического уровня обучающихся;

-ознакомление детей с основными принципами здорового образа жизни;

-мотивация детей на здоровый образ жизни;

-формирование адекватного (ценностного) отношения к своему здоровью.

Для обеспечения комплексного подхода к сохранению и улучшению здоровья детей, используются различные виды здоровьесберегающих технологий:

-медико-профилактические;

-физкультурно-оздоровительные;

-валеологическое образование педагогов;

-валеологическое образование родителей;

-здоровьесберегающее образование детей.

Только используя все эти технологии можно достигнуть взаимодействий всех факторов, влияющих на здоровье ребенка.

Здоровьесберегающие технологии должны быть понятными, проверенными опытным путем, не наносящими вред здоровью всех участников образовательного процесса.

В образовательный процесс школы еще недостаточно внедряют современные педагогические технологии, направленные на воспитание потребности в здоровом образе жизни и формирование готовности к здоровьесбережению обучающихся. Это наблюдается, возможно, из-за собственного низкого уровня физической подготовки педагога, недостатка знаний в области здоровья и информированности о новейших технологиях здоровьясбережения обучающихся, собственное здоровье не занимает должного места, ценность здоровья признается формально.

Но здоровьесберегающие технологии активно применяются в условиях детского оздоровительного лагеря.

Детский оздоровительный лагерь – это педагогическая система, способствующая развитию у ребенка творчества, физической и духовной самореализации, активности, трудолюбия, здорового образа жизни. Пребывание в летнем оздоровительном лагере должно быть насыщенным, ярким, наполненным событиями. Именно укрепление и сохранение здоровья отдыхающих - является главной задачей работы детского оздоровительного лагеря.Важно чтобы отдыхающие школьники чувствовали себя комфортно. Педагоги должны обеспечить и раскрыть потенциал каждого ребенка, учитывая его желания и потребности. Целью детского оздоровительного лагеря является: организация условий для отдыха детей в летний период, укрепление психического, эмоционального и физического здоровья [2; 3].

Планируя работу лагеря, необходимо включить в план оздоровительные мероприятия: медицинский осмотр, оптимальный двигательный режим, посильный труд, витаминотерапию,беседы по формированию здорового образа жизни.

Деятельность детей в лагере должна быть организованна, интересна и полезна: это благоустройство территории, поддержание чистоты и порядка.

Большое внимание уделяется физической культуре и спорту в лагере решаются задачи оздоровления и физического воспитания детей. Эту задачу решают преподаватели и инструкторы физической культуры. Каждый день проводят различные мероприятия физкультурно-оздоровительной направленности: утреннюю гигиеническую гимнастику на воздухе, «час игр», «Веселые старты», спортивные секции, спортивные праздники, спортивные соревнования, походы, турниры, подвижные игры. Мероприятия, посвященные охране здоровья, профилактике, предупреждению чрезвычайных ситуаций. Все эти мероприятия дают возможность ребенку, реализовать свои физические потребности и укрепить свое здоровье.

При организации физкультурно-оздоровительной работы необходимо опираться на следующие принципы:

-принцип сознательности - направлен на формирование понимания и интереса к активно познавательной деятельности,

-принцип активности -подразумевает высокую степень самостоятельности, инициативности, творчества,

-принцип наглядности -подразумевает, что процесс обучения будет построен с максимальным привлечением органов чувств человека,

-принцип систематичности -регулярность и непрерывность на протяжении всего периода образовательного процесса обеспечит принцип систематичности,

-принцип повторения,

-принцип доступности,

-принцип индивидуализации -педагог опирается на индивидуальные данные каждого ученика для его всестороннего развития,

-принцип непрерывности -сочетание высокой активности и отдыха повышает их успеваемость,

-принцип оздоровительной направленности -решает проблему укрепления здоровья ребенка в образовательном процессе,

-принцип активного обучения -заключается в использовании активных форм обучения,

-принцип связи теории с практикой -приучает учащихся применять свои знания о сохранении здоровья, на практике используя окружающий мир.

В учебно-образовательном процессе следует ориентироваться на принципы здоровьесберегающих технологий. Так как, они направлены на развитие физиологического и психологического здоровья ребенка.

Оздоровительные компоненты в жизни детского лагеря - это сбалансированное питание, гигиенические навыки и правильный образ жизни. Активно применяется пропаганда здорового образа жизни. Профилактические мероприятия и мероприятия по предупреждению чрезвычайных ситуаций, мероприятия по охране здоровья детей в летний период - одно из главных направлений в летнем оздоровительном лагере.

Младший школьный возраст является решающим для формирования физического и психологического здоровья детей. В этот период необходимо вести активную пропаганду здорового образа жизни.

Формирование потребности в здоровом образе жизни нужно вести легко и ненавязчиво. В этом должен быть заинтересован не только школьники, но и взрослые.

Это могут решать физкультурно-оздоровительные технологии. Они направлены на развитие физических качеств, закаливание организма. Для детей младшего школьного возраста, как и для старшего, являются современные игровые технологии, которые способствуют более быстрой адаптации школьников, овладению техникой физических упражнений, совершенствованию двигательных умений и навыков. Рациональное применение игровых технологий помогает сформировать мотивацию к повышению двигательной активности, проявлению находчивости, решению проблемных ситуаций, развитию психических процессов, такие как память, внимание, воображение, мышление. Проведение спортивных соревнований по пионерболу, по подвижным играм, эстафетам, по бегу, прыжкам, метанию, силовым упражнениям, проведение праздников здоровья способствуют дальнейшему физическому и интеллектуальному совершенствованию.

В настоящее время необходимо повышать общий культурный уровень школьников, формировать здоровый образ жизни. Так как в каждом образовательном учреждении на первом месте должно стоять здоровье детей. Именно использование здоровьесберегающих технологий позволит нам решить множество проблем, связанных с формированием и укреплением здорового образа жизни учащихся. Здоровьесберегающая деятельность формирует у детей мотивацию на здоровый образ жизни. Помогает правильно развиваться.

Список литература:

1.Т. А. Шорыгина «Беседы о здоровье». Методическое пособие. Творческий центр «Сфера», Москва, 2004 г.

2.Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ: Методическое пособие. /Л.В. Гаврючина-М.: ТЦ Сфера, 2009. - 160 с.

3.Бондяева Е. В. Актуальность современных технологий здоровьесбережения в работе с детьми дошкольного возраста // Молодой ученый. — 2016.

4. Ярлыкова О.В. Формирование физической культуры в образовательном процессе.//Профессиональная ориентация, №2, 2015, с. 32-35.

5. Ярлыкова О.В. Влияние педагогических технологий физического воспитания на формирование здорового образа жизни студентов педагогического вуза во внеурочной деятельности.

6. Ярлыкова О.В., Корягина Е.С. Формирование здорового образа жизни младших школьников средствами физической культуры. Таврический научный обозреватель. 2016 №1-3 (6) с.89-91