

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного
образования
«Станция юных натуралистов»**

**Методические рекомендации для педагогов
«Здоровьесберегающие технологии в учреждении дополнительного
образования»**

Одной из приоритетных задач нового этапа реформирования системы образования становится сбережение и укрепление здоровья учащихся, выбор образовательных технологий, соответствующих возрасту, устраняющих перегрузки и сохраняющих здоровье.

В программе, принятой Всемирной организацией здравоохранения, зафиксирована рекомендация по проблеме формирования гуманного отношения человека к социальному окружению и к своему здоровью: «...усилить воспитательную и просветительную работу среди населения, направленную на пропаганду здорового образа жизни, на приобретение знаний о мерах по укреплению здоровья и профилактике заболеваний... Особое внимание следует обратить на формирование здорового образа жизни у детей и подростков, так как основы его закладываются уже на ранних этапах жизни».

Но почему-то с ростом интеллектуального потенциала человечества, развитием новейших технологий и внедрением суперсовременных видов техники, призванных облегчить нашу деятельность и быт, связан крайне нездоровый образ жизни! А нарастающий темп жизни, полный стрессов, экологическая обстановка с загрязнённой атмосферой и гидросферой, загубленной биосферой, которые относят к издержкам развития постиндустриального общества, здоровья населению так и не прибавили!

Именно в раннем возрасте должны быть получены основы знаний по режиму питания и дня, по правилам гигиены. С детских лет мы все должны быть «привиты» от вредных привычек, от которых страдает человечество. С самого начала нашей сознательной деятельности должны быть заложены основы здорового образа жизни.

Главной целью всех воспитательных систем является, прежде всего, развитие, становление здорового человека: и физически, и нравственно, и духовно. В каждом образовательном учреждении складывается своя система по формированию здорового образа жизни: праздники и спортивные соревнования, творческие конкурсы, исследовательские работы, встречи со

специалистами, работа секций и объединений - всё направлено на решение задач сохранения и улучшения здоровья подрастающего поколения.

Цель данной методической разработки - пропаганда здорового образа жизни и формирование нравственного поведения у детей младшего и среднего школьного возраста.

Поставленная цель реализуется посредством решения следующих **задач**:

- использовать здоровьесберегающие технологии в учреждениях дополнительного образования;
- способствовать формированию правильной системы ценностей, мотивов и установок;
- способствовать развитию навыков здорового образа жизни.

Реализация задач формирования здоровой личности ребенка и всей системы учебно-воспитательной работы в образовательном учреждении невозможна без тесного сотрудничества всех участников педагогического процесса: детей, родителей, педагогов.

Тема, является *актуальной*, так как сохранение здоровья подрастающего поколения - самая насущная проблема государства. А учреждения дополнительного образования - идеальный центр для воспитания культуры здоровья и формирования здорового образа жизни детей.

Новизна данной методической разработки заключается в том, что представленный в ней материал дает возможность системно подойти к решению проблемы формирования навыков здорового образа жизни в учреждениях дополнительного образования детей.

По современным представлениям целостное здоровье человека имеет три составляющие:

- 1) *физическое здоровье*, или здоровье тела, которое подразумевает наличие у организма человека резервных возможностей, обеспечивающих его оптимальную адаптированность к изменениям внешней и внутренней среды;

2) *психо-эмоциональное здоровье*, характеризующееся состоянием мышления, внимания, памяти, особенностями эмоционально-волевых качеств, способностью к саморегуляции, управлению своим внутренним психологическим состоянием;

3) *социально-нравственное здоровье*, отражающее систему ценностей и мотивов поведения человека в его взаимоотношениях с внешним миром, проявляющееся в признании общечеловеческих духовных ценностей, в уважении к иным точкам зрения и результатам чужого труда, активной жизненной позицией.

Для формирования, сохранения и укрепления этих составляющих целостного здоровья человека, необходимо внедрение в деятельность учреждений дополнительного образования *здоровьесберегающих технологий*, под которыми следует понимать систему мер по охране и укреплению здоровья детей.

Эта методическая разработка адресована педагогам дополнительного образования и классным руководителям для организации работы по формированию здорового образа жизни у детей младшего и среднего школьного возраста.

Формы и методы работы по формированию навыков здорового образа жизни.

Процесс формирования здорового образа жизни детей объединяет всё, что способствует выполнению учебных, познавательных, общественных, бытовых и гигиенических функций человека в оптимальных для здоровья условиях. В связи с этим, образовательно-оздоровительные средства (методы, приёмы, педагогические условия, организационные формы, технологии) используются для *формирования, сохранения и укрепления как индивидуального, так и общественного здоровья детей избирательно.*

Особенность применения образовательно-оздоровительных средств состоит в том, что они используются как для формирования знаний и умений оздоровительной деятельности, так и для саморазвития определённой

культуры здоровья детей. Воспитание самоорганизации основ культуры здоровья приводит к более эффективным результатам: оно обращено к личностному началу, «работает» с внутренними источниками саморазвития, направлено не на формирование и тренинги, а на осмысление и понимание, на самостоятельное мотивирование необходимости здорового образа жизни.

Такое воспитание требует знаний и умений педагога, связанных с использованием непривычных педагогических условий и технологий. Вместе с тем, оно не может полностью заменить привычные методы и условия образовательно-оздоровительной деятельности. Необходимо разумное сочетание тех и других педагогических средств, что, в свою очередь, требует высокой культуры педагогической деятельности.

В качестве наиболее распространённых средств для формирования здорового образа жизни обычно используются *общие методы* педагогики, психологии, медицины и других смежных отраслей знания, а также *основные методы воспитательной работы*.

1. *Методы формирования сознания* - убеждение (в форме рассказа, объяснения, разъяснения, лекции, беседы, увещевания, внушения, инструктажа, диспута, доклада), то есть воздействие педагога на сознание, чувства, волю воспитуемого с целью формирования твёрдой, глубоко осмысленной и эмоционально пережитой точки зрения по различным вопросам отношения к своему здоровью и здоровью окружающих его людей.

Убеждение как ведущий метод должно быть основой формирования здорового образа жизни.

В этой группе методов, кроме убеждения, особого внимания заслуживает *положительный пример*. Пример оказывает сильное влияние на развитие сознательности и моральных чувств учащихся, так как слово учит, а пример влечёт. Психологической основой этого метода является тяга детей к подражанию.

2. *Методы организации деятельности и формирования опыта поведения* - упражнение (многократное повторение действий и поступков

воспитанников в целях образования и закрепления у них необходимых навыков и привычек к здоровому образу жизни), приучение, поручение.

Особо следует обратить внимание на *использование общественного мнения* как метода воспитательно-оздоровительной работы, который помогает педагогу направлять детей на действия, формирующие желаемые качества здоровой личности. В реальной жизни и оздоровительной деятельности коллектива можно использовать также *метод воспитывающих ситуаций*.

Исходным действием в применении методов этой группы является *педагогическое требование* - способ непосредственного побуждения воспитанников к тем или иным поступкам, направленным на формирование, сохранение и укрепление здоровья.

3. *Методы стимулирования поведения и деятельности* - поощрение, одобрение, осуждение, наказание, соревнование. Эти методы применяются для того, чтобы побуждать, давать толчок мысли, чувству, тому действию, которое нужно или целесообразно применять в воспитательно-оздоровительной работе.

Данные методы целесообразно использовать как стимулирующие, дополнительные, коррекционные и на последующих стадиях решения воспитательно-оздоровительных задач в учреждениях дополнительного образования детей.

Как с детьми и педагогическими работниками, так и с родителями на этом и последующих этапах рекомендуется использовать дополнительные *валеологические методы*, активизирующие резервные возможности человека: погружение, суггестивные установки, аудиовизуальный метод, аудиолингвистический метод и др.

Большинство этих методов были первоначально разработаны для изучения иностранных языков, но ряд из них можно использовать и для обучения здоровому образу жизни педагогов, родителей, воспитанников. Например, методы лечебной педагогики предупреждают возникновение

дидактогенных неврозов и оптимизируют процессы обучения, воспитания и оздоровления.

К их числу относятся:

1) методы внушения:

- в состоянии бодрствования;
- в состоянии расслабления (релаксации), первой стадии гипноза.

2) методы психической саморегуляции, аутогенной тренировки, выработка эмоционально-волевых качеств:

- самовоспитания и самообразования;
- самодисциплины и самокритики;
- самовыдержки и самообладания;

3) методы, воздействующие посредством искусства:

- театр, кино;
- музыкотерапия, пение, хореография;
- библиотерапия;
- многоплановое изобразительное творчество;

4) методы применения игровой деятельности, игровая психотерапия:

- подвижные игры;
- интеллектуальные игры для тех, кто временно освобождается от подвижных (общий принцип всех игр - возвышение самооценки и личности ребёнка);

5) педагогическая артотерапия - воспитание и оздоровление, основанное на положительных героических поступках, примерах, высоком идеале;

6) педагогическая имаготерапия - вхождение в желаемый положительный образ, определённую форму поведения, желательную для воспитания.

7) методы лечебно-воспитательного воздействия природы:

- ландшафтотерапия, паркотерапия, талассо- и бальнеотерапия;
- малый туризм.

Реализация рассмотренных методов становится более эффективной, если их содержание раскрывается *в определённых условиях*.

К педагогическим условиям *формирования здоровой личности* в образовательном пространстве относятся:

- наличие системы диагностики и объективного контроля здоровья детей в учреждениях дополнительного образования, разработанной на основе требований санитарных норм и правил государственного образовательного стандарта;

- формирование знаний в области технологии сохранения, поддержки и укрепления здоровья;

- наличие эмоционально-положительной установки на формирование потребности в здоровом образе и стиле жизни воспитанников и педагогов;

- практическая включённость всех участников образовательного процесса в оздоровительную деятельность;

- наличие единых педагогических требований в системе «воспитанник - педагог- родитель» по организации здорового образа жизни учащихся;

- высокий уровень активности детей в воспитательно-оздоровительной работе;

- лично ориентированный и дифференцированный подходы к формированию здорового образа и стиля жизни.

Формы организации образовательно-оздоровительной деятельности следует понимать как *внешние условия* воспитания и обучения.

Понятие «*форма*» означает способ организации и способ существования, выражения содержания предмета, процесса, явления.

В зависимости от того, как организованы воспитанники: участвует ли в воспитательном процессе всё объединение, отдельные воспитанники, небольшие группы детей, раскрываются такие формы:

- *фронтальная* или *массовая* работа;
- *групповая* работа;
- *индивидуальная* работа.

Эта классификация раскрывает такие организационные формы, в которых находят отражение отношения педагогов и воспитанников в процессе воспитания.

При классификации в зависимости от *методики воспитательного воздействия* формы воспитания подразделяются на:

- *словесные формы* (соборания, лекции, конференции, диспуты, встречи, устные журналы, беседы и т.д.);
- *практические формы* (походы, экскурсии, конкурсы, праздники и т.д.);
- *наглядные формы* (выставки художественного творчества, тематические стенды, книжные выставки и т. д.).

Все мероприятия по формированию здорового образа жизни должны быть подготовлены и проведены качественно, с использованием средств мощного эмоционального воздействия, которыми являются музыка, доходчивое и интересное слово ведущих, хорошо подобранный фактический материал. Кроме того, формы мероприятий должны не только соответствовать поставленным задачам, но и быть интересными для воспитанников, отвечать их запросам и интересам.

Лучше всего дают разнообразные знания о здоровом образе жизни, формируют их в качество личности воспитательные мероприятия в форме *реальности*. Те, которые разрабатываются и проводятся с непосредственным участием детей.

Чем большее место в деятельности детей среднего школьного возраста занимает творческое начало, ориентированное на личностных способностях, включены инициатива и самостоятельность, тем большее удовлетворение приносят проведённая работа и выступление, и, как следствие, повышается устойчивость к заболеваниям и вредным привычкам. Развитие и обогащение духовного мира детей является основой сохранения их здоровья, умения противостоять негативному воздействию социальной среды.

Итак, возможные формы проведения мероприятий по формированию здорового образа жизни в учреждениях дополнительного образования детей:

- *беседы*: «Твой режим дня», «Закаливание», «Берегите зрение», «Поговорим о правильном питании», «Красота - залог здоровья», «Пагубное влияние ПАВ», «Наш нравственный выбор - здоровье», «Правда о наркотиках», «Правильное питание или модная диета» и др.;

- *акции*: «Мир без наркотиков!», «Молодёжь за ЗОЖ!», «Бегом от болезней!», «Эстафета здоровья» и др.;

- *конкурсы рисунков*: «Если хочешь быть здоров!», «Я и спорт!», «Символы здоровья» и др.;

- *конкурсы стенгазет*: «Мы в походе за здоровьем!», «Мы в спорте», «Скажем «Нет» нашим вредным привычкам» и др.;

- *спортивные игры и соревнования*: «Самый спортивный!», «Чемпионы скакалки и мяча», «Поиграй-ка», «Спортаукцион», «Папа, мама, я - спортивная семья» и др.;

- *спортивно-развлекательные праздники и конкурсы*: «Праздник здоровья», «Народные игрища», «Богатырь года», «Друзья Мойдодыра» и др.;

- *дискуссии, «круглые столы»*: «Проблема ВИЧ - поговорим откровенно», «Сумей сказать «Нет!», «Здоровье - личное дело каждого или государственная проблема?», «Мода и здоровье», «Компьютерные игры: «за» или «против» здоровья», «Счастье и здоровье человека» и др.;

- *лектории*: «Секреты здоровья», «Советы доктора Пиллюлькина», «Добрые советы» и др.;

- *дни здоровья*, в том числе 7 апреля - Всемирный день здоровья, 27 сентября - Всемирный день туризма, 1 декабря - Всемирный день борьбы со СПИДом.

Работа по формированию у детей здорового образа жизни должна быть систематической и исходить из творческого начала педагогов и воспитанников. И тогда мы сможем сказать: «Наша воспитательная система

сформировала у подрастающего поколения понятие, что жизнь- это бесценный дар, познание и творчество- источник радости, а радость познания и творчества, не замененная суррогатными представлениями и понятиями - путь к здоровью и долголетию человека!»

Применение здоровьесберегающих технологий в учреждениях дополнительного образования.

Здоровье участников педагогического процесса рассматривается обществом как приоритетная ценность, необходимое условие успешной деятельности каждого учебно-воспитательного учреждения. Но в традиционной педагогической практике «здоровьесберегающим» образовательным технологиям практически не уделяется необходимого внимания.

Большое значение в оздоровительной работе имеет *личность педагога*. Он должен быть интересен для учащихся как личность, нацелен на постоянное саморазвитие, личным примером показывать образцы здорового образа жизни. Поэтому очень важно обучение самого педагога методам и средствам сохранения и укрепления своего здоровья. Умение регулировать нагрузки на речевой аппарат и снятие напряженности и эмоционального возбуждения, самоконтроль и рациональная организация образовательного процесса помогут педагогу сократить нагрузку на одни и те же центры коры больших полушарий, предупредить резкое перераспределение мозгового кровотока.

Педагоги должны овладевать здоровьесберегающими технологиями - уметь диагностировать основные параметры интеллектуальной и эмоциональной сфер воспитанников, владеть навыками диалогического общения, уметь находить индивидуальные подходы к различным категориям детей, иметь высокую общую и речевую культуру.

Чтобы педагог был способен осуществлять все эти виды деятельности, необходимо мотивировать его на систематическое пополнение знаний по проблемам здоровьесбережения, создать систему непрерывного образования

педагогов и психологов, чтобы они могли активно использовать в преподавании арсенал психолого-педагогических технологий. Пополнение знаний должно проходить в рамках проведения лекториев, семинаров, рефлексивных кругов, конференций и круглых столов.

Воспитанники должны осознавать положительное влияние правил личной и общественной гигиены, значение телесной силы и красоты для творческих и жизненных успехов человека, осознавать опасность для жизни и здоровья вредных привычек.

Одним из главных направлений здоровьесбережения является создание здорового психологического климата на занятиях и повышение интереса к занятиям, так как раннее повреждение нервной системы является причиной различных отклонений в функционировании ряда систем организма. Забота о здоровье детей неотделима от образовательного процесса.

Рациональная организация образовательного процесса предполагает наличие следующих взаимосвязанных элементов:

- соблюдение гигиенических нормативов объёма внешкольной нагрузки;
- рациональная организация учебной деятельности на занятиях;
- соответствие методик и технологий обучения возрастным возможностям детей;
- применение личностно-ориентированного, индивидуального подхода в образовательном процессе, учитывающего психофизиологические особенности, уровень развития и состояние здоровья каждого ребёнка;
- использование технологий обучения на основе доступности содержания;
- использование активно-деятельностных форм организации образовательного процесса;
- использование наглядности;
- использование групповых, проблемных, игровых, диалоговых форм работы;

- формирование положительной мотивации, обеспечивающей самореализацию учащихся, рост их творческого потенциала;
- творческий характер образовательного процесса;
- построение образовательного процесса в соответствии с закономерностями становления психических функций;
- осознание ребенком успешности в любых видах деятельности;
- обеспечение адекватного восстановления сил;
- обеспечение прочного запоминания.

Внедрение в образовательный процесс здоровьесберегающих технологий позволяет добиться положительных изменений в состоянии здоровья детей. Поиск наиболее оптимальных путей предъявления информации и её усвоения, становится весьма актуальной задачей. Интеллектуальные способности и возможности человека во многом определяются его функциональным здоровьем.

Среди условий, обеспечивающих эффективное решение проблемы сохранения и укрепления здоровья детей, исключительное значение имеет *возрастной подход* к организации обучения детей в дополнительном образовании.

Суть этого подхода заключается в том, что при внедрении в дополнительное образование различных моделей и технологий, при создании программ реально учитывать закономерности психического развития детей. *Возрастной подход* в дополнительном образовании детей позволяет поддерживать тесную связь и согласованность всех компонентов системы (целей, задач, содержания, методов, форм организации образовательного процесса) с возрастными особенностями и возможностями развития детей.

Здесь большое значение имеет:

- самостоятельность каждого возраста: полнота реализации возможностей ребёнка, опора на достижения предыдущего этапа развития;

- индивидуализация дополнительного образования: учёт способностей, интересов, темпа продвижения ребёнка; создание условий для его развития, независимо от уровня исходной подготовленности.

Задача учреждений дополнительного образования заключается в необходимости помочь каждому ребёнку осознать свои способности, создать условия для их развития, способствовать сохранению и укреплению здоровья ребёнка, то есть осуществлять *лично-ориентированный* подход в обучении и воспитании. Любая лично-ориентированная технология вправе называться здоровьесберегающей. К ним можно отнести:

1. игровые технологии;
2. технологию уровневой дифференциации;
3. технологию проектного обучения.

Построение всего образовательного процесса основано на модели, которая обеспечивает разностороннее развитие личности ребёнка с учётом их индивидуальных психофизиологических и интеллектуальных возможностей. Наиболее эффективной формой *индивидуализации* учебного процесса, обеспечивающей максимально комфортные условия для ребёнка, является *дифференцированное* обучение на основе глубокой соматической, психофизиологической и психолого-педагогической диагностики.

Использование здоровьесберегающих технологий педагогом на занятии и при проведении воспитательных мероприятий, то есть защита здоровья воспитанников от нанесения потенциального вреда, является важнейшей задачей учреждений дополнительного образования и каждого педагога по подготовке воспитанников к самостоятельной жизни. Это предполагает необходимость формирования у воспитанников культуры здоровья, воспитание потребности вести здоровый образ жизни, обеспечение необходимыми знаниями, формирование соответствующих навыков.

Применение в образовательном процессе *индивидуально-дифференцированной* технологии дает возможность работать с разными детьми, помогать неуспевающим воспитанникам, не забывая уделять

внимание наиболее успешным. При таком подходе часто используются карточки с индивидуальными заданиями. Используется работа по группам, командам, рядам.

При занятиях объединений часто используются *игровые технологии*. Включение элементов игры в образовательный процесс дает возможность направить эмоциональную и умственную активность детей на овладение материалом в новой ситуации, учитывая при этом тот фактор, чтобы изучаемый материал был доступен, а приемы и виды работ интересны для них.

Применение игровых технологий на занятиях в комплексе с другими методами организации занятий укрепляет мотивацию, помогает вызвать положительные эмоции, увидеть индивидуальность детей.

Здоровый ребенок с удовольствием включается во все виды деятельности, он жизнерадостен, оптимистичен, открыт в общении со сверстниками и педагогами. Это залог успешного развития всех сфер его личности, всех его свойств и качеств.

Негативно влияют на здоровье учащихся малоподвижность во время занятия и слабое разнообразие видов деятельности. В противодействие этому нужно вводить в образовательный процесс, особенно для младших школьников, «*динамические паузы*», которые обязательно включают в себя упражнения для снятия напряжения с глаз и профилактики ухудшения зрения.

Хорошо дидактически проработанное занятие - самое здоровьесберегающее для всех его участников. Педагогическим коллективом Центра детского технического творчества проводится большая работа по формированию устойчивого положительного отношения к пониманию приоритетности своего здоровья воспитанниками и здорового образа жизни.

Образовательный процесс, строящийся на началах гуманно-личностного подхода - в первую очередь, процесс облагораживания души и

сердца ребёнка, обогащения его духовного мира и мотивационного обеспечения жизни в нём.

Забота о здоровье детей - это и контроль над нормами и требованиями гигиены, и профилактика заболеваний, наиболее часто встречающихся у детей, и выявление патогенных факторов образовательного процесса, и выявление причин неуспешности и отклонений в поведении. Если все педагоги будут об этом помнить, прилагать усилия для решения детских проблем, то можно надеяться, что здоровье детей если не улучшится, то не будет падать.

Работа с родителями по формированию навыков здорового образа жизни у детей.

В педагогическом процессе учреждений дополнительного образования детей важно организовывать и использовать такую силу, как родители.

Главные основы здорового образа жизни закладываются в семье. Папа и мама, бабушки и дедушки своими жизненными принципами и укладом, отношением ко всему миру формируют позицию ребенка в вопросах здоровья, режима, питания, активного отдыха, употребления психоактивных веществ, занятий физкультурой и спортом.

Главное, чтобы пример семьи был позитивным, а не наоборот. А позиция всех ее членов по отношению к здоровью ребенка и своему тоже, соблюдению норм здорового образа жизни - конструктивной.

Именно поэтому в работе по оздоровлению детей и подростков обязательно сотрудничество педагогов с родителями, которое призвано создавать в семье благоприятную для воспитания среду, улучшать межличностные отношения. Только совместными усилиями можно сформировать здоровый образ жизни у подрастающего поколения.

Родителям необходимо постоянно напоминать об основной роли семьи в закладывании основ здорового образа жизни, о физическом и духовном становлении, об ответственности родителей за формирование жизненной

позиции детей. Призывать почаще быть рядом с ребятами, разделять их интересы, поддерживать их стремления и хобби.

Самыми распространенными формами работы с родителями являются:

- чтение лекций о гигиене, проведение бесед, родительских факультативов;

- консультирование родителей, имеющих детей осложнённого поведения;

- организация выступлений врачей на родительских собраниях;

- рекомендации об организации режима дня;

- университеты педагогических знаний для родителей;

- дни открытых дверей;

- посещение семьи педагогом.

Проводимая с родителями работа помогает воспитанию и развитию детей, особенно в тех учреждениях, где сложилась оптимальная система оздоровительного воспитания личности, где работа с родителями выступает в качестве весомого компонента.

Работа учреждений дополнительного образования с семьёй предполагает две основные формы: *коллективную и индивидуальную*.

В основе этих форм должны лежать одобрительные отношения педагогов к инициативе родителей, готовность оказать помощь семье, конкретные рекомендации и советы по возникающим у родителей вопросам.

С этой же целью проводятся следующие профилактические беседы:

- «Профилактика нарушений зрения»;

- «Об отношениях с окружающими»;

- «Движение для здоровья»;

- «О правильном питании»;

- «Ребенок и компьютер»;

- «Физическое и психическое развитие младших подростков»;

- «Гигиена подростка»;

- «Влияние вредных привычек членов семьи на здоровье детей»;

- «Красота и здоровье»;
- «Влияние средств массовой информации на половое воспитание подростков»;
- «Ранний алкоголизм и наркозависимость, их разрушительное влияние на личность»;
- «Семейные традиции»;
- «Значение режима дня в воспитании детей» и др.

Результатом подобного сотрудничества родителей и педагогов является повышение ответственности семьи за здоровье и физическое развитие детей.

Залог успеха в любом деле - глубоко продуманная организация и творческий подход исполнителей.

Социальная защита детей, укрепление их здоровья и профилактическая оздоровительная работа учебных заведений становится актуальными проблемами общества, государства, семьи, школы и учреждений дополнительного образования детей.

Педагог в образовательном процессе должен выступать как руководитель межличностных отношений, от его профессиональных качеств и коммуникативных воздействий зависит эмоциональный фон. Психологический климат и комфортность в коллективе, которые напрямую способствуют формированию здорового образа жизни воспитанников. Признаками положительных коммуникативных воздействий в межсубъектных отношениях являются: взаимная удовлетворенность, сотрудничество и взаимопомощь; высокая активность ребенка на основе внутренней мотивации.

В новых условиях жизни приоритетными направлениями в системе подготовки и организации воспитательно-оздоровительной работы становятся: *физическое развитие детей и укрепление их здоровья; психологическая самозащита личности; правильное и здоровое питание; привитие навыков личной гигиены; профилактика вредных привычек;*

обучение поведению в экстремальных ситуациях; культура здоровья человека.

Готовность детей к организации и формированию здорового образа жизни - одно из проявлений ключевых позиций здоровой личности. Такая готовность характеризуется:

- положительным эмоциональным отношением к проводимым мероприятиям по воспитательно-оздоровительной работе в образовательном учреждении, к учебным занятиям

- практической включенностью в совместную оздоровительную деятельность в системе «педагог – воспитанник - родитель»;

- осознанием специфики этой работы в учреждениях дополнительного образования детей, самостоятельно в домашних условиях и вне дома, индивидуально и коллективно, в общении с педагогами, родителями, сверстниками и прочими участниками данного процесса, в рамках которого он протекает.

Реализация задач здорового образа жизни и всей системы образовательной работы в образовательном учреждении невозможна без тесного сотрудничества всех участников педагогического процесса: детей, родителей, педагогов. Представления у детей и их родителей о здоровом образе жизни должны формироваться с самого раннего возраста их ребенка.

Воспитательно-оздоровительная работа по формированию духовно-физического здоровья приобщает детей к организации индивидуальных, групповых и массовых оздоровительных мероприятий, улучшает нравственно- психологический климат в коллективе, содействует лучшему пониманию друг друга, установлению личных контактов и обмену мнениями, создавая атмосферу дружелюбия. В процессе организации здорового образа жизни формируются навыки управления своим состоянием здоровья, включая правильное использование внутренних резервов организма.